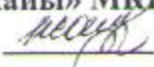


Бекітемін:

«Ақмола облысы білім басқармасының
Көкшетау қаласы бойынша білім
бөлімін жанындағы Көкшетау
қаласының «Арай»
бөбекжайы» МҚКК меңгерушісі
 Н.Ж.Курмашева

**2024-2025 оқу жылына арналған дене шынықтыру ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

«Арай» бөбекжайы

Топ: №10 «Нұр әлемі», №11 «Мөлдір бұлақ» ересек топтары

Балалардың жасы: 4 жас.

Жоспардың құрылу кезеңі: күркүйек-мамыр

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Есимов Ануарбек Оралбекұлы.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің негізгі қимылдары
Қыркүйек I апта	1.Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аралықты сақтай отырып жүру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру (2-3 рет жүрумен кезектестіре отырып, 10 рет секіру). 2. Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аралықты сақтай отырып жүру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру. 8 м дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу. 3. т/а Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп, аралықты сақтай отырып жүру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру. Гимнастикалық бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру	
Қыркүйек II апта	1.Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аралықты сақтай отырып, аяқтың ұшымен, өкшемен шеңбер бойы жүру. Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру арқылы жүгіру. 5-10см биіктіктегі зат арқылы жерде жатқан жалпақ құрсауға секіру. 2. Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аралықты сақтай отырып шеңбер бойы жүру. Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру арқылы жүгіру. Оңға, солға бұрылыстарды орындау. Табан мен алақанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. 3. т/а Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп, аралықты сақтай отырып жүру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру.	
Қыркүйек III апта	1.Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп, аралықты сақтай отырып жүру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру. 1,5-2 метр арақашықтықтан кегльдерді қағып түсіру. 2.Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен кезектестіру. Кедергілер арасымен жыланша жүру, орындық аяқтары арасымен еңбектеу. 3. т/а Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, өкшемен, «жыланша» жүру. Қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау. 50 см жоғары көтерілген арканның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру.	
Қыркүйек IV апта	1.Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен өкшемен, «жыланша» жүру. Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. 2.Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру. Бірінің артынан бірі аралықты сақтай отырып жүгіру. Көлденең нысанаға, оң және сол қолымен лақтыру. 3. т/а Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру. Бірінің артынан бірі аралықты сақтай отырып жүгіру. Қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру; қолын беліне қойып, бір аяқпен тұру.	

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің негізгі қимылдары
Қараша I апта		<p>1 Гимнастикалық орындық бойымен колдарымен тартылып, еңбектеу. Таза ауада</p> <p>2. Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату.</p> <p>3. т/а Сапқа бір, екі, үш қатармен тұру, бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру, орнында айналу, оңға, солға бұрылу, сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру.</p>
Қараша II апта		<p>1. Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру, шеңбер бойымен жүгіру. Бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту.</p> <p>2. Қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. Бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру. Заттардың арасымен доптарды домалату.</p> <p>2. т/а Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес), 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру.</p>
Қараша III апта		<p>1. Түрлі тапсырмаларды орындай отырып жүгіру. 20–25 сантиметр биіктіктен секіру. Оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан) лақтыру.</p> <p>2. Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру. Қысқа секіргішпен секіру. Допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан).</p> <p>3. т/а Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру. Қысқа секіргішпен секіру. Түрлі тапсырмаларды орындай отырып жүгіру.</p>
Қараша IV апта		<p>1. Колдарды әртүрлі калыпта ұстап тепе-теңдік сақтап жүру, шапшаң және баяу қарқынмен жүгіру. Еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру.</p> <p>2. Өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу (1,5 м қашықтықта).</p> <p>3. т/а Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен жүру. 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру; 20–25 см биіктікке секіру. Алысқа дәлдеп лақтыру (3,5–6,5 м кем емес).</p>

