

Дене шынықтыру нұсқаушысының күнтізбелік-тақырыптық жоспары										
Оқу жылы		2021 – 2022 оқу жылы.								
Жас тобы		Кіші топ: Балдырған.								
Мекеменің, топтың атауы		Бөбек лүпілі жекеменшік балабақшасы								
Педагогтің аты-жөні		Азимбаев Е.С.								
Апта тақырыбы	ҰОҚ-нің реттік саны	ҰОҚ тақырыбы	ҰОҚ мақсаты	Кіріспе жаттығулары, қайта құрылу	Жалпы дамыту жаттығулары	Негізгі қимылдар	Қимыл-қозғалыс ойындары	Аз қимыл ойындары, тыныс алу жаттығулары	Сағат саны	Күні
Балабақша	1	Дана қуыршақпен сапқа тұру	Балаларға ересектің көмегімен және көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен жүруді көрсету; саптағы жаттығуларды жасауда тепе-теңдікті сақтауға және кейіпкер: Аланмен бірге жаттығуларға қосылуға машықтандыру.Балалардың ептілік және жылдамдықтарын дамыту; дене, қол, аяқ бұлшық еттерін дамыту; жаттығуларды дұрыс жасай білу қабілетін жетілдіру; жаттығу барысында эмоциялық көңіл күйді көтеру.	Гимнастикалық тақтайшаның үстіне тізерлеп тұру.	1. "Қанаттарымызды қағамыз" жаттығуы. Бастапқы қалып, аяқты иық деңгейіне қоямыз. Қол белде. Алға қарай еңкейеміз. Бастапқы қалыпқа келеміз. Демді ішке тартамыз. Қолымызды төмен түсіреміз. Демді шығарамыз. Құстардың қанаттарының қимылына еліктей отырып, қолдарымызды жоғары және төмен сермейміз. (3 рет қайталау) 2. "Шапалақтаймыз" Бастапқы қалып, аяқты иық деңгейіне қоямыз. Қол төменде. Бір дегенде қолымызды көтеріміз. Екі дегенде шапалақтаймыз. Бір..(балалар қолдарын көтереді) Екі..(балалар шапалақтайды) (3 рет қайталау)	Бір қатар сапқа тұру; Балаларға сапқа тұруды үйрету.	"Пойыз" қимыл ойыны. "Данамен сап түзейік" пысықтау ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Ойыншықты тап!" ойыны.	1	
	2	Тақтай бойымен жүреміз	Балаларға ересектің көмегімен гимнастикалық тақтай бойымен жүруді үйрету; саптағы жаттығуларды жасауда тепе-теңдікті сақтауға және кейіпкер: Данамен бірге жаттығуларға қосылуға ынталандыру; балалардың ептілік және жылдамдықтарын жетілдіре отырып: дене, қол, аяқ бұлшық еттерін дамыту; жаттығуларды дұрыс жасай білу қабілетін жетілдіру.	Гимнастикалық тақтайшаның үстіне тізерлеп тұру.	1. "Құстай қанат қағайық" жаттығуы. Екі қолды жоғары Сәл көтерсек болады. Енді оны бөгелмей, Түсірейік төменге. Міне, былай, қарайық. Құстай қанат қағайық! Бір, екі! Бір, екі! Құстардың қанаттарының қимылына еліктей отырып, қолдарымызды жоғары және төмен сермейміз. (3 рет қайталау) 2. "Шапалақтаймыз" Б.к. аяқты иық деңгейіне қоямыз. Қол төменде. Бір дегенде қолымызды көтеріміз. Екі дегенде шапалақтаймыз. Бір..(балалар қолдарын көтереді) Екі..(балалар шапалақтайды) (3 рет қайталау)	1.1. Балалар сапқа тұру арқылы кегльдерді екі қолымен себеттен алып, бірінің артынан бірі жүріп отырып, бір айналым жасап келіп, қайта себетке салу; 2.2. Балалар сапқа тұру арқылы екі кегльден алып, қолдарын жоғары көтеріп, бірінің артынан бірі жүріп отырып, бір айналым жасап келіп, қайта себетке салу.	"Түлкі мен балапандар" қимыл ойыны. "Сап түзейік" пысықтау ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Түлкіні тап" ойыны.	1	

	3	Еңбектейміз ерінбей!	Балаларға ересектің көмегінсіз гимнастикалық тақтай бойымен жүруді үйрету; саптағы жаттығуларды жасауда тепе-теңдікті сақтауға және кейіпкер: Аланмен бірге жаттығуларға қосылуға машықтандыру; балалардың ептілік және жылдамдықтарын дамыту; дене, қол, аяқ бұлшық еттерін дамыту; жаттығу барысында эмоциялық көңіл күйді көтеру.	Гимнастикалық тақтайшаның үстіне тізерлеп тұру.	1. "Қасқыр мен лақ" жаттығуы. Бастапқы қалып аяқты иық деңгейіне қоямыз. Қол белде. Еңкейіп қолды оңға, солға созамыз. Бастапқы қалыпқа келеміз. Демді ішке тартамыз. Қолымызды жанға созып түсіреміз. Демді шығарамыз. Отырып тұрамыз. Екі аяқтап секіреміз. (3 рет қайталау) 2. "Көңілді аяқтар" Бастапқы қалып аяқты иық деңгейіне қоямыз. Қол белде. Бір дегенде орнымызда тұрып секіреміз. Екі дегенде бір орында жүреміз. Бір..(балалар орындарында тұрып секіреді) Екі..(балалар орындарында жүреді) (3 рет қайталау)	1.1. Балалар сапқа тұру арқылы кегльдерді екі қолымен себеттен алып, бірінің артынан бірі жүріп отырып, бір айналым жасап келіп, қайта себетке салу; 2.2. Балалар сапқа тұру арқылы екі кегльден алып, қолдарын жоғары көтеріп, бірінің артынан бірі жүріп отырып, бір айналым жасап келіп, қайта себетке салу.	"Тышқан мен мысық" кимыл ойыны. "Аланмен сап түзейік" пысықтау ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Мысықты тап!" ойыны.	1	
Менің отбасым	4	Аюмен шеңберге тұру	Балаларды шеңберге тұруға үйрету; шеңберге тұру арқылы дербестік пен ептілік дағдыларын қалыптастыру; топтық қарым-қатынас мәдениетіне тәрбиелеу.	"Тез отырамыз!" Bilimland Kids Қимылдарды кейіпкерлерден қайталау.	"Шағын шеңбер" жасау. 1. Бастапқы қалып – негізгі тұрыс. Балалар бір-біріне қарап, қол ұстасып тұрады. 1–1 – қолды екі жаққа созу "Шеңбер жасаймыз"; 1–2 – "Шеңберді жоғары көтереміз" қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу "Шеңберді кеңейтеміз"; бастапқы қалып келу (3 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып – қол созып қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу "Шеңбер оң жақта"; 2–2 – солға бұрылу "Шеңбер сол жақта". Бастапқы қалып келу; (3 рет орындау) 3. «Шеңберге қара» жаттығуы. Бастапқы қалып тік тұрып, қолды жанында ұстау 3–1 бір-біріне қарап, екі қолмен құшақтау, басты төмен салып, құшақтағы шеңберге қарау. 3–2 оңға бұрылып қарап, оң аяқты көтеріп: «көріп қойдым», деп, демді ішке тарту, солға бұрылып қарап, сол аяқты көтеріп: «көріп қойдым», деп, демді ішке тарту (3 рет қайталау).	1.1. Балалар сапқа тұру арқылы жалаушаны екі қолымен себеттен алып, бірінің артынан бірі жүріп отырып, бір айналым жасап келіп, қайта себетке салу; 2.2. Балалар сапқа тұру арқылы екі жалаушадан алып, қолдарын жоғары көтеріп, бірінің артынан бірі жүріп отырып, бір айналым жасап келіп, қайта себетке салу.	"Жұбымызбен жарасайық" ойыны. "Аюмен шеңберге тұру" пысықтау ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Аюдың үйшігіне саяхат" ойыны.	1	

	5	Шеңберге тұрайық	Балаларды шеңберге дұрыс тұруға үйрету; дене жаттығуларын дұрыс жасай білуге машықтау; шеңберге тұру техникасы туралы мағлұмат беру; ептілік дағдылары мен эмоциялық көңіл күйді дамыта отырып, шеңберге тұру арқылы балаларды дербестік пен жылдамдық іскерліктерін жетілдіру; шеңберге тұру және жаттығуларды жасау кезінде достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу; қимылды дұрыс қайталай білуге үйрету.	"Тез отырамыз!" Bilimland Kids Қимылдарды кейіпкерлерден қайталау.	"Шеңбер" жасау. 1. Бастанқы қалып – негізгі тұрыс. Балалар бір-біріне қарап, қол ұстасып тұрады. 1–1 – қолды екі жаққа созу "Шеңбер жасаймыз"; 1–2 – "Шеңберді жоғары көтереміз" қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу "Шеңберді кеңейтеміз"; бастанқы қалыпқа келу (3 рет қайталау). 2. Бастанқы қалып – қол созып қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ, нық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу "Шеңбер оң жақта"; 2–2 – солға бұрылу "Шеңбер сол жақта". Бастанқы қалыпқа келу; (3 рет орындау)	Шеңбер болып тұру; Балаларды шеңбер болып жүруді үйрету.	"Шеңбер болып жүрейік" ойыны. "Жапалақ" ойыны. "Шеңберге тұру" пысықтау ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Саяхатқа шығамыз" ойыны.	1	
	6	Аюмен бірге шеңберге тұрайық	Балаларды шеңберге дұрыс тұру іскерліктерін жетілдіру; дене жаттығуларын дұрыс жасай білуге машықтау; ептілік дағдылары мен эмоциялық көңіл күйді дамыту; шеңберге тұру арқылы балаларды дербестік пен жылдамдық іскерліктерін жетілдіру; шеңберге тұру және жаттығуларды жасау кезінде достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу; қимылды дұрыс қайталай білуге үйрету.	Бір қатар болып сапқа тұрамыз, бір сызықтың бойымен кегльдердің арасымен орта екпінмен тоқтаусыз 2 минутқа дейін жүреміз және екі қолымызды еркін екі жаққа созып, екі аяқты айқастырып, қонжық сияқты алға және артқа жүреміз, серіпшелі адыммен жүре отырып, бір қатар сапқа қайта тұрамыз.	"Шеңбер" жасау. 1. Бастанқы қалып – негізгі тұрыс. Балалар бір-біріне қарап, қол ұстасып тұрады. 1–1 – қолды екі жаққа созу "Шеңбер жасаймыз"; 1–2 – "Шеңберді жоғары көтереміз" қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу "Шеңберді кеңейтеміз"; бастанқы қалыпкелу (3 рет қайталау). 2. Бастанқы қалып – қол созып қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ, нық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу "Шеңбер оң жақта"; 2–2 – солға бұрылу "Шеңбер сол жақта". Бастанқы қалып келу; (3 рет орындау)	Шеңбер болып тұру. Шеңбер бойымен жүру. Арқаны тік көтеру. Аяқтың ұшымен жүру. Аяқтарының ұшына тұрып, шеңбер болып жүру. Енді табанымызбен жүру.	"Аяқ ұшымен жүр" пысықтау ойыны. "Досымызбен жарасайық" ойыны. "Доп кімде?" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Аюдың үйшігіне саяхат" ойыны.	1	
Табиғат әлемі	7	Қояндармен бірге жүгіру	Балаларды шеңбер бойымен жылдам жүгіруге үйрету; шеңбердің пайда болуы үшін жасалатын қимыл түрлерін пысықтау; үлкен шеңбер жасау барысында алған түсініктерін қимыл арқылы көрсетуге үйрету.	Балаларды шеңбер бойымен оң және солға қарай аяқтың ұшымен, өкшемен, жартылай жүрелей отырып, баяу және шапшаң жүргізу, жүгірту, қоян сияқты секірту; Қолдағы білезіктерін айналдырып, қолдарымен қоянның құлағын көрсете отырып, саусақтарын қимылдату; иықты алға және артқа созып, жоғары көтеріп, төмен түсіруді алмастыра орындап жүгіру.	1–1 Балаларға қолды бастан жоғары көтеріп, қоянның құлағын жасау, қолдарын жоғары көтеріп, шапалақтау, бір мезгілде аяқтың ұшына көтерілу (3 рет қайталау). 2. Бастанқы қалып. Қолды төске қойып, қоянның кейпіне сну. 2–1 оң иықты көтеру; 2–2 Бастанқы қалыпқа келу; 2–3– сол иықты көтеру. 2–4. Бастанқы қалыпқа келу (3 рет қайталау). 3. Бастанқы қалып. Қолды төске қойып, қоян сияқты тұру. 3–1– 3 рет секіру; 3–2 – Бастанқы қалыпқа келу; 3–3– 3 рет секіру; 3–4. Бастанқы қалып келу (2 рет қайталау).	Шеңбер бойымен жүгіру; Жылдам шеңбер бойымен жүгіруге үйрету.	"Қоян қалай жүгіреді?" тәжірибе жаттығуы. "Қояндардан жылдамбыз" ойыны. "Жеңімпаз қоян" пысықтау жаттығуы.	Тыныс алу жаттығулары. "Мені асықпай қуып жетіңдер" ойыны.	1	

	8	Қоян секілді жүгірейік	Балаларды шеңбер бойымен жылдам жүгіруді қайталау; шеңбердің пайда болуы үшін жасалатын қимыл түрлерін пысықтау; үлкен шеңбер жасау барысында алған түсініктерін қимыл арқылы көрсету іскерліктерін жетілдіру; шеңбер жасау барысында қол және саусақ бұлшық еттерін жетілдіру; ептілік дағдыларын, сөздік қорын және эмоциялық көңіл күйін дамыту; шеңбер бойымен жүгіру кезінде бір-біріне кедергі жасамай, педагогтың басшылығымен жаттығуларды жасау кезінде достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу; қимыл жаттығуларын дұрыс қайталай білуге ынталандыру.	Балаларды шеңбер бойымен оң және солға қарай аяқтың ұшымен, өкшемен, жартылай жүрелей отырып, баяу және шапшаң жүргізу, жүгірту, қоян сияқты секірту; Қолдағы білезіктерін айналдырып, қолдарымен қоянның құлағын көрсете отырып, саусақтарын қимылдату; иықты алға және артқа созып, жоғары көтеріп, төмен түсіруді алмастыра орындап жүгіру.	1—1 Балаларға қолды бастан жоғары көтеріп, қоянның құлағын жасау, қолдарын жоғары көтеріп, шапалақтау, бір мезгілде аяқтың ұшына көтерілу (3 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып. Қолды төске қойып, қоянның кейпіне ену. 2—1 Оң иықты көтеру; 2—2 Бастапқы қалыпқа келу; 2—3 Сол иықты көтеру. 2—4. Бастапқы қалып. келу (3 рет қайталау). 3. Бастапқы қалып, қолды төске қойып, қоян сияқты тұру. 3—1— 3 рет секіру; 3—2 – Бастапқы қалыпқа келу; 3—3— 3 рет секіру; 3—4 Бастапқы қалыпқа келу (2 рет қайталау).	Шеңбердің бойымен ақырын жүргізе отырып, №3 аудиожазба бойынша бірте-бірте жылдамдатылған ырақпен жүгіртіп, жылдам жүгіру жаттығуына дейін қимылды орындатады.	"Қоян секілді жүгіреміз" жаттығуы. "Қоян секілді секіреміз" ойыны. "Сұр қоян" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Мені асықпай қуып жетіндер" ойыны.	1	
	9	Бір, екі, үш.. жүгіреміз	Балаларды шеңбер бойымен жылдам жүгіруді, шеңбердің пайда болуы үшін жасалатын қимыл түрлерін пысықтау; үлкен шеңбер жасау барысында алған түсініктерін қимыл арқылы көрсету, шеңбер жасау барысында қол және саусақ бұлшық еттерін жетілдіру; ептілік дағдыларын, сөздік қорын және эмоциялық көңіл күйін дамыту; шеңбер бойымен жүгіру кезінде бір-біріне кедергі жасамай, педагогтың басшылығымен жаттығуларды жасау кезінде достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу; қимыл жаттығуларын дұрыс қайталай білуге ынталандыру.	Балаларды шеңбер бойымен оң және солға қарай аяқтың ұшымен, өкшемен, жартылай жүрелей отырып, баяу және шапшаң жүргізу, жүгірту, қоян сияқты секірту; Қолдағы білезіктерін айналдырып, қолдарымен қоянның құлағын көрсете отырып, саусақтарын қимылдату; иықты алға және артқа созып, жоғары көтеріп, төмен түсіруді алмастыра орындап жүгіру.	1. Бастапқы қалып: шаршы екі қолда, алға, жоғары, төмен. 2. Бастапқы қалып: Шаршы кеудеде, алға созу, кеудеге. 3. Бастапқы қалып: қол белде оңға, солға бұрылу. 4. Бастапқы қалып: отыру, қолды созу, жүру. 5. Отыру, шаршыны аяққа тигізу. 6. Шаршыларды қою, секіру.	Шеңбер бойымен жүгіру; Жылдам шеңбер бойымен жүгіруді пысықтау, қайталау.	"Қоян қалай жүгіреді?" жаттығуы. "Ақ қоян" ойыны. "Жеңімпаз қоян" пысықтау жаттығуы.	Тыныс алу жаттығулары. "Қайталаймыз" ойыны.	1	
Менің Қазақстаным	10	Қазақстан туы	Балаларға тура және айналма жолмен жүгіру туралы қысқаша мағлұмат беру; тура және айналма текшелерді айналып жүгіру жаттығуларымен таныстыру; балалардың жүру және жүгіру қимылдарын бақылап, қайталап көрсетуге машықтандыру.	Сап түзеу, музыкаға сәйкес қарапайым жүру, дене қыздыру жаттығуларын жасау; жүгіру, шеңбер бойымен жүгіру; шашырай жүгіру, белгі бойынша бағытты өзгерте жүгіру; қарапайым жүру кезінде қолдарды жоғары көтеріп, "Жала саусақтарымызды желбіретеміз" деген педагогтың сөзімен саусақтарын жалау сияқты қимылдату.	1 – Бастапқы қалып– негізгі тұрыс, қолды төмен түсіріп тұру. – қолды жан-жаққа созып, жоғары көтеріп, саусақтарды қимылдатып, "Жалауды желбірейік" деп айту, демді ішке тарту; – қолды төмен түсіру, демді шығару (3 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып– аяқтарды сәл алшақ қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру. – басты оңға иіп, қолды екі жаққа жіберу, жалауларды желбірету; – Бастапқы қалыпқа келу.2..3. – басты солға иіп, қолды сырғытып төмен түсіріп, жалаулардың басын жоғары қаратып, тік ұстау. 2.4. – Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау). 3. Бастапқы қалып – аяқтарды бірге қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру. – жерге отырып, қолды жанға қою, жалауларды желбірету; – Бастапқы қалыпқа келу. – жерге отырып, қолды алдыға жіберу, жалауларды желбірету; – Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау).	Тура және айналма жолмен жүгіру; Тура жолмен және текшелерді айналып жүгіру. Педагог: – Балалар, менімен бірге жаттығуларды қайталаймыз.	"Жел тұрды" жаттығуы. "Туды тура жолмен алайық" ойыны. "Туды тура жолмен алайық" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Тура жолмен жүрейік" ойыны.	1	