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің негізгі қимылдары
Желтоқсан I апта		<p>1.Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүгіру. Допты екі қолмен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан).</p> <p>2. Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Құрсаудан еңбектеп өту.(4-5) Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру.</p> <p>3. т/а Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру.</p>
Желтоқсан II апта		<p>1.Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен, секірумен алмастыру. Сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру, 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу.</p> <p>2. Гимнастикалық скамейканың үстінен тепе-теңдік сақтап жүру. Заттардың арасымен доптарды домалату.Гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу.</p> <p>3. т/а Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Құрсаудан еңбектеп өту.(4-5) Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру.</p>
Желтоқсан III апта		<p>1. Жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Құрсауларды бір-біріне домалату.</p> <p>2. Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Құрсаудан еңбектеп өту.(4-5) Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру.</p> <p>2. т/а Шанамен төбешікке көтерілу. Бір-бірін сырғанату шанамен. Төбешіктен түскенде шанамен төмен ежеу.</p>
Желтоқсан IV апта		<p>1.Өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру. Сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру. 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу.</p> <p>2. Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Құрсаудан еңбектеп өту.(4-5) Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру.</p> <p>3.т/а Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Сызықтардың арасымен тепе-теңдік сақтап жүру. Шанамен төбешіктен сырғанау.</p>

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің негізгі қимылдары
Қаңтар I апта		<p>1. Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Құрсаудан еңбектеп өту.(4-5) Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру.</p> <p>2. Көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу. Бір-бірін сырғанату шанамен. Көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу.</p> <p>3. т/а Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүгіру. Заттардың арасымен доптарды домалату. Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау.</p>
Қаңтар II апта		<p>1. Жүру бой түзулігін дұрыс сақтау. Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Заттардың арасымен доптарды домалату.</p> <p>2. Қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. Бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру. Заттардың арасымен доптарды домалату.</p> <p>3. т/а Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру. Қарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес), 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру.</p>
Қаңтар III апта		<p>1. Жүру бой түзулігін дұрыс сақтау. Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру. Заттардың арасымен доптарды домалату.</p> <p>2. Қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. Бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру. Заттардың арасымен доптарды домалату.</p> <p>3. т/а Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру Төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау.</p>
Қаңтар IV апта		<p>1. Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен, секірумен алмастыру. Сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру, 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу.</p> <p>2. Гимнастикалық скамейканың үстінен тепе-теңдік сақтап жүру. Заттардың арасымен доптарды домалату. Гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу.</p> <p>3. т/а Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Шанамен жүру.(4-5) Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру.</p>

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің негізгі қимылдары
-----	---	--

Ақпан I апта		<p>1.Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүгіру. Допты екі қолымен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру (2 м қашықтықтан).</p> <p>2. Гимнастикалық скамейканың үстінен тепе-теңдік сақтап жүру Құрсаудан еңбектеп өту.(4-5) Заттардың арасымен доптарды домалату.</p> <p>3. т/а Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Қарды домалатып лақтыру.Сапта бір-бірлеп, түрлі бағытта жүгіру.</p>
Ақпан II апта		<p>1.Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен, секірумен алмастыру. Сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру, 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу.</p> <p>2. Гимнастикалық скамейканың үстінен тепе-теңдік сақтап жүру.Заттардың арасымен доптарды домалату. Гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу.</p> <p>3. т/а Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Шаңғы тебу.(4-5) Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру.</p>
Ақпан III апта		<p>1. Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен, секірумен алмастыру. Сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру, 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу.</p> <p>2. Гимнастикалық скамейканың үстінен тепе-теңдік сақтап жүру.Заттардың арасымен доптарды домалату. Гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу.</p> <p>3. т/а Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру Төбешіктен түскенде тежеу. Мүз жолмен өз бетінше сырғанау.</p>
Ақпан IV апта		<p>1. Өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру. Сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру, 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу.</p> <p>2. Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Құрсаудан еңбектеп өту.(4-5) Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру.</p> <p>3 т/а Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Сызықтардың арасымен тепе-теңдік сақтап жүру. Шанамен төбешіктен сырғанау.</p>

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің негізгі қимылдары
Наурыз I апта		<p>1.Гимнастикалық скамейканың үстінен тепе-теңдік сақтап жүру.Заттардың арасымен доптарды домалату.Гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу.</p> <p>2. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу. Бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Құрсауларды бір-</p>