11	Жалауды биікке көтеріміз	Балаларды тура және айналма текшелерді айналып жүгіру жаттығуларын жасауды үйрету; балалардың жүру және жүгіру қимылдарын бақылап, қайталап көрсетуге машыктандыру; тура және айналма жолмен жүгіру барысында жылдамдық, ептілік дағдыларын дамыта отырып, балаларда жағымды эмоциялық көңіл-күй туындату; тура және айналма жолмен жүгіру кезінде бір-біріне кедергі жасамай, текшелерден өту жаттығуларын жасау кезінде достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.	Сап түзеу, музыкаға сәйкес қарапайым жүру, дене қыздыру жаттығуларын жасау; жүгіру, шеңбер бойымен жүгіру; шашырай жүгіру, белгі бойынша бағытты өзгерте жүгіру; қарапайым жүру кезінде қолдарды жоғары көтеріп, "Жала саусақтарымызды желбіретеміз" деген педагогтың сөзімен саусақтарын жалау сияқты қимылдату.	1 – Бастапқы қалып – негізгі тұрыс, қолды төмен түсіріп тұру. – қолды жан-жаққа созып, жоғары көтеріп, саусақтарды қимылдатып, "Жалауды желбірейік" деп айту, демді ішке тарту; – қолды төмен түсіру, демді шығару (3 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып – аяқтарды сәл алшақ қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру. – басты оңға иіп, қолды екі жаққа жіберу, жалауларды желбірету; – Бастапқы қалыпқа келу.2..3. – басты солға иіп, қолды сырғытып төмен түсіріп, жалаулардың басын жоғары қаратып, тік ұстау. 2.4. – Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау). 3. Бастапқы қалып – аяқтарды бірге қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру. – жерге отырып, қолды жанға қою, жалауларды желбірету; – Бастапқы қалыпқа келу. – жерге отырып, қолды алдыға жіберу, жалауларды желбірету; – Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау).	Тура және айналма жолмен жүгіру; Тура жолмен және текшелерді айналып жүгіру. Педагог: – Балалар, менімен бірге жаттығуларды қайталаймыз.	"Жел тұрды" жаттығуы.	Тыныс алу жаттығулары. "Тура жолмен жүрейік" ойыны.	1	
12	Текшелерді айналып жүгіреміз	Балаларды тура және айналма текшелерді айналып жүгіру жаттығуларын пысықтау; балалардың жүру және жүгіру қимылдарын бақылап, қайталау; тура және айналма жолмен жүгіру барысында жылдамдық, ептілік дағдыларын дамыта отырып, балаларда жағымды эмоциялық көңіл-күй туындату; тура және айналма жолмен жүгіру кезінде бір-біріне кедергі жасамай, текшелерден өту жаттығуларын жасау кезінде достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.	Сап түзеу, музыкаға сәйкес қарапайым жүру, дене қыздыру жаттығуларын жасау; жүгіру, шеңбер бойымен жүгіру; шашырай жүгіру, белгі бойынша бағытты өзгерте жүгіру; қарапайым жүру кезінде қолдарды жоғары көтеріп, "Жала саусақтарымызды желбіретеміз" деген педагогтың сөзімен саусақтарын жалау сияқты қимылдату.	1 – Бастапқы қалып – негізгі тұрыс, қолды төмен түсіріп тұру. – қолды жан-жаққа созып, жоғары көтеріп, саусақтарды қимылдатып, "Жалауды желбірейік" деп айту, демді ішке тарту; – қолды төмен түсіру, демді шығару (3 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып – аяқтарды сәл алшақ қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру. – басты оңға иіп, қолды екі жаққа жіберу, жалауларды желбірету; – Бастапқы қалыпқа келу.2..3. – басты солға иіп, қолды сырғытып төмен түсіріп, жалаулардың басын жоғары қаратып, тік ұстау. 2.4. – Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау). 3. Бастапқы қалып – аяқтарды бірге қойып, қолдарды төмен түсіріп тұру. – жерге отырып, қолды жанға қою, жалауларды желбірету; – Бастапқы қалыпқа келу. – жерге отырып, қолды алдыға жіберу, жалауларды желбірету; – Бастапқы қалыпқа келу (3 рет қайталау).	Тура және айналма жолмен жүгіру; Тура жолмен және текшелерді айналып жүгіру. Педагог: – Балалар, менімен бірге жаттығуларды қайталаймыз.	"Жел тұрды" жаттығуы.	Тыныс алу жаттығулары. "Тура жолмен жүрейік" ойыны.	1	

Қош келдің, алтын күз!	13	Салтанатты адым	Балаларды тізені жоғары көтеріп жүруге үйрету; тізені жоғары көтеріп, адымдау арқылы дене қимылдарын жетілдіру. Тізені жоғары көтеріп жүру арқылы балалардың жылдамдық қабілеттерін дамыту; тізе жаттығуларын жасату кезінде ағзасын жетілдіру; эмоциялық көңіл күйлерін көтеру.	Заттардың арасымен жүру, заттарды аттап жүру; қолды шынтақтап бүгіп, денені сәл алға қарай еңкейтіп, бір тізбекте бір қалыпты жүгіру, жүгіруді жүріске алмастырып, менің артымнан жүру.	1. «Қанат қағып қарлығаштай» жаттығуы. Бастапқы қалып – аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. 1 – "Қолымызды созайық" деп қолдарын асықпай алдыға созып айқастыру; 2 – "Қарлығаштай қанат артқа қағайық" деп артына созып айқастыру; 3 – "Биікке қанат қағайық" деп жоғары көтеріп айқастыру; 4 – "Ақырын жерге қонайық" деп алдыға еңкейіп, қолдың білезігін сілкілеу (3 рет). 2. «Сағат тіліндей қозғалайық». Бастапқы қалып – аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. "Қозғалып сағат тіліндей" деп төмен еңкею, "Қанат қағайық оң жаққа" сөзімен денені оң жаққа, "Қанат қағайық сол жаққа" деп сол жаққа, содан кейін "Қанат қағайық тоқтамай" деп денені кезек-кезек үздіксіз қозғау. Әр жаққа 2 реттен қозғап, жаттығуды орындау. 3. «Билетейік аяқты» жаттығуы. Бастапқы қалып – аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. "Билетейік аяқты" сөзімен екі аяқты кезек алға қою. Әр жаққа 2 реттен жаттығуды орындау.	Тізені жоғары көтеріп жүру; Гимнастикалық бөрененің үстінен тізені жоғары көтеріп жүру.	"Маған қарай адымдаңдар" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Жапырақтарды жина!" ойыны.	1	
	14	Әдемі, салтанатты адым жасайық	Балаларды тізені жоғары көтеріп жүру іскерліктерін дамыта отырып, тізені жоғары көтеріп, адымдау арқылы дене қимылдарын жетілдіру; тізені жоғары көтеріп жүру арқылы балалардың жылдамдық қабілеттерін дамыту; тізе жаттығуларын жасату кезінде ағзасын жетілдіру; эмоциялық көңіл күйлерін көтеру; балаларды шапшаңдық қабілеттерін тез игере білуге баулу; дене жаттығуларын жасауда тазалыққа және ұқыптылыққа, себетке алмаларды жинап беру, көмектесуге тәрбиелеу.	Заттардың арасымен жүру, заттарды аттап жүру; қолды шынтақтап бүгіп, денені сәл алға қарай еңкейтіп, бір тізбекте бір қалыпты жүгіру, жүгіруді жүріске алмастырып, менің артымнан жүру.	1. "Қарлығаштай қанат қағайық" жаттығуы. Бастапқы қалып - аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. 1 - "Қолымызды созайық" деп қолдарын асықпай алдыға созып айқастыру; 2 - "Қарлығаштай қанат артқа қағайық" деп артына созып айқастыру; 3 - "Биікке қанат қағайық" деп жоғары көтеріп айқастыру; 4 - "Ақырын жерге қонайық" деп алдыға еңкейіп, қолдың білезігін сілкілеу (3 рет). 2. "Сағат тіліндей оңға бір, солға бір". Бастапқы қалып - аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. "Қозғалып сағат тіліндей" деп төмен еңкею, "Қанат қағайық оң жаққа" сөзімен денені оң жаққа, "Қанат қағайық сол жаққа" деп сол жаққа, содан кейін "Қанат қағайық тоқтамай" деп денені кезек-кезек үздіксіз қозғау. Әр жаққа 2 реттен қозғап, жаттығуды орындау. 3. "Билетейік аяқты" жаттығуы. Бастапқы қалып - аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. "Билетейік аяқты" сөзімен екі аяқты кезек алға қою. Әр жаққа 2 реттен жаттығуды орындау.	Бағыт-бағдарымен және нұсқаулығымен қатарға тұрып, қарапайым адымдауды қайталайды. Содан кейін балалар сап түзеп, араларындағы алшақтықты сақтап, бір-біріне кедергі жасамай, тізені жоғары көтеріп жүру.	"Жалаушаны әкел" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Алмаларды жина!" ойыны.	1	

	15	Тізені жоғары көтеріп жүрейік	Балаларды тізені жоғары көтеріп жүру, тізені жоғары көтеріп, адымдау арқылы дене қимылдарын жетілдіру; тізені жоғары көтеріп жүру арқылы балалардың жылдамдық қабілеттерін дамыту; балалардың эмоциялық көңіл - күйлерін көтеру; балаларды шапшаңдық қабілеттерін тез игере білуге баулу; дене жаттығуларын жасауда тазалыққа және ұқыптылыққа, себетке жемістерді жинап беру, көмектесуге тәрбиелеу.	Заттардың арасымен жүру, заттарды аттап жүру; қолды шынтақтап бүгіп, денені сәл алға қарай еңкейтіп, бір тізбекте бір қалыпты жүгіру, жүгіруді жүріске алмастырып, менің артымнан жүру.	1. Бастапқы қалып: шаршы екі қолда, алға, жоғары, төмен шаршыны көтереміз. Бір, екі, үш.. Жақсы. 2. Бастапқы қалып: Шаршы кеудеде, алға созу, кеудеге қайтадан әкелеміз. (3 рет қайталау) 3. Бастапқы қалып: қол белде оңға, солға бұрылу. (2 рет қайталау) 4. Бастапқы қалып: отыру, қолды созу, адымдап жүру. 5. Отыру, шаршыны аяққа тигізу. 6. Шаршыларды қою, секіру.	Тізені жоғары көтеріп жүру; Гимнастикалық бөрененің үстінен тізені жоғары көтеріп жүру.	"Мен нұсқаймын" кимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Жемістерді жина!" ойыны.	1	
Күз сыйы	16	Еңбектеп жеміс жинайық	Балаларды қатар қойылған заттар арасымен еңбектеуге үйрету; еңбектеу жаттығуларын жасауға деген бейімділіктерін қалыптастыра отырып, еңбектеудегі дене қимыл ерекшеліктерін меңгерту. Заттар арасымен еңбектеу қабілетін дамыту; еңбектеу техникасын үйретуде жаңа қимылдармен таныстыру; балалардың тілдік қоры мен эмоциялық көңіл күйлерін дамыту.	Заттардың арасымен және заттарды аттап жүру жаттығуларын жасауға дағдыландыру; екі қолды шынтақтап бүгіп, денені сәл алға қарай еңкейтіп, бір тізбекте бір қалыпты жүру, жүгіру, жүгіруді жүріске алмастыру.	1. "Қанат қағайық мына құстай" жаттығуы. Бастапқы қалып - аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. 1 – "Қолымызды созайық" деп қолдарын асықпай алдыға созып айқастыру; 2 – "Қанат артқа қағайық" деп артына созып айқастыру; 3 – "Биікке қанат қағайық" деп жоғары көтеріп айқастыру; 4 – "Ақырын жерге қонайық" деп алдыға еңкейіп, қолдың білезігін сілкілеу (3 рет). 2. "Сағат тіліндей қозғалайық". Бастапқы қалып - аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. "Қозғалып сағат тіліндей" деп төмен еңкею, "Қанат қағайық оң жаққа" сөзімен денені оң жаққа, "Қанат қағайық сол жаққа" деп сол жаққа, содан кейін "Қанат қағайық тоқтамай" деп денені кезек-кезек үздіксіз қозғау. Өр жаққа 2 реттен қозғап, жаттығуды орындау. 3. "Көңілді аяқтар" 2-3 рет секіру, 6-8 рет бір орында жүру.	Қатар қойылған заттар арасымен еңбектеу; Заттар арасымен еңбектеуді қайталау.	"Жыландар" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Құмырсқа секілді дем алайық" ойыны.	1	

17	Құмырсақалар секілді еңбектенеміз	Балаларды қатар қойылған заттар арасымен еңбектеуді қайталау; еңбектеу жаттығуларын жасауға деген бейімділіктерін қалыптастыру; еңбектеудегі дене қимыл ерекшеліктерін меңгерту; заттар арасымен еңбектеу қабілетін дамыту; жаңа қимылдарды қайталау; балалардың тілдік қоры мен эмоциялық көңіл күйлерін дамыту; балаларды шапшаңдыққа тәрбиелеу; қауіпсіздік техникасы мен тазалық ережелерін сақтауға баулу.	Заттардың арасымен және заттарды аттап жүру жаттығуларын жасауға дағдыландыру; екі қолды шынтақтап бүгіп, денені сәл алға қарай еңкейтіп, бір тізбекте бір қалыпты жүру, жүгіру, жүгіруді жүріске алмастыру.	1. "Қанат қағып қарлығаштай" жаттығуы. Бастапқы қалып - аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. 1 - "Қолымызды созайық" деп қолдарын асықпай алдыға созып айқастыру; 2 - "Қарлығаштай қанат артқа қағайық" деп артына созып айқастыру; 3 - "Биікке қанат қағайық" деп жоғары көтеріп айқастыру; 4 - "Ақырын жерге қонайық" деп алдыға еңкейіп, қолдың білезігін сілкілеу (3 рет). 2. "Сағат тіліндей қозғалайық". Бастапқы қалып- аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. "Қозғалып сағат тіліндей" деп төмен еңкею, "Қанат қағайық оң жаққа" сөзімен денені оң жаққа, "Қанат қағайық сол жаққа" деп сол жаққа, содан кейін "Қанат қағайық тоқтамай" деп денені кезек-кезек үздіксіз қозғау. Әр жаққа 2 реттен қозғап, жаттығуды орындау. 3. "Билетейік аяқты" жаттығуы. Бастапқы қалып - аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. "Билетейік аяқты" сөзімен екі аяқты кезек алға қою. Әр жаққа 2 реттен жаттығуды орындау.	Қатар қойылған заттар арасымен еңбектеу; Заттар арасымен еңбектеуді қайталау.	"Тасбақа" ойыны. "Еңбектеп жеміс жинайық" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Дем алайық" ойыны.	1	
----	-----------------------------------	---	--	---	--	---	---	---	--

	18	Еңбектейік, ерінбейік	Балаларды заттардан аттап жүруге үйрету; жаттығуды жасау кезінде қимыл белсенділігін қалыптастыру; ағзаның дұрыс дамып, жетілуі үшін күнделікті ішіп жүрген тамақтың маңызы туралы ұғымдарын кеңейту.	Заттардың арасымен және заттарды аттап жүру жаттығуларын жасауға дағдыландыру; екі қолды шынтақтап бүгіп, денені сәл алға қарай еңкейтіп, бір тізбекте бір қалыпты жүру, жүгіру, жүгіруді жүріске алмастыру.	1. «Қанат қағып қарлығаштай» жаттығуы. Бастапқы қалып – аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. 1. "Қолымызды созайық" деп қолдарын асықпай алдыға созып айқастыру; 2 – "Қарлығаштай қанат артқа қағайық" деп артына созып айқастыру; 3 – "Биікке қанат қағайық" деп жоғары көтеріп айқастыру; 4 – "Ақырын жерге қонайық" деп алдыға еңкейіп, қолдың білезігін сілкілеу (3 рет). 2. «Сағат тіліндей қозғалайық». Бастапқы қалып – аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. "Қозғалып сағат тіліндей" деп төмен еңкею, "Қанат қағайық оң жаққа" сөзімен денені оң жаққа, "Қанат қағайық сол жаққа" деп сол жаққа, содан кейін "Қанат қағайық тоқтамай" деп денені кезек-кезек үздіксіз қозғау. Әр жаққа 2 реттен қозғап, жаттығуды орындау. 3. «Билетейік аяқты» жаттығуы. Бастапқы қалып – аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. "Билетейік аяқты" сөзімен екі аяқты кезек алға қою. Әр жаққа 2 реттен жаттығуды орындау.	Заттардан аттап жүру; Заттарды аттап жүрудегі қимыл белсенділігін қалыптастыру.	"Бидай шашам қаптардан" ойыны. "Дихан болам, бидай шашам!" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Егін егу" ойыны.	1	
Ас атасы – нан	19	Нан қадірі	Балаларды заттардан аттап жүруге үйрету; жаттығуды жасау кезінде қимыл белсенділігін қалыптастыру; ағзаның дұрыс дамып, жетілуі үшін күнделікті ішіп жүрген тамақтың маңызы туралы ұғымдарын кеңейту. Заттарды құлатпай аттап жүру дағдыларын дамыту; заттардан аттау кезіндегі ептілік қабілеттерін жетілдіру; жүру түрлері туралы ұғымдарын кеңейту; ағза дамуына байланысты тамақ, соның ішінде нанның қадір-қасиеті туралы білімдерін дамыту.	Залда еркін жүру. Қатарға тұру. Денені тік ұстау. Тізбекпен қойылған заттардың арасымен аяқ пен қол қимылын үйлестіру. Тізені жоғары көтеріп жүру. Жай жүру кезінде аяқтың ұшымен және өкшемен жүру. Қолды белге қойып, музыка ырғағына сәйкес адымдау. Би элементтерімен еденді тарсылдатып жүру.	1. «Қанат қағып қарлығаштай» жаттығуы. Бастапқы қалып – аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. 1 – "Қолымызды созайық" деп қолдарын асықпай алдыға созып айқастыру; 2 – "Қарлығаштай қанат артқа қағайық" деп артына созып айқастыру; 3 – "Биікке қанат қағайық" деп жоғары көтеріп айқастыру; 4 – "Ақырын жерге қонайық" деп алдыға еңкейіп, қолдың білезігін сілкілеу (3 рет). 2. «Сағат тіліндей қозғалайық». Бастапқы қалып – аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. "Қозғалып сағат тіліндей" деп төмен еңкею, "Қанат қағайық оң жаққа" сөзімен денені оң жаққа, "Қанат қағайық сол жаққа" деп сол жаққа, содан кейін "Қанат қағайық тоқтамай" деп денені кезек-кезек үздіксіз қозғау. Әр жаққа 2 реттен қозғап, жаттығуды орындау. 3. «Билетейік аяқты» жаттығуы. Бастапқы қалып – аяқты сәл алшақ қойып, қолдарын төмен түсіріп тұрады. "Билетейік аяқты" сөзімен екі аяқты кезек алға қою. Әр жаққа 2 реттен жаттығуды орындау.	Заттардан аттап жүру; Заттарды аттап жүрудегі қимыл белсенділігін қалыптастыру.	"Бидай шашам қаптардан" ойыны	Тыныс алу жаттығулары. "Егін егу" ойыны.	1	

20	Нан болса, ән де болады	Балаларды заттардан аттап жүру іскерліктерін жетілдіру; жаттығуды жасау кезінде қимыл белсенділігін арттыру; ағзаның дұрыс дамып, жетілуі үшін күнделікті ішіп жүрген тамақтың маңызы туралы ұғымдарын кеңейту; заттарды құлатпай аттап жүру дағдыларын дамыта отырып, балалардың заттардан аттау кезіндегі ептілік қабілеттерін жетілдіру; жалпы дамыту жаттығулары арқылы балалардың тыныс алу органдарының жұмысына жақсы әсер ету.	Залда еркін жүру. Қатарға тұру. Денені тік ұстау. Тізбекпен қойылған заттардың арасымен аяқ пен қол қимылын үйлестіру. Тізені жоғары көтеріп жүру. Жай жүру кезінде аяқтың ұшымен және өкшемен жүру. Қолды белге қойып, музыка ырғағына сәйкес адымдау. Би элементтерімен еденді тарсылдатып жүру.	1. "Керілу жаттығулары". - Бастапқы қалып - аяқты бірге немесе иық деңгейіне сай қою. - Бір қолды жоғары көтеріп, екіншісін жанға қарай созады, одан кейін керісінше осы ретпен кезек-кезек қайталайды. Жаттығу баяу, ақырын жасаулағ тиіс. Ырғақ: 1-2 - керілу- тыныс алу; 3-4 бастапқы қалыпқа оралу дем шығару. 2. "Қол және иыққа арналған жаттығулар". - Бастапқы қалып - аяқты иық деңгейіне сай қою. - Қолды иыққа қою. Қолды иыққа қарай иген күйде айналдыра қозғау; - Түзу тұрған қолды айналдыру. - Бір қолды жоғары көтеріп, екіншісін кейін серпиді де, осы қимылдар бірнеше қайталанады. 3. "Аяққа арналған жаттығулар". - Бастапқы қалып - аяқты иық деңгейіне сай қою. - Аяқтың ұшымен көтерілу, қайтадан біртіндеп өкшемен төмен түсу. (3 рет қайталау) 1. "Керілу жаттығулары". - Бастапқы қалып - аяқты бірге немесе иық деңгейіне сай қою. - Бір қолды жоғары көтеріп, екіншісін жанға қарай созады, одан кейін керісінше осы ретпен кезек-кезек қайталайды. Картинка ребенок. ноги на ширине плеч. одна рука поднята вверх другая в сторону. Жаттығу баяу, ақырын жасаулағ тиіс. Ырғақ: 1-2 -керілу- тыныс алу; 3-4 бастапқы қалыпқа оралу дем шығару. 2. "Қол және иыққа арналған жаттығулар". - Б.к. - аяқты иық деңгейіне сай қою. - Қолды иыққа қою. Қолды иыққа қарай иген күйде айналдыра қозғау; - Түзу тұрған қолды айналдыру. - Бір қолды жоғары көтеріп, екіншісін кейін серпиді де, осы қимылдар бірнеше қайталанады. 3. "Аяққа арналған жаттығулар". - Бастапқы қалып - аяқты иық деңгейіне сай қою. - Аяқтың ұшымен көтерілу, қайтадан біртіндеп өкшемен төмен түсу. (3 рет қайталау)	Заттардан аттап жүру; Заттарды аттап жүрудегі қимыл белсенділігін қалыптастыру.	"Жинап алыңдар" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Егін егу" ойыны.	1	
----	-------------------------	--	---	---	---	------------------------	--	---	--

21	Аттап жүгірейік	Балаларды заттардан аттап жүру дағдыларын жетілдіру; өткен оқу қызметін қайталау; жаттығуды жасау кезінде қимыл белсенділігін арттыру; заттарды құлатпай аттап жүру дағдыларын дамыту; заттардан аттау кезіндегі ептілік қабілеттерін жетілдіру; балалардың жалпы дамыту жаттығулары арқылы тыныс алу органдарының жұмысына жақсы әсер ету.	Залда еркін жүру. Қатарға тұру. Денені тік ұстау. Тізбекпен қойылған заттардың арасымен аяқ пен қол қимылын үйлестіру. Тізені жоғары көтеріп жүру. Жай жүру кезінде аяқтың ұшымен және өкшемен жүру. Қолды белге қойып, музыка ырғағына сәйкес адымдау. Би элементтерімен еденді тарсылдатып жүру.	1. "Керілу жаттығулары". - Бастапқы қалып - аяқты бірге немесе иық деңгейіне сай қою. - Бір қолды жоғары көтеріп, екіншісін жанға қарай созады, одан кейін керісінше осы ретпен кезек-кезек қайталайды. Картинка ребенок. ноги на ширине плеч. одна рука поднята вверх другая в сторону. Жаттығу баяу, ақырын жасаулағ тиіс. Ырғақ: 1-2 -керілу- тыныс алу; 3-4 бастапқы қалыпқа оралу дем шығару. 2. "Қол және иыққа арналған жаттығулар". - Бастапқы қалып- аяқты иық деңгейіне сай қою. - Қолды иыққа қою. Қолды иыққа қарай иген күйде айналдыра қозғау; - Түзу тұрған қолды айналдыру. - Бір қолды жоғары көтеріп, екіншісін кейін серпиді де, осы қимылдар бірнеше қайталанады. 3. "Аяққа арналған жаттығулар". - Бастапқы қалып - аяқты иық деңгейіне сай қою. - Аяқтың ұшымен көтерілу, қайтадан біртіндеп өкшемен төмен түсу. (3 рет қайталау)1. "Керілу жаттығулары" . - Бастапқы қалып - аяқты бірге немесе иық деңгейіне сай қою. - Бір қолды жоғары көтеріп, екіншісін жанға қарай созады, одан кейін керісінше осы ретпен кезек-кезек қайталайды. Картинка ребенок. ноги на ширине плеч. одна рука поднята вверх другая в сторону. Жаттығу баяу, ақырын жасаулағ тиіс. Ырғақ: 1-2 -керілу- тыныс алу; 3-4 бастапқы қалыпқа оралу дем шығару. 2. "Қол және иыққа арналған жаттығулар". - Бастапқы қалып - аяқты иық деңгейіне сай қою. - Қолды иыққа қою. Қолды иыққа қарай иген күйде айналдыра қозғау; - Түзу тұрған қолды айналдыру. - Бір қолды жоғары көтеріп, екіншісін кейін серпиді де, осы қимылдар бірнеше қайталанады. 3. "Аяққа арналған жаттығулар". - Бастапқы қалып - аяқты иық деңгейіне сай қою. - Аяқтың ұшымен көтерілу, қайтадан біртіндеп өкшемен төмен түсу. (3 рет қайталау)	"Бидай шашам қаптардан" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Егін егу" ойыны.	1	
----	-----------------	---	---	--	--------------------------------	--	---	--

Жыл құстары	22	Секіреді торғай	Балаларды заттардың үстінен екі аяқпен секіруге үйрету; заттардың үстінен екі аяқпен секіру жаттығуын жасау кезінде қимыл белсенділігін қалыптастыру; заттардың үстінен екі аяқпен секіру дағдыларына жаттықтыру. Заттар үстінен екі аяқпен секіре білу дағдыларын дамыту; заттардан аттау кезіндегі секіру қабілеттерін жетілдіру; секіру туралы ұғымдарын кеңейту; заттарды құлатпай екі аяқпен аттап секіруге дағдыландыру. Балаларды заттардың үстінен екі аяқпен секіру кезінде бір-біріне кедергі жасамай, епті, ұқыпты болуға тәрбиелеу; оқу қызметі кезінде достық, жолдастық қарым-қатынасқа тәрбиелеу; құстарды қорғау және аялау сезіміне баулу.	Бір қатарға сапқа тұру. Денені тік ұстау. Адымдарды кең алып, тізені жоғары көтеру. Заттардан аттап жүру. Өртүрлі бағытта алға, артқа жүру. Жай жүріп шеңбер құрып, айналу, жүгіру, шашырап жүгіру.	1. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1–1 қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1–2 қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру, қолды жан-жаққа созу, бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолымен ұстап тұру. 2–1 жерге отыру, допты жерге қою. 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 2–3 жерге отыру, допты жерге қою; 2–4 бастапқы қалыпқа келу; (4 рет) 3. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолымен ұстап тұру. 3–1 еңкею, допты жерге қою. 3–2 бастапқы қалыпқа келу; 3–3 еңкею, допты жерге қою; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3 рет).	Заттар үстінен секіру; Заттар үстінен екі аяқпен секіруге жаттықтыру.	"Маған қарай секіріңдер" ойыны. "Секіремін допша" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары	1	
	23	Көңілді секірейік!	Балаларды заттардың үстінен аяқпен секіру іскерліктерін жетілдіру; өткен оқу қызметін қайталау; заттардың үстінен аяқпен секіру жаттығуын жасау кезінде қимыл белсенділіктерін арттыру; заттардың үстінен екі аяқпен секіру дағдыларына жаттықтыруды жалғастыру; заттардың үстінен екі аяқпен секіре білу дағдыларын дамыта отырып, заттардан аттау кезіндегі секіру қабілеттерін жетілдіру.	Бір қатарға сапқа тұру. Денені тік ұстау. Адымдарды кең алып, тізені жоғары көтеру. Заттардан аттап жүру. Өртүрлі бағытта алға, артқа жүру. Жай жүріп шеңбер құрып, айналу, жүгіру, шашырап жүгіру.	1. "Керілу жаттығулары" . - Бастапқы қалып. - аяқты бірге немесе иық деңгейіне сай қою. - Бір қолды жоғары көтеріп, екіншісін жанға қарай созады, одан кейін керісінше осы ретпен кезек-кезек қайталайды. Жаттығу баяу, ақырын жасаулағ тиіс. Ырғақ: 1-2 -керілу- тыныс алу; 3-4 бастапқы қалыпқа оралу дем шығару. 2. "Қол және иыққа арналған жаттығулар". - Бастапқы қалып - аяқты иық деңгейіне сай қою. - Қолды иыққа қою. Қолды иыққа қарай иген күйде айналдыра қозғау; - Түзу тұрған қолды айналдыру. - Бір қолды жоғары көтеріп, екіншісін кейін серпиді де, осы қимылдар бірнеше қайталанады. 3. "Аяққа арналған жаттығулар". - Бастапқы қалып - аяқты иық деңгейіне сай қою. - Аяқтың ұшымен көтерілу, қайтадан біртіндеп өкшемен төмен түсу. (3 рет қайталау)	Заттардан екі аяқпен секіру.	"Көңілді секіреміз" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары	1	