		<p>біріне домалату.</p> <p>3.т/а Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Сызықтардың арасымен тепе-теңдік сақтап жүру. Шанамен төбешіктен сырғанау.</p>
Наурыз II апта		<p>1.Өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру. Сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру, 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу.</p> <p>2. Сапта бір-бірден жүру, жүруді жүгірумен алмастыру. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу.Көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу.</p> <p>3. т/а Қолды екі жаққа созып, басқа қашық қойып жүру. Құрсаудан еңбектеп өту.(4-5) Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру.</p>
Наурыз III апта		<p>1. Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру, шеңбер бойымен жүгіру. Бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту.</p> <p>2. Қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. Бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру. Заттардың арасымен доптарды домалату.</p> <p>3. т/а Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру.Құм салынған қашықтыққа лақтыру. (3,5–6,5 метрден кем емес), 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру.</p>
Наурыз IV апта		<p>1.Қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап тепе-теңдік сақтап жүру, шапшаң және баяу қарқынмен жүгіру. Еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру.</p> <p>2. Өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу (1,5 м қашықтықта).</p> <p>3. т/а Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен жүру.1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру; 20–25 см биіктікке секіру. Алысқа дәлдеп құм салынған қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес).</p>

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің негізгі қимылдары
Сәуір I апта		<p>1.Гимнастикалық скамейканың үстінен тепе-теңдік сақтап жүру.Заттардың арасымен доптарды домалату.Гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу.</p> <p>2. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу. Бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Құрсауларды бір-біріне домалату.</p> <p>3. т/а Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру. Сызықтардың арасымен тепе-теңдік сақтап жүру. Көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу.</p>
Сәуір II апта		<p>1.Өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру. Сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру,</p>

		<p>10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу.</p> <p>2. Сапта бір-бірден жүру, жүруді жүгірумен алмастыру. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу. Көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу.</p> <p>3. т/а Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Құрсаудан еңбектеп өту. (4-5) Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру.</p>
Сәуір III апта		<p>1. Бағытты және қарқынды өзгертіп жүру, шеңбер бойымен жүгіру. Бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту.</p> <p>2. Қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. Бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру. Заттардың арасымен доптарды домалату.</p> <p>3. т/а Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру. Құм салынған қапшықты қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес), 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру.</p>
Сәуір IV апта		<p>1. Қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап тепе-теңдік сақтап жүру, шапшаң және баяу қарқынмен жүгіру. Еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру.</p> <p>2. Өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен жүру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу (1,5 м қашықтықта).</p> <p>3. т/а Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен жүру. 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру; 20–25 см биіктікке секіру. Құм салынған қапшықты қашықтыққа лақтыру лақтыру (3,5–6,5 м кем емес).</p>

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің негізгі қимылдары
Мамыр I апта		<p>1. Адымдап жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру. Алға қарай еңбектеу. 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру.</p> <p>2. Жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып жүру. Көлбеу тақтай бойымен (ені 2 сантиметр) тепе-теңдік сақтап жүру. 50 сантиметр биіктікте ілінген арканның астынан еңбектеу.</p> <p>3. т/а Сапта бір-бірден жүру, адымдап жүгіру. Заттардан аттап өту тепе-теңдік сақтап. Бөрененің бойымен тепе-теңдік сақтап жүру. Самокат тебу.</p>
Мамыр II апта		<p>1. Сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру. 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу. Аяқты бірге, алшақ қойып секіру.</p> <p>2. Қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. Арканның үстінен тепе-теңдік сақтап жүру. Заттардың арасымен доптарды домалатып</p>

		<p>жүру.</p> <p>3. т/а Түрлі тапсырмаларды орындай отырып жүгіру. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес). Самокат тебу.</p>
Мамыр III апта		<p>1. Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру. Ауа-райының жағдайларын ескеріп, таза ауада балалардың қимылдарды орындауы үшін жағдайлар жасау. Заттардың арасымен дөңгелектерді домалату.</p> <p>2. Қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып жүру. Дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту.</p> <p>3. т/а Сапта бір-бірден жүру. Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту.</p>
Мамыр IV апта		<p>1. Гимнастикалық скамейканың үстінен тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>2. Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүгіру. Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту. Дөңгелектермен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.</p> <p>3. т /а Заттардан аттап өту тепе-теңдік сақтап. Ауа-райының жағдайларын ескеріп, таза ауада балалардың қимылдарды орындауы үшін жағдайлар жасау. Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу.</p>