	24	Торғай секілді секірейік	Балаларды заттардың үстінен екі аяқпен секіру дағдыларын қайталау; заттардың үстінен екі аяқпен секіру дағдыларын дамыту; секіру туралы ұғымдарын кеңейте отырып, заттарды құлатпай екі аяқпен аттап секіру іскерліктерін жетілдіру; балаларды заттардың үстінен екі аяқпен секіру кезінде бір-біріне кедергі жасамай, епті, ұқыпты болуға тәрбиелеу.	Бір қатарға сапқа тұру. Денені тік ұстау. Адымдарды кең алып, тізені жоғары көтеру. Заттардан аттап жүру. Өртүрлі бағытта алға, артқа жүру. Жай жүріп шеңбер құрып, айналу, жүгіру, шашырап жүгіру.	1. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1–1 қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1–2 қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру, қолды жан-жаққа созу, бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолымен ұстап тұру. 2–1 жерге отыру, допты жерге қою. 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 2–3 жерге отыру, допты жерге қою; 2–4 бастапқы қалыпқа келу; (4 рет) 3. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолымен ұстап тұру. 3–1 еңкею, допты жерге қою. 3–2 бастапқы қалыпқа келу; 3–3 еңкею, допты жерге қою; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3 рет).	Заттар үстінен секіру; Заттар үстінен екі аяқпен секіру іскерліктерін жетілдіру. №13 аудиожазба.	"Торғай секілді секіреміз" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары	1	
Жомарт күз	25	Домалайды алмалар	Балаларға допты бір-біріне домалату арқылы олардың қимыл белсенділігін қалыптастыру; жаттығулар барысында екі қолымен допты ұстап домалату икемділігіне үйрету; допты дұрыс бағытқа домалата білу дағдысын меңгерту; игерген жаттығулар мен дағдыларды пысықтау. Балалардың жаттығуларды ынтамен жасауға қызығушылық қабілеттерін арттыру; қол мен саусақ бұлшық еттерін дамыту; допты домалату техникасын меңгерту.	Бір қатарға тұру. Тізбекпен бір-бірден алға жүреміз, орнымызда тұрып аяқтың ұшымен жүру және денені тік және дұрыс ұстау. Бір-бірінің қолынан ұстап, шеңбер жасап жүру. Музыкаға сәйкес қимылды жасай жүріп, жүгіру, шашырай жүгіру, белгі бойынша бағытты өзгерте жүгіру, менің белгім бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларын дайындау.	1. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1–1 қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1–2 қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру, қолды жан-жаққа созу, бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 2–1 жерге отыру, допты жерге қою. 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 2–3 жерге отыру, допты жерге қою; 2–4 бастапқы қалыпқа келу (4 рет); 3. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 3–1 еңкею, допты жерге қою; 3–2 бастапқы қалыпқа келу; 3–3 еңкею, допты жерге қою; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3 рет).	Допты бір-біріне домалату; Қимыл белсенділігін қалыптастыру.	"Допты қуып жетіндер!" қимыл ойыны. "Домалайды алмалар жомарт күзде" ойыны	Тыныс алу жаттығулары. "Кім тыныш?" ойыны.	1	
	26	Күнге ұқсаймыз	Балаларға допты екі қолымен ұстап, бір-біріне домалату жаттығуларын жасау кезіндегі іскерліктерін жетілдіру; допты тура көздеп, бір бағытқа домалата білу дағдысын дамыту; қол мен саусақ бұлшықеттерін дамыта отырып, жаттығуларды ынтамен жасауға қызығушылық қабілеттерін арттыру; бір-біріне деген сенімділік сезіміне тәрбиелеу.	Музыка әуенімен балалар жүру жаттығуларын орындайды. Аяғамыздың ұшымен жүру. Денені тік ұстау. Шашырап жүгіру.	Аяқты алшақ қойып, допты оң қолымен ұстау. Қолды жанына созу. Қайтадан қалыпқа келу. Допты сол қолымызға ауыстыру, қайтадан қолымызды жанына созу, қайтадан қалыпқа келу.	Допты бір-біріне қарай домалату.	-	Тыныс алу жаттығулары "Күнге ұқсаймыз"	1	
	27	Домалатайық қане біз	Балаларға допты екі қолымен ұстап, бір-біріне домалату жаттығуларын қайталау; допты тура көздеп, бір бағытқа домалата білу дағдыларын дамыту; балаларды қол мен саусақ бұлшықеттерін дамыта отырып, жаттығуларды ынтамен жасауға қызығушылық қабілеттерін арттыру; допты домалату техникасын жетілдіру; бір-біріне деген сенімділік сезіміне тәрбиелеу.	Бір қатарға сапқа тұру. Денені тік ұстау. Адымдарды кең алып, тізені жоғары көтеру. Заттардан аттап жүру. Өртүрлі бағытта алға, артқа жүру. Жай жүріп шеңбер құрып, айналу, жүгіру, шашырап жүгіру.	Аяқты алшақ қойып, допты оң қолымен ұстау. Қолды жанына созу. Қайтадан қалыпқа келу. Допты сол қолымызға ауыстыру, қайтадан қолымызды жанына созу, қайтадан қалыпқа келу.	Допты бір-біріне қарай домалату.	"Байланған орамал" қимылды ойыны.	Тыныс алу жаттығуы.	1	

Көлік	28	Көліктегі жемістер	Балаларды допты екі қолмен кезек лақтыруға үйрету; лақтыру тәсілінің допты бастан жоғары лақтыру түрімен таныстыру; лақтыру тәсіліне машықтандыру. Балаларды лақтыру жаттығуын ынтамен жасауға құлшындыру; дене, қол және саусақ бұлшық еттерін дамыту; допты бастан жоғары лақтыру техникасын меңгерту және лақтыру қабілетін дамыту.	Залда еркін жүру. Қатарға тұру. Денені тік ұстау. Тізбекпен қойылған заттардың арасымен аяқ пен қол қимылын үйлестіру. Тізені жоғары көтеріп жүру. Жай жүру кезінде аяқтың ұшымен және өкшемен жүру. Қолды белге қойып, музыка ырғағына сәйкес адымдау. Би элементтерімен еденді тарсылдатып жүру.	1. Баптапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1-1 қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1-2 қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру, қолды жан-жаққа созу, баптапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Баптапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 2-1 жерге отыру, допты жерге қою. 2-2 баптапқы қалыпқа келу; 2-3 жерге отыру, допты жерге қою; 2-4 баптапқы қалыпқа келу (4 рет); 3. Баптапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 3-1 еңкею, допты жерге қою; 3-2 баптапқы қалыпқа келу; 3-3 еңкею, допты жерге қою; 3-4 баптапқы қалыпқа келу (3 рет).	Допты бастан жоғары көтеріп, лақтыру; Лақтыру тәсілдерін үйрету. Лақтыру тәсілі: 1. Сол аяқ алда, оң аяқ артқа қарай сәл бүгілген; 2. Сол иық алға шығыңқы, сол қол алда; 3. Оң қолды бастан жоғары көтеріп, лақтырар кезде арта қарай сермеу. 4. Лақтыру. Лақтыру 2-3 рет қайталанады.	"Домалайды алмалар жомарт күзде" ойыны. "Лақтырайық көліктен домалаған доптарды" кимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Аспан мен жер" ойыны.	1	
	29	Доптарды лақтырайық	Балаларды екі жолдың арасымен жүру және жүгіруге (ені 20 см) үйрету; екі жолдың ортасымен жүру және жүгіру технологияларын игере білу дағдыларын қалыптастыру. Балаларды екі жолдың арасымен жүру және жүгіру жаттығуын ынтамен жасауға құлшындыру; дене, аяқ бұлшық еттерін дамыту; жолдан шықпай, жолды баспай жүру икемділігін дамыту; оқу қызметіне деген қызығушылықтарын арттыру.	Залда еркін жүру. Қатарға тұру. Денені тік ұстау. Тізбекпен қойылған заттардың арасымен аяқ пен қол қимылын үйлестіру. Тізені жоғары көтеріп жүру. Жай жүру кезінде аяқтың ұшымен және өкшемен жүру. Қолды белге қойып, музыка ырғағына сәйкес адымдау. Би элементтерімен еденді тарсылдатып жүру.	1. Баптапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1-1 қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1-2 қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру. қолды жан-жаққа созу, баптапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Баптапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 2-1 жерге отыру, допты жерге қою. 2-2 баптапқы қалыпқа келу. 2-3 жерге отыру, допты жерге қою. 2-4 баптапқы қалыпқа келу (4 рет). 3. Баптапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 3-1 еңкею, допты жерге қою. 3-2 баптапқы қалыпқа келу. 3-3 еңкею, допты жерге қою. 3-4 баптапқы қалыпқа келу (3 рет).		"Лақтырайық көліктен домалаған доптарды" кимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Күн мен Ай" ойыны.	1	
	30	Допты жоғарыға лақтырайық	Балаларды екі жолақтың арасымен тура бағытта бір-бірінен соң тізбекте жүру іскерліктерін жетілдіру; жүру икемділігін дамыта отырып, дене және аяқ бұлшықеттерін дамыту; өзара достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу; балаларды жаттығу кезінде дәлдікке, оқу қызметіне белсенді қатысу қабілетіне тәрбиелеу.	Залда еркін жүру. Қатарға тұру. Денені тік ұстау. Тізбекпен қойылған заттардың арасымен аяқ пен қол қимылын үйлестіру. Тізені жоғары көтеріп жүру. Жай жүру кезінде аяқтың ұшымен және өкшемен жүру. Қолды белге қойып, музыка ырғағына сәйкес адымдау. Би элементтерімен еденді тарсылдатып жүру.	1. Баптапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1-1 қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1-2 қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру. қолды жан-жаққа созу, баптапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Баптапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 2-1 жерге отыру, допты жерге қою. 2-2 баптапқы қалыпқа келу. 2-3 жерге отыру, допты жерге қою. 2-4 баптапқы қалыпқа келу (4 рет). 3. Баптапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 3-1 еңкею, допты жерге қою. 3-2 баптапқы қалыпқа келу. 3-3 еңкею, допты жерге қою. 3-4 баптапқы қалыпқа келу (3 рет).	Лақтыру тәсілі: 1. Сол аяқ алда, оң аяқ артқа қарай сәл бүгілген; 2. Сол иық алға шығыңқы, сол қол алда; 3. Оң қолды бастан жоғары көтеріп, лақтырар кезде арта қарай сермеу. 4. Лақтыру. Лақтыру 2-3 рет қайталанады.	"Жемістерді себетке жинайық" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Аспан мен Жер" ойыны.	1	

Жабайы табиғат әлемі	31	Жарысайық аюмен!	Балаларды екі жолақтың арасымен тура бағытта бір-бірінен соң тізбекте жүру дағдыларын оқу қызметінде қайталау; жүру икемділіктерін, дене және аяқ бұлшықеттерін дамыту; жолдан шықпай, жолды баспай жүру икемділіктерін арттыру; табиғатты аялап, құрметтеуге ынталандыру; балалардың жаттығуларды қайталау арқылы, оқу қызметін бекіту.	Бір қатарға сапқа тұру, денені түзу, тік ұстау. Тізбекпен қойылған заттардың арасымен аяқ пен қол қимылын үйлестіре отырып, тіземізді жоғары көтеріп жүру және жай жүру кезінде аяқтың ұшымен және өкшемен жүру, қолымызды белімізге қойып, музыка ырғағына сәйкес ақырын адымдап, би элементтерімен еденді тарсылдатып жүру, бір ізбен аяқты кезек алмастырып, тізені тік ұстап жүру.	1. Бастапқы қалып– негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру; 1–1 – қолды екі жаққа созу "Табиғат тамаша!" деп айту; 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру "Күн қандай әдемі!" деп айту, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу "Табиғат тамаша!" деп айту; Бастапқы қалып келу (3 рет орындау). 2. Бастапқы қалып– қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу "Күндей күлімдейік!" деп айту; 2–2 – солға бұрылып, "Күндей күлімдейік!" деп айту; Бастапқы қалып келу; (4 рет орындау). Бастапқы қалып– қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей бірінші жұп секіреді "Секіреміз доптай!" деп айту; 3–2 – қолды жібермей екінші жұп секіреді, "Секіреміз доптай!" деп айту; Бастапқы қалып келу (4 рет орындау).	Екі жолдың арасымен жүру және жүгіру (ені 20 см); Жүру және жүгіру технологияларын қалыптастыру.	"Аюменен жарысайық жүгіріп" қимыл ойыны. "Желден жүйрік балалар" ойыны.	№40 аудиожазбамен балаларға жаттығулар	1	
	32	Көпірден құлап кетпейік	Балаларды екі жолақтың арасымен тура бағытта бір-бірінен соң тізбекте жүру іскерліктерін жетілдіру; жүру икемділігін дамыта отырып, дене және аяқ бұлшықеттерін дамыту; өзара достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу; балаларды жаттығу кезінде дәлдікке, оқу қызметіне белсенді қатысу қабілетіне тәрбиелеу.	Бір қатарға сапқа тұру, денені түзу, тік ұстау. Тізбекпен қойылған заттардың арасымен аяқ пен қол қимылын үйлестіре отырып, тіземізді жоғары көтеріп жүру және жай жүру кезінде аяқтың ұшымен және өкшемен жүру, қолымызды белімізге қойып, музыка ырғағына сәйкес ақырын адымдап, би элементтерімен еденді тарсылдатып жүру, бір ізбен аяқты кезек алмастырып, тізені тік ұстап жүру.	1. Бастапқы қалып– негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру; 1–1 – қолды екі жаққа созу "Табиғат тамаша!" деп айту; 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру "Күн қандай әдемі!" деп айту, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу "Табиғат тамаша!" деп айту; Бастапқы қалып келу (3 рет орындау). 2. Бастапқы қалып– қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу "Күндей күлімдейік!" деп айту; 2–2 – солға бұрылып, "Күндей күлімдейік!" деп айту; Бастапқы қалып келу; (4 рет орындау). Бастапқы қалып– қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей бірінші жұп секіреді "Секіреміз доптай!" деп айту; 3–2 – қолды жібермей екінші жұп секіреді, "Секіреміз доптай!" деп айту; Бастапқы қалып келу (4 рет орындау).	"Қане, балалар жүрейік" жаттығуы Аяқ ұшымен, өкшемен, табанның ішкі жағымен жүру; Екі жолдың арасымен жүру және жүгіру. (ені 20см)	"Аюменен жарысайық жүгіріп" қимыл ойыны.	-	1	

	33	Тура бағытта жүреміз	Балаларды екі жолақтың арасымен тура бағытта бір-бірінен соң тізбекте жүру дағдыларын оқу қызметінде қайталау; жүру икемділіктерін, дене және аяқ бұлшықеттерін дамыту; жолдан шықпай, жолды баспай жүру икемділіктерін арттыру; табиғатты аялап, құрметтеуге ынталандыру; балалардың жаттығуларды қайталау арқылы, оқу қызметін бекіту.	Бір қатарға сапқа тұру, денені түзу, тік ұстау. Тізбекпен қойылған заттардың арасымен аяқ пен қол қимылын үйлестіре отырып, тіземізді жоғары көтеріп жүру және жай жүру кезінде аяқтың ұшымен және өкшемен жүру, қолымызды белімізге қойып, музыка ырғағына сәйкес ақырын адымдап, би элементтерімен еденді тарсылдатып жүру, бір ізбен аяқты кезек алмастырып, тізені тік ұстап жүру.	1. Бастапқы қалып– негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру; 1–1– қолды екі жаққа созу "Табиғат тамаша!" деп айту; 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру "Күн қандай әдемі!" деп айту, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу "Табиғат тамаша!" деп айту; Бастапқы қалып келу (3 рет орындау). 2. Бастапқы қалып– қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу "Күндей күлімдейік!" деп айту; 2–2 – солға бұрылып, "Күндей күлімдейік!" деп айту; Бастапқы қалып келу; (4 рет орындау). Бастапқы қалып– қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей бірінші жұп секіреді "Секіреміз доптай!" деп айту; 3–2 – қолды жібермей екінші жұп секіреді, "Секіреміз доптай!" деп айту; Бастапқы қалып келу (4 рет орындау).	Екі жолдың арасымен жүру және жүгіру (ені 20 см); Жүру және жүгіру технологияларын қалыптастыру.	"Кім жылдам?" қимыл ойыны.	"Көпірден өтейік" ойыны.	1	
Ғажайыптар әлемінде	34	Қасқырдан ептіміз	Балаларды сап түзеп жүгіріп, биіктігі 50 см жіптің астынан еңбектеп өтуге үйрету; жүгіру және еңбектеу технологиясын меңгерте отырып, жаңа қимылды тез қабылдай білуге машықтандыру. Балалардың жүгіру шапшаңдығын жетілдіру; еңбектеу кезінде балаларда ептілік, төзімділік, шапшаңдық қабілетін дамыту. Балаларды жаттығу кезінде батылдыққа, дәлдікке, достық қарым-қатынасқа, мәдениет және адамгершілік әдебіне, оқу қызметіне белсенді қатысуға тәрбиелеу.	Бір қатарға сапқа тұру, денені түзу, тік ұстау. Тізбекпен қойылған заттардың арасымен аяқ пен қол қимылын үйлестіре отырып, тіземізді жоғары көтеріп жүру және жай жүру кезінде аяқтың ұшымен және өкшемен жүру, қолымызды белімізге қойып, музыка ырғағына сәйкес ақырын адымдап, би элементтерімен еденді тарсылдатып жүру, бір ізбен аяқты кезек алмастырып, тізені тік ұстап жүру.	1. Бастапқы қалып– негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру; 1–1– қолды екі жаққа созу "Табиғат тамаша!" деп айту; 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру "Күн қандай әдемі!" деп айту, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу "Табиғат тамаша!" деп айту; Бастапқы қалып келу (3 рет орындау). 2. Бастапқы қалып– қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу "Күндей күлімдейік!" деп айту; 2–2 – солға бұрылып, "Күндей күлімдейік!" деп айту; Бастапқы қалып келу; (4 рет орындау). Бастапқы қалып– қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей бірінші жұп секіреді "Секіреміз доптай!" деп айту; 3–2 – қолды жібермей екінші жұп секіреді, "Секіреміз доптай!" деп айту; Бастапқы қалып келу (4 рет орындау).	Сап бойынша жүгіріп, жіптің астынан еңбектеу (биіктігі 50 см); Жүгіру және еңбектеуге үйрету.	"Қасқыр мен қоян" қимыл ойыны.	"Еңбектейміз ерінбей" ойыны.	1	

35	Қасқыр мен қоян	Балаларды сап түзеп жүгіріп, биіктігі 50 см жіптің астынан еңбектеп өту іскерліктерін жетілдіру; жүгіру шапшаңдығын жетілдіре отырып, педагогтің нұсқауларына көңіл аударып, жаттығуларды ептілікпен орындауға баулу.	Бір қатарға сапқа тұру, денені түзу, тік ұстау. Тізбекпен қойылған заттардың арасымен аяқ пен қол қимылын үйлестіре отырып, тіземізді жоғары көтеріп жүру және жай жүру кезінде аяқтың ұшымен және өкшемен жүру, қолымызды белімізге қойып, музыка ырғағына сәйкес ақырын адымдап, би элементтерімен еденді тарсылдатып жүру, бір ізбен аяқты кезек алмастырып, тізені тік ұстап жүру.	1. Баптапқы қалып – негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру. 1–1 – қолды екі жаққа созу "Тамаша!" деп айту. 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру "Күн қандай әдемі!" деп айту, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу "Тамаша!" деп айту; баптапқы қалыпқа келу (3 рет орындау). 2. Баптапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу "Күлейік!" деп айту. 2–2 – солға бұрылып, "Күлейік!" деп айту. Баптапқы қалыпқа келу (4 рет орындау). 3. Баптапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей, бір жұп секіреді "Секіреміз доптай!" деп айту. 3–2 – қолды жібермей, екінші жұп секіреді, "Секіреміз доптай!" деп айту. Баптапқы қалыпқа келу (4 рет орындау).	Сап бойынша жүгіріп, жіптің астынан еңбектеу іскерліктерін бекіту (биіктігі 50 см). Жүгіру және еңбектеуге іскерліктерін қайталау.	"Қасқыр мен қояндар" қимылды ойыны.	"Еңбектейміз ерінбей" ойыны.	1	
36	Біз ептіміз	Балаларды сап түзеп жүгіріп, биіктігі 50 см жіптің астынан еңбектеп өту дағдыларын қайталау; оқу қызметін пысықтау; жүгіру шапшаңдылығын бекіту.	Бір қатарға сапқа тұру, денені түзу, тік ұстау. Тізбекпен қойылған заттардың арасымен аяқ пен қол қимылын үйлестіре отырып, тіземізді жоғары көтеріп жүру және жай жүру кезінде аяқтың ұшымен және өкшемен жүру, қолымызды белімізге қойып, музыка ырғағына сәйкес ақырын адымдап, би элементтерімен еденді тарсылдатып жүру, бір ізбен аяқты кезек алмастырып, тізені тік ұстап жүру.	1. Баптапқы қалып – негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру. 1–1 – қолды екі жаққа созу "Тамаша!" деп айту. 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру "Күн қандай әдемі!" деп айту, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу "Тамаша!" деп айту; баптапқы қалыпқа келу (3 рет орындау). 2. Баптапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу "Күлейік!" деп айту. 2–2 – солға бұрылып, "Күлейік!" деп айту. Баптапқы қалыпқа келу (4 рет орындау). 3. Баптапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей, бір жұп секіреді "Секіреміз доптай!" деп айту. 3–2 – қолды жібермей, екінші жұп секіреді, "Секіреміз доптай!" деп айту. Баптапқы қалыпқа келу (4 рет орындау).	Сап бойынша жүгіріп, жіптің астынан еңбектеу іскерліктерін бекіту (биіктігі 50 см). Жүгіру және еңбектеуге іскерліктерін қайталау.	"Допты досына бер" қимылды ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Еңбектейміз ерінбей".	1	

Алақай, қыс келді!	37	Секірейік, тоңбайық!	Балаларды бір орында тұрып қос аяқпен секіруге үйрету; секіру дағдыларына машықтандыру; бір орында тұрып секірудің техникасын тез меңгеруге дағдыландыру. Балаларды бір орында тұрып қос аяқпен секіру жаттығуын ынтамен жасауға құлшындыру; дене, аяқ бұлшық еттерін дамыту; орнында тұзу тұра білу ікемділігін дамыту; оқу қызметіне деген қызығушылықтарын арттыру.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жұп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би кимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Б.к. аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау; Жалауларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6–8 рет қайталау); Бастапқы қалыпқа келу. 2. Б.к. тік тұру, жалауларды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, жалауларды нық тұсына қою; тұрып, жалауларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	Орнында тұрып қос аяқпен секіру; Қос аяқпен секіруді үйрену.	"Кенгуру" қимыл ойыны. "Қорқақ қоян" ойыны.	"Қардан қалап аққала" ойыны.	1	
	38	Кенгуру ұқсап секірейік	Балаларды бір орында тұрып қос аяқпен секірулерін дамыту; секіру дағдыларын, бір орында тұрып секірудің техникасын жетілдіру; балаларды бір орында тұрып қос аяқпен секіру жаттығуын ынтамен жасауға құлшындыру; дене, аяқ бұлшықеттерін дамыту.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жұп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би кимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау. Жалауларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6–8 рет қайталау). Бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып тік тұру, жалауларды екі қолмен ұстау. 2–1 жерге отырып, жалауларды нық тұсына қою, тұрып жалауларды алға қою (4-5 рет қайталау). 2–2 бастапқы қалыпқа келу. 3. Екі жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	Орнында тұрып қос аяқтап секіру.	"Кенгуру" қимыл ойыны. "Қорқақ қоян" ойыны.	-	1	
	39	Қоян секіруге шақырады	Балаларды бір орында тұрып қос аяқпен секіру іскерліктерін пысықтау; секіру дағдыларын, бір орында тұрып секірудің техникасын пысықтау; өткен оқу қызметтерін қайталау; балаларды бір орында тұрып қос аяқпен секіру жаттығуын ынтамен жасауға құлшындыру; доптарды көлемі бойынша ажырата білу іскерліктерін дамыту.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жұп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би кимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып аяқтың арасын алшақ қойып, допты екі қолмен алда ұстау. Допты жоғары көтеріп, оңға және солға қарай бағыттау (6–8 рет қайталау). Бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып тік тұру, допты екі қолмен ұстау. 2–1 жерге отырып, допты жерге қою, тұрып допты алға қарай бағыттау (4-5 рет қайталау). 2–2 бастапқы қалыпқа келу. 3. Допты екі қолмен ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	Орнында тұрып қос аяқтап секіру.	"Үлкен және кішкентай доптар" қимылды ойыны.	-	1	
Жайнай бер, Қазақстаным!	40	Тәуелсіз Қазақстан	Балаларды биіктігі 10 см гимнастикалық орындықтан тепе-теңдікті сақтап жүріп өтуге үйрету; бір ізбен жүре отырып, кеңістікте дене тепе-теңдігін сақтаудың дағдыларын меңгерту. Балалардың гимнастикалық орындықтан тепе-теңдікті сақтап жүріп өту жаттығуының техникасын дұрыс жасай білу ікемділіктерін жетілдіру; дене, аяқ бұлшық еттерін дамыту; кеңістікте өз дене тепе-теңдігін сақтаудың дағдыларын қалыптастыру; оқу қызметіне деген қызығушылықтарын арттыру.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жұп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би кимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау; Жалауларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6–8 рет қайталау); Бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып тік тұру, жалауларды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, жалауларды нық тұсына қою; тұрып, жалауларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	Гимнастикалық орындықтан тепе-теңдікті сақтап жүріп өтуге үйрету.	"Тальго пойызы" қимыл ойыны. "Көпіршік" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Шар" ойыны.	1	

	41	Алға, Қазақстан!	Балаларды биіктігі 10 см гимнастикалық орындықтан тепе-теңдікті сақтап жүріп өту іскерліктерін жетілдіру; бір ізбен жүре отырып, кеңістікте дене тепе-теңдігін сақтаудың дағдыларын дамыту; балалардың гимнастикалық орындықтан тепе-теңдікті сақтап жүріп өту жаттығуының техникасын дұрыс жасай білу ікемділіктерін жетілдіре отырып, дене, аяқ бұлшықеттерін дамыту.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жүп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би кимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп дөңгі алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау. Жалауды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6–8 рет қайталау). Бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып тік тұру, жалауды екі қолмен ұстау. 2–1 жерге отырып, жалауды иық тұсына қою; тұрып, жалауды алға қою (4–5 рет қайталау). 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20–30 сек. секіру.	Гимнастикалық орындықтан тепе-теңдікті сақтап жүру.	"Пойыз" кимылды ойыны	Тыныс алу жаттығулары "Шар" ойыны.	1	
	42	Тальго пойызы	Балаларды биіктігі 10 см гимнастикалық орындықтан тепе-теңдікті сақтап жүріп өту іскерліктерін; бір ізбен жүре отырып, кеңістікте дене тепе-теңдігін сақтаудың дағдыларын дамыту; балалардың гимнастикалық орындықтан тепе-теңдікті сақтап жүріп өту жаттығуының техникасын дұрыс жасай білу ікемділіктерін, оқу қызметін пысықтау.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жүп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би кимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп дөңгі алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып аяқтың арасын алшақ қойып, дөңгі ұстаған қолдарды алда ұстау. Дөңгі жоғары көтеріп, оңға және солға көтеру (6–8 рет қайталау). Бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып тік тұру, дөңгі екі қолмен ұстау. 2–1 жерге отырып, жалауды иық тұсына қою; тұрып, дөңгі алға қою (4–5 рет қайталау). 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Дөңгі бір қолға ұстап, бір орында 20–30 сек.секіру.	Гимнастикалық орындықтан тепе-теңдікті сақтап жүру.	"Тальго пойызы" кимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Шар" ойыны.	1	
Қош келдің, Жаңа жыл!	43	Қалайық қардан аққала	Балаларды дөңгі қақпаның ішіне қарай домалатуға (арақашықтығы 1-1,5м) үйрету; дөңгі қақпаның ішіне домалатудың техникасын меңгерту; дөңгелек заттардың домалау қасиеттерімен таныстыру. Балаларды дөңгі қақпаның ішіне қарай домалату (арақашықтығы 1-1,5 м), дөңгі қақпаның ішіне домалатудың техникасын дұрыс жасай білу ікемділіктерін жетілдіру; қол, дене бұлшық еттерін, дәлдеу қабілеттерін дамыту; кеңістікте дөңгі домалата білудің дағдыларын қалыптастыру; оқу қызметіне деген қызығушылықтарын арттыру.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жүп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би кимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп дөңгі алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, дөңгі оң қолмен ұстап тұру. 1–1 екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан дөңгі алу. 1–2 бір қолды алға созып, дөңгі сол қолға ауыстыру, екі қолды жан-жаққа созу, бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, дөңгі алдыда екі қолмен ұстап тұру. 2–1 жерге отыру, дөңгі жерге қою. 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 2–3 жерге отыру, дөңгі жерге қою; 2–4 бастапқы қалыпқа келу (4 рет); 3. Бастапқы қалыпаяқты алшақ қойып, дөңгі алдыда екі қолмен ұстап тұру. 3–1 еңкею, дөңгі жерге қою. 3–2 бастапқы қалыпқа келу; 3–3 еңкею, дөңгі жерге қою; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3 рет).	Дөңгі балалар бір-біріне, кейін қақпаның ішіне қарай (арақашықтығы 1-1,5 м) домалату; Дөңгі қақпаның ішіне домалату.			1	
	44	Аққала	Балаларды дөңгі қақпаның ішіне қарай домалату іскерліктерін жетілдіру; дөңгі қақпаның ішіне домалатудың техникасын меңгерту; дөңгелек заттардың домалау қасиеттері жайлы білімдерін дамыту; балаларды дөңгі қақпаның ішіне қарай домалату (арақашықтығы 1-1,5 м), дөңгі қақпаның ішіне домалатудың техникасын дұрыс жасай білу ікемділіктерін жетілдіру; қол, дене бұлшықеттерін, дәлдеу қабілеттерін дамыту.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жүп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би кимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп дөңгі алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. "Дөңгі қой" ойыны. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, дөңгі оң қолмен ұстап тұру. 1 - екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан дөңгі алу. 2 - бір қолды алға созып, дөңгі сол қолға ауыстыру. екі қолды жан-жаққа созу 4 - бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. "Дөңгі бер" ойыны. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, дөңгі алдыда екі қолмен ұстап тұру. 1 - жерге отыру, дөңгі жерге қою. 2 - бастапқы қалыпқа келу. 3 - жерге отыру, дөңгі жерге қою. 4 - бастапқы қалыпқа келу (4 рет).	Балалар дөңгі бір-біріне, кейін қақпаның ішіне қарай (арақашықтығы 1-1,5 м) домалатады. Дөңгі қақпаның ішіне домалату.	"Қарғалар" кимылды ойыны.	Тыныс алу жаттығуы "Тыныш, ақырын, баппен тыныс аламыз".	1	

	45	Домалатайық кане біз	Балаларды допты қақпаның ішіне қарай домалату іскерліктерін пысықтау; кішкентай доптарды себептерге жинау іскерліктерін дамыту; қыс мезгілінде болатын табиғат құбылыстары жайлы білімдерін толықтыру; оқу қызметін пысықтау; шапшаңдыққа тәрбиелеу.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жүп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би қимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. "Допты қой" жаттығуы. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1 - екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 2 - бір қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру. екі қолды жан-жаққа созу 4 - бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. "Допты бер" жаттығуы. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыда екі қолмен ұстап тұру. 1 - жерге отыру, допты жерге қою. 2 - бастапқы қалыпқа келу. 3 - жерге отыру, допты жерге қою. 4 - бастапқы қалыпқа келу (4 рет).	Балалар допты бір-біріне, кейін қақпаның ішіне қарай (арақашықтығы 1-1,5 м) домалатады. Допты қақпаның ішіне домалату.	"Кім көп доп жинайды?" қимылды ойын.	Тыныс алу жаттығулары "Шар" ойыны.	1	
Жаңа жылдық сыйлықтар	46	Жаңа доп	Балаларға педагог лақтырған допты қағып алып, оны қайтадан лақтыруға үйрету; допты қағып алу және қайтадан лақтыру техникасы дағдыларын меңгерту; балалардың лақтыру қабілеттерін қалыптастыру. Балаларды педагог лақтырған допты қағып алып, оны қайтадан лақтыруға үйрету; допты қағып алу және қайтадан лақтыру техникасын дұрыс жасай білу ікемділіктерін жетілдіру; қол, дене бұлшық еттерін, дәлдеу қабілеттерін дамыту; ауа кеңістігінде допты лақтыра білудің дағдыларын қалыптастыру; оқу қызметіне деген қызығушылықтарын арттыру.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жүп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би қимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалыпаяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1-1 екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1-2 бір қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру, екі қолды жан-жаққа созу, бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыда екі қолмен ұстап тұру. 2-1 жерге отыру, допты жерге қою. 2-2 бастапқы қалыпқа келу; 2-3 жерге отыру, допты жерге қою; 2-4 бастапқы қалыпқа келу (4 рет); 3. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыда екі қолмен ұстап тұру. 3-1 еңкею, допты жерге қою. 3-2 бастапқы қалыпқа келу; 3-3 еңкею, допты жерге қою; 3-4 бастапқы қалыпқа келу (3 рет).	Педагог лақтырған допты қағып алу; Педагог лақтырған допты қағып алу және қайтадан лақтыру.	"Құс ұясы" қимыл ойыны. "Көңілді доптар" ойыны.	Тыныс алу жаттығуларын "Шар қонақта" ойыны.	1	
	47	Жаңа жылдық сыйлығым	Балаларды педагог лақтырған затты қағып алып, қайтадан лақтыру іскерліктерін дамыту; шарды қағып алып, қайтадан лақтыруға үйрету; лақтыру кезінде қол, саусақ бұлшықеттерін дамыту; жаңа жылдық көңіл-күй сыйлау; жаңа жыл мерекесі жайлы балалардың ойларын дамыту; өз ойларымен бөлісуге ынтандандыру; ептіліктерін дамыту.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жүп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би қимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1 - екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан жалауды алу. 2 - бір қолды алға созып, жалауды сол қолға ауыстыру; екі қолды жан-жаққа созу 4 - бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 5 - жерге отыру, жалауды жерге қою. 6 - бастапқы қалыпқа келу. 7 - жерге отыру, допты жалауды қою.	"Шарды қағып ал" жаттығуы.	"Қояндар" қимылды ойыны.	-	1	

	48	Допты қағып алу	Балаларды педагог лақтырған допты қағып алып, оны қайтадан лақтыру іскерліктерін пысықтау; өткен оқу қызметтерін пысықтай отырып, балалардың допты қағып алу және қайтадан лақтыру техникасы дағдыларын жетілдіруге ықпал ету; балалардың Жаңа жыл мерекесі жайлы түсініктерін дамытып, жаңа жылдық көңіл-күй сыйлау; оқу қызметіне деген қызығушылықтарын дамыту.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жүп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би қимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. "Допты қой" ойыны. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1 - екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 2 - бір қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру. екі қолды жан-жаққа созу 4 - бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. "Допты бер" ойыны. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыда екі қолмен ұстап тұру. 1 - жерге отыру, допты жерге қою. 2 - бастапқы қалыпқа келу. 3 - жерге отыру, допты жерге қою.	"Допты қағып ал" жаттығуы.	"Тауықтар мен балапандар" қимылды ойыны.	-	1	
Қыс қызығы	49	Дөңге өрмелейік	Балаларды гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету; өз беттерімен бір-бірлеп өрмелеу арқылы қайтадан түсе білу дағдысына машықтандыру; гимнастикалық қабырғаға өрмелеу техникасымен таныстыру. Балалардың гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығу ікемділіктерін жетілдіру; қол, дене, аяқ бұлшық еттерін, ептілік қабілеттерін дамыту; гимнастикалық қабырғаға өрмелей білудің дағдыларын қалыптастыру; оқу қызметінде белсенділіктерін арттыру.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жүп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би қимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1-1 екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1-2 бір қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру, екі қолды жан-жаққа созу, бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алға екі қолмен ұстап тұру. 2-1 жерге отыру, допты жерге қою. 2-2 бастапқы қалыпқа келу; 2-3 жерге отыру, допты жерге қою; 2-4 бастапқы қалыпқа келу (4 рет); 3. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алға екі қолмен ұстап тұру. 3-1 еңкею, допты жерге қою. 3-2 бастапқы қалыпқа келу; 3-3 еңкею, допты жерге қою; 3-4 бастапқы қалыпқа келу (3 рет).	Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығу; Өз беттерімен бір-бірлеп өрмелеп, қайтадан түсу.	"Мені қуып жетіндер" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Өрмекші" ойыны	1	
	50	Біз қалай өрмелейміз?	Балаларды доға астынан еңбектеп өту іскерліктерін жетілдіру; кеглилармен жалпы дамыту жаттығуларын жасау; қол, дене, аяқ бұлшықеттерін, ептілік қабілеттерін дамыту; тыныс алу жаттығуы арқылы төрттағандап еңбектеп өтуге ынталандыру; жабайы жануар аудың қорегі жайлы білімдерін толықтыра отырып, қимылды ойынға қызығушылықтарын ояту.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жүп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би қимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1 - Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, кеглиді оң қолмен ұстап тұру. 2 - екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан кеглиді алу. 3 - бір қолды алға созып, кеглиді сол қолға ауыстыру; екі қолды жан-жаққа созу 4 - бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 5 - бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, кеглиді алдыда екі қолмен ұстап тұру. 6 - жерге отыру, кеглиді жерге қою. 7 - бастапқы қалыпқа келу. 8 - жерге отыру, кеглиді жерге қою.	Жорғалау техникасы.	"Балық аулаймыз" қимылды ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Өрмекші" ойыны	1	

	51	Дені саудын - жаны сау	Балаларды доға астынан еңбектеп өту іскерліктерін пысықтау; жалпы дамыту жаттығуларын жасауда қол, дене, аяқ бұлшықеттерін, ептілік қабілеттерін жетілдіру; оқу қызметін пысықтау, қорытындылау.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жүп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би кимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1-1 екі қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1-2 бір қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру, екі қолды жан-жаққа созу, бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алға екі қолмен ұстап тұру. 2-1 жерге отыру, допты жерге қою. 2-2 бастапқы қалыпқа келу; 2-3 жерге отыру, допты жерге қою; 2-4 бастапқы қалыпқа келу (4 рет); 3. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алға екі қолмен ұстап тұру. 3-1 еңкею, допты жерге қою. 3-2 бастапқы қалыпқа келу; 3-3 еңкею, допты жерге қою; 3-4 бастапқы қалыпқа келу (3 рет).	Жорғалау техникасы.	"Кеглиді соқ" кимылды ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Өрмекші" ойыны	1	
Қардың пайдасы	52	Тоңады қардан аяқтар	Бір орында тұрып, қос аяқпен ұзындыққа секіруге үйрету; балаларды ұзындыққа секіру техникасы дағдыларына баулу; қос аяқпен секіру кезінде дене тепе-теңдігін сақтауға дағдыландыру. Балалардың бір орында тұрып, қос аяқпен ұзындыққа секіру ікемділіктерін жетілдіру; дене, аяқ бұлшықеттерін, дене тепе-теңдігін сақтау ептілігін дамыту; қос аяқпен секіру кезіндегі дене тепе-теңдігін сақтау дағдыларын қалыптастыру; оқу қызметіне белсене қатысуға қызығушылықтарын арттыру.	Бір қатарға тұрып, біріміздің артымыздан біріміз жүреміз және жүгіреміз; тізбекпен жүп болып және 2-3 бала болып сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би кимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп допты алып, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау; 1-1 қолды жоғары созып, аяқтың ұшына тұру "Биік үй саламыз"; 1-2 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет); 2. Бастапқы қалып отырып, аяқты бірге ұстау, қол тізеде; 2-1 оң жаққа бұрылып, еденді кубикпен ұру; 2-2 бастапқы қалыпқа келу (сол жаққа дәл осы жаттығу қайталанатын) 3. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау; 3-1 жерге отырып, кубиктермен еденді ақырын тарсылдату "Шеге қағамыз"; 3-2 бастапқы қалыпқа келу (4-6 рет); 4. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау; 4-1 кубиктерді қолға ұстап, бір орында секіру; 4-2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет).	Бір орында тұрып, қос аяқпен ұзындыққа секіру; Қос аяқпен секіру кезінде дене тепе-теңдігін сақтай білу.	"Кенгуру" кимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Кім тыныш" ойыны.	1	
	53	Қыс қызығы қарда	Бір орында тұрып қос аяқтап секіру іскерліктерін жетілдіру; балаларды 1 м арақашықтыққа дейін қос аяқтап секіріп жүру дағдыларын дамыту; қос аяқпен секіру кезінде дене тепе-теңдігін сақтауға дағдыландыру; екі баладан жүп құрап, қолдарына доп ұстап 4-5 м жерден бір-біріне қарама-қарсы тұрып, доптарын бір-біріне қарай домалатып тигізу; оқу қызметіне деген белсенділіктерін арттыру.	Аудиожазбаны тыңдап, педагог балаларды бір қатарға тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізу және жүгірту; тізбекпен жүп болып және 2-3 баладан сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; музыкаға сәйкес би кимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша қолдарындағы текшелерімен жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. "Биік үй саламыз" жаттығуы. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау. 1 - қолды жоғары созып, аяқтың ұшына тұру "Биік үй саламыз" деп айтқызу. 2 - бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет). 2. "Кіріпшітерді қалаймыз" жаттығуы. Бастапқы қалып отырып аяқты бірге ұстау, қол тізеде. 1 - оң жаққа бұрылып, еденді текшемен ұру "Кіріпшітерді қалаймыз" деп айтқызу. 2 - бастапқы қалыпқа келу (сол жаққа дәл осы жаттығу қайталанатын). 3. "Шеге қағамыз" жаттығуы. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау. 1 - жерге отырып, текшелермен еденді ақырын тарсылдату "Шеге қағамыз" деп айтқызу. 2 - бастапқы қалыпқа келу (4-6 рет).	Бір орында тұрып, қосаяқтап секіру.	"Өз жұбыңды тап" кимылды ойыны.	Тыныс алу жаттығулары.	1	

	54	Қыста қандай ғажап	Бір орында тұрып, қос аяқпен ұзындыққа секіру іскерліктерін қорытындылау; балаларды ұзындыққа секіру техникасы дағдыларын бекіту; қос аяқпен секіру кезінде дене тепе-теңдігін сақтауға дағдыландыру; оқу қызметінде өткен жалпы дамыту және негізгі қимыл жаттығуларын пысықтау.	Аудиожазба бойынша секіреді; денелерін қыздырады, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	1. "Биік үй саламыз" жаттығуы. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау. 1 - қолды жоғары созып, аяқтың ұшына тұру "Биік үй саламыз" деп айтқызу. 2 - бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет). 2. "Кіріпшітерді қалаймыз" жаттығуы. Бастапқы қалып отырып аяқты бірге ұстау, қол тізеде. 1 - оң жаққа бұрылып, еденді текшемен ұру "Кіріпшітерді қалаймыз" деп айтқызу. 2 - бастапқы қалыпқа келу (сол жаққа дәл осы жаттығу қайталанады). 3. "Шеге қағамыз" жаттығуы. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау. 1 - жерге отырып, текшелермен еденді ақырын тарсылдату "Шеге қағамыз" деп айтқызу. 2 - бастапқы қалыпқа келу (4-6 рет).	Бір орында тұрып, қос аяқпен ұзындыққа секіру.	"Кенгуру" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Кім тыныш" ойыны	1	
Аңдардың қысқы тіршілігі	55	Қысқы ормандағы аңдар	Балаларды еңіс тактайдың үстімен жоғары және төмен жүруге үйрету; жүру кезінде алға қарап және қолдарын еркін ұстап, дене тепе-теңдігін сақтай білу дағдыларына машықтандыру.	№6 аудиожазба ырғағы бойынша балаларға жаттығулар орындатылады. Содан кейін балаларды бір қатарға тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізу және жүгірту; тізбекпен жүп болып және 2-3 баладан сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; қолдарындағы кубиктерін әуен ырғағына қарай бір-біріне ұру; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша біртіндеп кубиктарымен жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: тік тұру, қолды төменде ұстау; 1–1 қолды жоғары созып, аяқтың ұшына тұру "Биік үй саламыз"; 1–2 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет); 2. Бастапқы қалып: отырып, аяқты бірге ұстау, қол тізеде; 2–1 оң жаққа бұрылып, еденді кубикпен ұру; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (сол жаққа дәл осы жаттығу қайталанады) 3. Бастапқы қалып: тік тұру, қолды төменде ұстау; 3–1 жерге отырып, кубиктермен еденді ақырын тарсылдату "Шеге қағамыз"; 3–2 бастапқы қалыпқа келу (4-6 рет); 4. Бастапқы қалып: тік тұру, қолды төменде ұстау; 4–1 кубиктерді қолға ұстап, бір орында секіру; 4–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет).	1) Еңіс тактайдың үстімен жоғары және төмен жүру; 2) Еңіс тактайдың үстімен жоғары және төмен жүру кезінде алға қарап және қолдарын еркін ұстап, дене тепе-теңдігін сақтай білу.	"Аю" қимыл ойыны. "Аң іздері" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Өрмекші" ойыны.	1	

56	Орман аңдарының іздері	Балаларда еңіс тактайдың үстімен жоғары және төмен жүру; жүру кезінде алға қарап және қолдарын еркін ұстап, дене тепе-теңдігін сақтай білу дағдыларын жетілдіру; балалардың еңіс тактайдың үстімен жоғары және төмен жүру икемділіктерін, қол, дене, аяқ бұлшық еттерін, дене тепе-теңдігін сақтау ептілігін дамыту.	Аудиожазба ырғағы бойынша балаларға жаттығулар орындалатылады. Содан кейін балаларды бір қатарға тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізу және жүгірту; тізбекпен жүп болып және 2-3 баладан сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; қолдарындағы текшелерін әуен ырғағына қарай бір-біріне ұру; еденді тарсылдату; педагогтің белгісі бойынша біртіндеп текшелермен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып – негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру. 1–1 – қолды екі жаққа созу "Табиғат тамаша!" деп айту. 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру "Күн қандай әдемі!" деп айту, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу "Табиғат тамаша!" деп айту; бастапқы қалыпқа келу (3 рет орындау). 2. Бастапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу "Күндей күлімдейік!" деп айту. 2–2 – солға бұрылып, "Күндей күлімдейік!" деп айту. Бастапқы қалыпқа келу (4 рет орындау). Бастапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей бірінші жүп секіреді "Секіреміз доптай!" деп айту. 3–2 – қолды жібермей екінші жүп секіреді, "Секіреміз доптай!" деп айту. Бастапқы қалыпқа келу (4 рет орындау).	1) "Жолмен түзу жүреміз" жаттығуы; 2) Түзу жолмен және екі жолдың арасымен түзу жүру (жолдың ені 20 см).	"Аю" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығуы "Үрлегіш".	1	
57	Қай аңның ізі?	Балаларда түзу жолмен және екі жолдың арасымен түзу жүру іскерліктерін дамыту; жүп болып орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын жасауда ептіліктерін дамыту; екі топқа бөліп, еңіс тактайдың үстімен белгіленген межеге дейін жоғары және төмен аю сияқты жүру; оқу қызметін пысықтау.	Педагог балалармен бірге аудиожазба ырғағы бойынша жаттығулар орындайды.	1. Бастапқы қалып – негізгі тұрыс. Бір-біріне қарап, қол ұстасып тұру. 1–1 – қолды екі жаққа созу "Табиғат тамаша!" деп айту. 1–2 – қолды жоғары көтеру, аяқтың ұшымен тұру "Күн қандай әдемі!" деп айту, демді ішке тарту; қолды екі жаққа созу "Табиғат тамаша!" деп айту; бастапқы қалыпқа келу (3 рет орындау). 2. Бастапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне теріс қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 2–1 – қолды жібермей ұстап оңға бұрылу "Күндей күлімдейік!" деп айту. 2–2 – солға бұрылып, "Күндей күлімдейік!" деп айту. Бастапқы қалыпқа келу (4 рет орындау). Бастапқы қалып – қолды алға созып, қашықтықта бір-біріне қарап тұру, аяқ, иық деңгейімен бірдей. 3–1 – қолды жібермей бірінші жүп секіреді "Секіреміз доптай!" деп айту. 3–2 – қолды жібермей екінші жүп секіреді, "Секіреміз доптай!" деп айту. Бастапқы қалыпқа келу (4 рет орындау).	1) "Жолмен түзу жүреміз" жаттығуы; 2) Түзу жолмен және екі жолдың арасымен түзу жүру (жолдың ені 20 см).	"Аю" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығуы.	1	

Қыстайтын құстар	58	Құстарға жем шашайық	Балаларда гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу дағдыларын дамыту; арқан бойымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдыларын қалыптастыру; сап түзеп шенберге, шенберден сапқа ауысу дағдыларын дамыту.	№11 аудиожазба бойынша педагог балалармен бірге жаттығуларды орындайды. Балаларды бір қатарға тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізу және жүгірту; тізбекпен жұп болып және 2-3 баладан сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; әуенге сәйкес би қимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша қолдарындағы кубиктарымен жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: тік тұру, қолды төменде ұстау; 1–1 қолды жоғары созып, аяқтың ұшына тұру "Биік үй саламыз"; 1–2 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет); 2. Бастапқы қалып: отырып, аяқты бірге ұстау, қол тізде; 2–1 оң жаққа бұрылып, еденді кубикпен ұру; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (сол жаққа дәл осы жаттығу қайталанатын) 3. Бастапқы қалып: тік тұру, қолды төменде ұстау; 3–1 жерге отырып, кубиктермен еденді ақырын тарсылдату "Шеге қағамыз"; 3–2 бастапқы қалыпқа келу (4-6 рет); 4. Бастапқы қалып: тік тұру, қолды төменде ұстау; 4–1 кубиктерді қолға ұстап, бір орында секіру; 4–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет).	1) Допты бастан жоғары асырып, алысқа лақтыру; 2) Допты алысқа лақтыруда алысқа дәлдеу қабілетін арттыру.	"Тоқылдақ" қимыл ойыны. "Әуедегі шар" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Көгершін" ойыны.	1	
	59	Көгершінмен ойын ойнайық	Балаларда допты бастан жоғары асырып, алысқа лақтыру іскерліктерін дамыту; допты алысқа лақтыруда алысқа дәлдеу қабілетін арттыру; кубикпен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын орындау; қыстап қалатын құстар туралы білімдерін толықтыру.	Аудиожазба бойынша педагог балалармен бірге жаттығуларды орындайды. Балаларды бір қатарға тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізу және жүгірту; тізбекпен жұп болып және 2-3 баладан сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; әуенге сәйкес би қимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша қолдарындағы кубиктарымен жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау; қолды жоғары созып, аяқтың ұшына тұру "Биік үй саламыз"; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет); 2. Бастапқы қалып отырып, аяқты бірге ұстау, қол тізде; оң жаққа бұрылып, еденді кубикпен ұру; бастапқы қалыпқа келу (сол жаққа дәл осы жаттығу қайталанатын) 3. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау; жерге отырып, кубиктермен еденді ақырын тарсылдату "Шеге қағамыз"; 3-2 бастапқы қалыпқа келу (4-6 рет); 4. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау; кубиктерді қолға ұстап, бір орында секіру; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет).	Допты бастарынан жоғары асырып лақтыру.	"Көгершіндер мен мысық" қимыл ойыны.	"Күн" жаттығуы.	1	
	60	Құстармен бірге ойнайық	Балаларда доптармен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын жасау кезінде ептіліктерін дамыту; бірінің артынан бірін жүргізу және жүгірту; тізбекпен жұп болып және 2-3 баладан сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; әуенге сәйкес би қимылдарын жасау; еденді тарсылдату іскерліктерін жетілдіру; допты бастан жоғары асырып, алысқа лақтыру; допты алысқа лақтыруда алысқа дәлдеу қабілетін арттыру; оқу қызметін пысықтау.	Аудиожазба бойынша педагог балалармен бірге жаттығуларды орындайды. Балаларды бір қатарға тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізу және жүгірту; тізбекпен жұп болып және 2-3 баладан сап түзеп, алға жүру, бір орында тұрып аяқтың ұшымен жүру; әуенге сәйкес би қимылдарын жасау; еденді тарсылдату; педагогтың белгісі бойынша қолдарындағы кубиктарымен жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау; қолды жоғары созып, аяқтың ұшына тұру "Биік үй саламыз"; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет); 2. Бастапқы қалып отырып, аяқты бірге ұстау, қол тізде; оң жаққа бұрылып, еденді доппен ұру; бастапқы қалыпқа келу (сол жаққа дәл осы жаттығу қайталанатын) 3. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау; жерге отырып, доппен еденді ақырын тарсылдату "Шеге қағамыз"; 3-2 бастапқы қалыпқа келу (4-6 рет); 4. Бастапқы қалып тік тұру, қолды төменде ұстау; допты қолға ұстап, бір орында секіру; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет).	Допты бастан жоғары асырып, алысқа лақтыру.	"Тоқылдақ" қимыл ойыны.	"Күн" жаттығуы.	1	

Мен және қоршаған орта	61	Еңбектеген марғау	Балаларды доғадан еңбектеп және төрт тағандап еңбектеп өтуге үйрету; доғадан төрт тағандап еңбектеп өтудің техникасын меңгерту; доғадан еңбектеп және төрт тағандап еңбектеп өту дағдыларына машыктандыру.	№4 аудиожазба бойынша балаларға жаттығулар жасатып, дайындалып алу. Содан кейін балаларды бір сапка тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалау ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларды жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және бастапқы қалыпқа келу, жалауларды түсіріп, еденді тарсылдату; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарын алда ұстау; 1–1 жалауды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1–2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып: тік тұру, жалауды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, жалауды иық тұсына қою; тұрып, жалауды алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалаушаны бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	1) доғадан еңбектеп өту; 2) доғадан төрт тағандап еңбектеп өту.	"Том мен Джерри" кимыл ойыны. "Еңбектеген марғау" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Маубас мысық" ойыны.	1	
	62	Доғадан еңбектеп өту	Балаларды бір сапка тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалау ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларды жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және бастапқы қалыпқа келу, жалауларды түсіріп, еденді тарсылдату іскерліктерін жетілдіру; жалаумен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын орындау; доғадан еңбектеп өту; доғадан төрт тағандап еңбектеп өту.	Аудиожазба бойынша балаларға жаттығулар жасатып, дайындалып алу. Содан кейін балаларды бір сапка тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалау ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларды жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және бастапқы қалыпқа келу, жалауларды түсіріп, еденді тарсылдату; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарын алда ұстау; 1–1 жалауды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1–2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып тік тұру, жалауды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, жалауды иық тұсына қою; тұрып, жалауды алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалаушаны бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	Доғадан еңбектеп өту; доғадан төрт тағандап еңбектеп өту.	"Құстар мен марғау" кимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Маубас мысық" ойыны.	1	
	63	Марғау ұқсап еңбектейміз	Балаларда доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын жасауда ептіліктерін дамыту; доғадан еңбектеп өту; доғадан төрт тағандап еңбектеп өту іскерліктерін пысықтау; кимылды ойын арқылы балалардың шеңберге еңбектеп кіру дағдыларын дамыту; өткен оқу қызметтерін пысықтау, қорытындылау.	Аудиожазба бойынша балаларға жаттығулар жасатып, дайындалып алу. Содан кейін балаларды бір сапка тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалау ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларды жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және бастапқы қалыпқа келу, жалауларды түсіріп, еденді тарсылдату; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1–1 қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1–2 қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру. қолды жан-жаққа созу, бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 2–1 жерге отыру, допты жерге қою. 2–2 бастапқы қалыпқа келу. 2–3 жерге отыру, допты жерге қою. 2–4 бастапқы қалыпқа келу (4 рет). 3. Бастапқы қалып аяқты алшақ қойып, допты алдыға екі қолмен ұстап тұру. 3–1 еңкею, допты жерге қою. 3–2 бастапқы қалыпқа келу. 3–3 еңкею, допты жерге қою. 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3 рет).	1) доғадан еңбектеп өту; 2) доғадан төрт тағандап еңбектеп өту.	"Том мен Джерри" кимыл ойыны.	"Маубас мысық" ойыны.	1	

Алуан-алуан кәсіп бар, таңдай біл де, талап қыл!	64	Мен спортшы боламын!	Балаларды гимнастикалық орындықтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүріп өту қимылына жаттықтыру; биіктен қос аяқпен секіре білу жаттығуына үйрету; балаларды шашпандық пен ептілік, жинақылық дағдыларына баулу.	№4 аудиожазба бойынша балаларға жаттығулар жасатып, дайындалып алу. Содан кейін балаларды бір сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалау ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және бастапқы қалыпқа келу, жалауларды төмен түсіріп, еденді тарсылдату; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау; 1–1 жалауларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1–2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып: тік тұру, жалауларды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, жалауларды иық тұсына қою; тұрып, жалауларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	1) гимнастикалық орындықтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүріп өту; 2) биіктен қос аяқпен секіре білу.	"Қоянздар" қимыл ойыны. "Старт" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Аэродром" ойыны.	1	
	65	Шынықсын денеміз	Балаларды бір сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалау ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және бастапқы қалыпқа келу, жалауларды төмен түсіріп, еденді тарсылдату; таспалармен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын жасауда ептіліктерін дамыту; балалардың психологиялық көңіл күйлерін көтеру; оқу қызметіне деген қызығушылықтарын арттыру.	Аудиожазба бойынша балаларға жаттығулар жасатып, дайындалып алу. Содан кейін балаларды бір сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалау ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және бастапқы қалыпқа келу, жалауларды төмен түсіріп, еденді тарсылдату; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып аяқтың арасын алшақ қойып, таспаны ұстаған қолдарды алда ұстау; таспаларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1-2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып тік тұру, таспаларды екі қолмен ұстау; жерге отырып, таспаларды иық тұсына қою; тұрып, таспаларды алға қою (4-5 рет қайталау); бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі таспаны бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	1) гимнастикалық орындықтың үстімен жүру; 2) биіктен қос аяқпен секіру.	"Күн мен жаңбыр" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығуы.	1	
	66	Біз мықты боламыз	Балаларды бір сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалау ұстатып жүргізу және жүгірту іскерліктерін қорытындылау; гимнастикалық орындықтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүріп өтіп және сол жүріп өткен гимнастикалық орындықтың шетіне келгенде қос аяқпен секіру; балалардың спортқа деген қызығушылықтарын ояту; оқу қызметін пысықтау.	Аудиожазба бойынша педагог балаларға жаттығулар жасатып, денелерін қыздыру; балаларды бір сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалау ұстатып жүргізу және жүгірту; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын алшақ қойып, таспаны ұстаған қолдарды алда ұстау; таспаларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1-2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып: тік тұру, таспаларды екі қолмен ұстау; жерге отырып, таспаларды иық тұсына қою; тұрып, таспаларды алға қою (4-5 рет қайталау); бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі таспаны бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	1) гимнастикалық орындықтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру; 2) биіктен қос аяқпен секіру.	"Маған қарай секіріңдер" ойыны.	Тыныс алу жаттығуы.	1	

Техника және біз	67	Велосипед	Балаларды допты бір-біріне қарама-қарсы отырып, домалатуға жаттықтыру; допты домалату кезінде көздеп, дәл лақтыра білу қабілетін жетілдіру; допты қолмен ыңғайлы ұстай білу дағдыларына машықтандыру.	№7 аудиожазба бойынша балаларға жаттығулар жасатып, пингвиннің жүрісімен жүруге жаттықтыру. Балаларды бір қатарға сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалауларды ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және қалыпқа түсу, жалауларды төмен түсіріп, еденді тарсылдату; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау; 1–1 жалауларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1–2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып: тік тұру, жалауларды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, жалауларды иық тұсына қою; тұрып, жалауларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	1) допты бір-біріне қарама-қарсы отырып, домалата білу; 2) допты домалату кезінде көздеп, дәл лақтыра білу.	"Допты қуып жетіндер" қимыл ойыны. "Велосипед" ойыны.	"Сабырлы доп" ойыны.	1	
	68	Пингвинмен жаттығу жасайық	Балаларды бір қатарға сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалауларды ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және қалыпқа түсу, жалауларды төмен түсіріп, еденді тарсылдату, допты бір-біріне қарама-қарсы отырып, домалату, допты домалату кезінде көздеп, дәл лақтыра білу іскерліктерін дамыту, орамалдармен жалпы дамыту жаттығуларын жасау; балалардың пингвин туралы білімдерін толықтыру.	Аудиожазба бойынша балаларға жаттығулар жасатып, пингвиннің жүрісімен жүруге жаттықтыру. Балаларды бір қатарға сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға орамалдарды ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша орамалдарын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және қалыпқа түсу, орамалдарды төмен түсіріп, еденді тарсылдату; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау; 1–1 жалауларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1–2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып: тік тұру, жалауларды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, жалауларды иық тұсына қою; тұрып, жалауларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	Допты бір-біріне қарама-қарсы отырып, домалата білу және допты домалату кезінде көздеп, дәл лақтыра білу.	"Ұстап ал" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығуы.	1	
	69	Пингвин ұқсап жүрейік	Балаларды бір қатарға сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалауларды ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларды жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және қалыпқа түсу, жалауларды төмен түсіріп, еденді тарсылдату іскерліктерін қайталау; допты қарама-қарсы отырып, бір-біріне домалату іскерліктерін жетілдіре отырып, оқу қызметін пысықтау.	Аудиожазба бойынша балаларға жаттығулар жасайды, пингвиннің жүрісімен жүреді. Балаларды бір қатарға сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалауларды ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларды жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және қалыпқа түсу, жалауларды төмен түсіріп, еденді тарсылдату; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау; 1–1 жалауларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1–2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып: тік тұру, жалауларды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, жалауларды иық тұсына қою; тұрып, жалауларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	Допты бір-біріне қарама-қарсы отырып, домалату.	"Допты қуып жетіндер" қимыл ойыны.	"Сабырлы доп" ойыны.	1	

Дені саудың - жаны сау	70	Шынықсақ – шымыр боламыз!	Балаларды екі аяқпен қашыққа секіруге жаттықтыру; секіру кезінде жеңіл секіре білуге дағдыландыру; қос аяқпен секіргенде аяқтарын бірдей қозғауға машықтандыру.	№7 аудиожазба бойынша балаларға жаттығулар жасатып, пингвиннің жүрісімен жүруге жаттықтыру. Балаларды бір қатарға сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалауларды ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және қалыпқа түсу, жалауларды төмен түсіріп, еденді тарсылдату; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Б.к. аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау; 1–1 жалауларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1–2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Б.к. тік тұру, жалауларды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, жалауларды иық тұсына қою; тұрып, жалауларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	1) екі аяқпен қашыққа секіру; 2) қос аяқпен секіргенде аяқтарын бірдей қозғап, секіру.	"Пойыз" қимыл ойыны. "Кенгуру" ойыны.	"Кім тыныш" ойыны.	1	
	71	Қос аяқпен секіреміз	Балаларды қос аяқпен секіру іскерліктерін жетілдіру; қос аяқтап секіргенде аяқтарын бірдей қозғап, жеңіл секіре білу қабілеттерін, сылдырмақтармен жалпы дамыту жаттығуларын жасауда ептіліктерін дамыту; балалардың спортқа деген қызығушылықтарын ояту; қоян секілді секіріп, кедергілерден өтуге ынталандыру.	Аудиожазба бойынша балаларға жаттығулар жасатып, денсаулықты шынықтыру, спортпен айналысудың қандай маңызды екені тағы бір рет айтылып кетеді. Педагог балаларды бір қатарға сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізеді; педагогтің белгісі бойынша балалар қолдарын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүреді; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырап, қалыпқа түседі; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын алшақ қойып, сылдырмақ ұстаған қолдарды алда ұстау; 1–1 сылдырмақтарды жоғары көтеріп, оңға және солға иілу (6-8 рет қайталау); 1–2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып: тік тұру, сылдырмақтарды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, сылдырмақты иық тұсына қою; тұрып, сылдырмақты алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Сылдырмақты бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	Қос аяқпен секіру.	"Кедергілерден өтеміз" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығуы.	1	
	72	Қоян қалай секіреді?	Балаларды қос аяқпен секіру іскерліктерін бекіту; жануарлардың жүрісін көрсету қабілеттерін дамыту; оқу қызметін пысықтау.	Педагог балаларды бір қатарға сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізеді; педагогтің белгісі бойынша балалар қолдарын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүреді; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырап, қалыпқа түседі; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарды алда ұстау; 1–1 жалауларды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1–2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып: тік тұру, жалауларды екі қолмен ұстау; 2–1 жерге отырып, жалауларды иық тұсына қою; тұрып, жалауларды алға қою (4-5 рет қайталау); 2–2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалауды бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	Қос аяқпен секіру.	"Жануарлар жүрісін сал" қимыл ойыны.	"Кім тыныш" ойыны.	1	

Көктем жаршысы - құстар	73	Көңілді құстар	Балаларды гимнастикалық орындықтың үстімен жүруте жаттықтыру; жүру кезінде дене тепе-теңдігін сақтай отырып, гимнастикалық орындықтан секіре білуге үйрету; өз дене мүшелерін игере білу қабілетін қалыптастыру.	№4 аудиожазба бойынша балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізе отырып, залдың әр жерінде жатқан шеңберлерден жүру және жүгіру жаттығуларын орындату; педагогтың белгі беруі бойынша бір орында тұра калу; қайта бастапқы қалыпқа келіп, қолдағы шеңберлерімен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, шеңберді екі қолмен ұстау; 1–1 шеңберлерді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеру; 1–2 иыққа салып, басқа кию; 1–3 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, құрсауларды екі қолымен төменде ұстау; 2–1 қолды жоғары көтеріп, шеңбер ұстаған қолды бетке жақындатып, басқа кигізу; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, шеңберді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; 3–1 оң жаққа бұрылып, шеңберді жерге қою; 3–2 тіктелу; 3–3 сол жаққа бұрылып, шеңберді жерге қою; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, құрсауды екі қолмен ұстау; 4.–1 бір бағытта жеңіл секіру; 4–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	1) гимнастикалық орындықтың үстімен жүру; 2) гимнастикалық орындықтан секіру.	"Пойыз" қимыл ойыны. "Шымшық" ойыны.	"Кім тыныш" ойыны.	1	
	74	Аулаға құстар ұшып келді	Балаларды гимнастикалық орындықтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру қабілеттерін дамыту; төрт тағандап жүру кезінде жемістерді жинауға ынталандыру; кірпі секілді дыбыстар шығару арқылы тыныс алу жаттығуларын орындау; балалардың көктем мезгілі туралы білімдерін толықтыру.	Аудиожазба бойынша балалар орындарында тұрып алдымдайды; қатар тұрып бір сапқа тізіледі; оңға, солға қолды сірмеп, қатар болып жұптасады. Педагогтың белгі беруі бойынша бір орында тұра қалады; бастапқы қалыпқа келіп, жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, гимнастикалық шеңберді екі қолмен ұстау; гимнастикалық шеңберді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеру; иыққа салып, басқа кию; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, гимнастикалық шеңберді екі қолымен төменде ұстау; қолды жоғары көтеріп, басқа кигізу; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, гимнастикалық шеңберді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; оң жаққа бұрылып, гимнастикалық шеңберді жерге қою; тіктелу; сол жаққа бұрылып, гимнастикалық шеңберді жерге қою; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, гимнастикалық шеңберді екі қолмен ұстау; бір бағытта жеңіл секіру; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру.	"Кірпіні тамақтандыр" қимыл ойыны.	"Ашулы кірпі" тыныс алу жаттығуы.	1	

	75	Құстар әлемінде	Балаларды гимнастикалық орындықтың үстімен жүру іскерліктерін қайталау; гимнастикалық орындықтың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру; көктем мезгілі, құстар туралы білімдерін кеңейту; оқу қызметін қайталау.	№4 аудиожазба бойынша балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізе отырып, залдың әр жерінде жатқан гимнастикалық шеңберлерден жүру және жүгіру жаттығуларын орындату; педагогтың белгі беруі бойынша бір орында тұра қалу; қайта бастапқы қалыпқа келіп, қолдағы гимнастикалық шеңберлерімен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, гимнастикалық шеңберді екі қолмен ұстау; гимнастикалық шеңберді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеру; иыққа салып, басқа кию; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, гимнастикалық шеңберді екі қолымен төменде ұстау; қолды жоғары көтеріп, басқа кигізу; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, гимнастикалық шеңберді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; оң жаққа бұрылып, гимнастикалық шеңберді жерге қою; тіктелу; сол жаққа бұрылып, гимнастикалық шеңберді жерге қою; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, гимнастикалық шеңберді екі қолмен ұстау; бір бағытта жеңіл секіру; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру.	"Пойыз" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Кім тыныш" ойыны.	1	
Жылғалардан су ақты	76	Бұлақ көрсең, көзін аш	Балаларды гимнастикалық орындықтың үстімен еңбектеуге үйрету; еңбектеу кезінде дене тепе-теңдігін сақтай отырып, өз дене мүшелерін игере білу қабілетін қалыптастыру; еңбектеу техникасының тәсілдерін меңгерту.	№4 аудиожазба бойынша балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізе отырып, залдың әр жерінде жатқан шеңберлерден жүру және жүгіру жаттығуларын орындату; педагогтың белгі беруі бойынша бір орында тұра қалу; қайта бастапқы қалыпқа келіп, қолдағы шеңберлерімен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, шеңберді екі қолмен ұстау; 1–1 шеңберлерді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеру; 1–2 иыққа салып, басқа кию; 1–3 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, құрсауларды екі қолымен төменде ұстау; 2–1 қолды жоғары көтеріп, шеңбер ұстаған қолды бетке жақындатып, басқа кигізу; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, шеңберді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; 3–1 оң жаққа бұрылып, шеңберді жерге қою; 3–2 тіктелу; 3–3 сол жаққа бұрылып, шеңберді жерге қою; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, құрсауды екі қолмен ұстау; 4.–1 бір бағытта жеңіл секіру; 4–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	Гимнастикалық орындықтың үстімен еңбектеу.	"Аю" қимыл ойыны. "Өрмекші адам" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Ненің қимылына ұқсайды?" ойыны.	1	

77	Құстармен шалшықтан аттаймыз	Балаларды гимнастикалық орындықтың үстімен еңбектеу іскерліктерін пысықтау; еңбектеу кезінде дене тепе-теңдігін сақтау; еңбектеу техникасының тәсілдерін дамыту; гимнастикалық шеңберлермен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын жасау; судың қасиеттері туралы білімдерін толықтыру.	Аудиожазба бойынша балаларды сапка тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізе отырып, залдың әр жерінде жатқан гимнастикалық шеңберлерден жүру және жүгіру жаттығуларын орындату; педагогтың белгі беруі бойынша бір орында тұра қалу; қайта бастапқы қалыпқа келіп, қолдағы гимнастикалық шеңберлерімен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, гимнастикалық шеңберді екі қолмен ұстау; гимнастикалық шеңберді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеру; ныққа салып, басқа кию; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, гимнастикалық шеңберді екі қолымен төменде ұстау; қолды жоғары көтеріп, басқа киізу; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, гимнастикалық шеңберді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; оң жаққа бұрылып, гимнастикалық шеңберді жерге қою; тіктелу; сол жаққа бұрылып, гимнастикалық шеңберді жерге қою; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, гимнастикалық шеңберді екі қолмен ұстау; бір бағытта жеңіл секіру; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	Гимнастикалық орындықтың үстімен еңбектеу.	"Қонжық" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Ненің қимылына ұқсайды?"	1	
78	Бал бұлақ	Балаларды гимнастикалық орындықтың үстімен еңбектеу іскерліктерін дамыта отырып, оқу қызметін пысықтау; еңбектеу кезінде дене тепе-теңдігін сақтау; жаттығу кезінде епті болуға тәрбиелеу.	Аудиожазба бойынша балаларға жаттығулар жасатып, дайындалып алу. Содан кейін балаларды бір сапка тұрғызып, бірінің артынан бірін екі қолға жалау ұстатып жүргізу және жүгірту; педагогтың белгі беруі бойынша жалауларын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру; қалыпты жағдайдан белгі бойынша шашырау және бастапқы қалыпқа келу, жалауларды төмен түсіріп, еденді тарсылдату; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып аяқтың арасын алшақ қойып, жалау ұстаған қолдарын алда ұстау; 1-1 жалауды жоғары көтеріп, оңға және солға желпу (6-8 рет қайталау); 1-2 бастапқы қалыпқа келу. 2. Бастапқы қалып тік тұру, жалауды екі қолмен ұстау; 2-1 жерге отырып, жалауды нық тұсына қою; тұрып, жалауды алға қою (4-5 рет қайталау); 2-2 бастапқы қалыпқа келу; 3. Екі жалаушаны бір қолға ұстап, бір орында 20-30 сек. секіру.	Гимнастикалық орындықтың үстімен еңбектеу.	"Аю" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Дем алайық" ойыны.	1	

Салт-дәстүрлер және фольклор	79	Арқан тарту	Балаларды еденге қойылған арқан бойымен түзу жүруге үйрету; арқан бойымен жүру кезінде бірінің артынан бірін жүруге және арқаннан шықпай жүруге дағдыландыру; түзу жүру кезінде аяқты кезекпен бірінің артынан бірін қойып жүрудің тәсілдерін меңгерту.	№3 аудиожазба бойынша балаларға салтанатты адым жасату. Балаларды қолдарындағы гүлдерімен шеңбер бойымен салтанатты адымдап, мерекеге сай көңілді жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, гүлдерін жоғары көтеріп, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүру; қолдағы гүлдерімен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын сәл ашып, тік тұру, гүл ұстаған қолды төменде ұстау; 1–1 гүлдерді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеріп, жайқалту; 1–2 екі жанға түсіріп, желпу; 1–3 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, гүлдерді екі қолмен төменде ұстау; 2–1 сол аяқты алға қойып, гүл ұстаған екі қолды бірдей оң жаққа апарып, қолдың білезіктерін айналдыру және оң аяқты алға қойып, қолдарды сол жаққа апарып, қол білезіктерін айналдыру; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; 3–1 гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; 3–2 тіктелу; 3–3 гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен көкірек тұсында ұстау; 4–1 бір бағытта жеңіл секіру; 4–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	1) еденге қойылған арқандар бойымен бірінің артынан бірі жүру; 2) арқаннан шықпай жүру.	"Арқан тарту" кимыл ойыны. "Түзу арқан" ойыны.	"Алас-алас" ойыны.	1	
---------------------------------	----	-------------	---	---	--	--	---	--------------------	---	--

80	Қазақтың ұлттық ойыны	Балаларды еденге қойылған арқан бойымен түзу жүру, арқан бойымен жүру кезінде бірінің артынан бірін жүруге және арқаннан шықпай жүру іскерліктерін дамыту; түзу жүру кезінде аяқты кезекпен бірінің артынан бірін қойып жүру тәсілдерін жетілдіру; жіңішке арқанның бойымен аяқты қайшылап жүру іскерліктерін дамыту; "Наурыз" мерекесі жайлы білімдерін толықтыру.	Аудиожазба бойынша балаларға салтанатты адым жасату. Балаларды шеңбер бойымен салтанатты адымдап, мерекеге сай көңілді жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүру; біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын сәл ашып, тік тұру, гүл ұстаған қолды төменде ұстау; 1-1 гүлдерді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеріп, жайқалту; 1-2 екі жанға түсіріп, желпу; 1-3 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, гүлдерді екі қолмен төменде ұстау; 2-1 сол аяқты алға қойып, гүл ұстаған екі қолды бірдей оң жаққа апарып, қолдың білезіктерін айналдыру және оң аяқты алға қойып, қолдарды сол жаққа апарып, қол білезіктерін айналдыру; 2-2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; 3-1 гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; 3-2 тіктелу; 3-3 гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; 3-4 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен көкірек тұсында ұстау; 4-1 бір бағытта жеңіл секіру; 4-2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	1) еденге қойылған арқандар бойымен бірінің артынан бірі жүру; 2) арқандардан шықпай жүру.	"Түзу арқан" кимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығуы.		1	
----	-----------------------	---	--	--	---	---------------------------	---------------------	--	---	--

81	Түзу аркан	Балаларды қолдарындағы гүлдерімен шеңбер бойымен салтанатты адымдап, мерекеге сай көңілді жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, гүлдерін жоғары көтеріп, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүргізу; еденге қойылған арқан бойымен түзу жүру және арқан бойымен жүру кезінде бірінің артынан бірін жүруге, арқаннан шықпай жүру іскерліктерін қорытындылау; оқу қызметін пысықтау.	Аудиожазба бойынша балаларға салтанатты адым жасату. Балаларды қолдарындағы гүлдерімен шеңбер бойымен салтанатты адымдап, мерекеге сай көңілді жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, гүлдерін жоғары көтеріп, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүру; қолдағы гүлдерімен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын сәл ашып, тік тұру, гүл ұстаған қолды төменде ұстау; 1-1 гүлдерді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеріп, жайқалту; 1-2 екі жанға түсіріп, желпу; 1-3 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, гүлдерді екі қолмен төменде ұстау; 2-1 сол аяқты алға қойып, гүл ұстаған екі қолды бірдей оң жаққа апарып, қолдың білезіктерін айналдыру және оң аяқты алға қойып, қолдары сол жаққа апарып, қол білезіктерін айналдыру; 2-2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; 3-1 гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; 3-2 тіктелу; 3-3 гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; 3-4 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен көкірек тұсында ұстау; 4-1 бір бағытта жеңіл секіру; 4-2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	1) еденге қойылған арқандар бойымен бірінің артынан бірі жүру; 2) арқандардан шықпай жүру.	"Досымызбен жарасайық" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығуы.	1	
----	------------	---	--	---	---	-------------------------------------	---------------------	---	--

Өнер көзі – халықта	82	Спорт – өнер	Балаларды гимнастикалық тақтайдың үстімен жүріп келе жатып, биіктен секіру жаттығуына үйрету; гимнастикалық тақтайдың үстімен бірінің артынан бірі жүріп, биіктен секіру қимылының техникасын жақсы меңгеруге және биіктен секіру кезінде қол, аяқ үйлесімділігі мен қауіпсіздік ережесін сақтай білуге дағдыландыру.	№3 аудиожазба бойынша балаларға салтанатты адым жасату. Балаларды қолдарындағы гүлдерімен шеңбер бойымен салтанатты адымдатып, мерекеге сай көңілді жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, гүлдерін жоғары көтеріп, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүру; қолдағы гүлдерімен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын сәл ашып, тік тұру, гүл ұстаған қолды төменде ұстау; 1–1 гүлдерді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеріп, жайқалту; 1–2 екі жанға түсіріп, желпу; 1–3 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, гүлдерді екі қолмен төменде ұстау; 2–1 сол аяқты алға қойып, гүл ұстаған екі қолды бірдей оң жаққа апарып, қолдың білезіктерін айналдыру және оң аяқты алға қойып, қолдарды сол жаққа апарып, қол білезіктерін айналдыру; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; 3–1 гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; 3–2 тіктелу; 3–3 гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен көкірек тұсында ұстау; 4–1 бір бағытта жеңіл секіру; 4–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	Гимнастикалық тақтайдың үстімен жүріп келе жатып, биіктен секіру.	"Секірімек" қимыл ойыны. "Қорқақ қоян" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Кім тыныш?" ойыны.	1	
---------------------	----	--------------	--	---	--	---	--	---	---	--

83	Спорт әлемінде	Балаларды түрлі-түсті жалаушалармен шеңбер бойымен салтанатты адымдатып, мерекеге сай көңілді жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, жалаушаларын жоғары көтеріп, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүру; гимнастикалық тақтайдың үстімен бірінің артынан бірі жүріп, биіктен секіру жаттығуының жасалу техникасын естеріне түсіру; гимнастикалық тақтайдың үстімен жүріп келе жатып, биіктен секіру іскерліктерін дамыту; қимылды ойын арқылы қос аяқтап секіру іскерліктерін жетілдіру.	Педагог балаларға түрлі-түсті жалаушалар таратып береді. Балаларды қолдарындағы түрлі-түсті жалаушалармен шеңбер бойымен салтанатты адымдатып, мерекеге сай көңілді жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, жалаушаларын жоғары көтеріп, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүру; қолдағы жалаушалармен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын сәл ашып, тік тұру, жалауша ұстаған қолды төменде ұстау; 1–1 жалаушаларды қолды бүкпей, бастан жоғары көтеріп, жайқалту; 1–2 екі жанға түсіріп, желіу; 1–3 бастапқы қалыпқа келу (4–5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, жалаушаларды екі қолмен төменде ұстау; 2–1 сол аяқты алға қойып, жалауша ұстаған екі қолды бірдей оң жаққа апарып, қолдың білезіктерін айналдыру және оң аяқты алға қойып, қолдарды сол жаққа апарып, қол білезіктерін айналдыру; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3–4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, жалаушаларды екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; 3–1 жалаушаларды екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; 3–2 тіктелу; 3–3 жалаушаларды екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3–4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, жалаушаларды екі қолмен көкірек тұсында ұстау; 4–1 бір бағытта жеңіл секіру; 4–2 бастапқы қалыпқа келу (3–4 рет қайталау).	Гимнастикалық тақтайдың үстімен жүріп келе жатып, биіктен секіру.	"Кенгуру секілді секіреміз" қимыл ойыны.	"Кім тыныш?" ойыны.		1	
----	----------------	--	--	--	---	--	---------------------	--	---	--

	84	Спорт	Балаларды қолдарындағы түрлі-түсті жалаушалармен шеңбер бойымен салтанатты адымдатып, жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, жалаушаларын жоғары көтеріп, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүру; түрлі-түсті жалаушалармен орындалатын жалпы дамыту жаттығуларын қорытындылау; оқу қызметін пысықтау; өз беттерімен бір-бірлеп гимнастикалық тақтайдың үстімен бірінің артынан бірі жүріп, биіктен секіру жаттығуын бақылай отырып, олардың жаттығу жасау іскерліктерін жетілдіру.	Педагог балаларға түрлі-түсті жалаушалар таратып береді. Балаларды қолдарындағы түрлі-түсті жалаушалармен шеңбер бойымен салтанатты адымдатып, жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, жалаушаларын жоғары көтеріп, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүру; қолдағы жалаушалармен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын сәл ашып, тік тұру, жалауша ұстаған қолды төменде ұстау; 1–1 жалаушаларды қолды бүкпей, бастан жоғары көтеріп, жайқалту; 1–2 екі жанға түсіріп, желіу; 1–3 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, жалаушаларды екі қолмен төменде ұстау; 2–1 сол аяқты алға қойып, жалауша ұстаған екі қолды бірдей оң жаққа апарып, қолдың білезіктерін айналдыру және оң аяқты алға қойып, қолдарды сол жаққа апарып, қол білезіктерін айналдыру; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, жалаушаларды екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; 3–1 жалаушаларды екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; 3–2 тіктелу; 3–3 жалаушаларды екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, жалаушаларды екі қолмен көкірек тұсында ұстау; 4–1 бір бағытта жеңіл секіру; 4–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	Гимнастикалық тақтайдың үстімен жүріп келе жатып, биіктен секіру.	"Қоян" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Қайталаймыз" ойыны.	1	
Ғарышқа саяхат	85	Ғарышқа алыс самғайық!	Балаларды секіріп, жоғарыдағы затқа қолды жеткізуге үйрету; жоғары секіру кезінде денені кеңістікте ұстай отырып, көздеген нысанадағы затқа жете білуге машықтандыру; өз дене мүшелерін игере білу қабілетін қалыптастыру.	№3 аудиожазба бойынша балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін қолдарындағы орамалдарын желбіретіп жүргізіп, педагогтың "Ғарыш" деген сөзі айтылған кезде залдың әр жерінде жатқан "ғарыш-шеңберлерге" шашырай жүгіріп кіру жаттығуларын орындату; педагогтың белгі беруі бойынша бір орында тұра қалу; "Жер" сөзі айтылғанда қайта "ғарыш-шеңберлерден" шығып, қолдарындағы орамалдармен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; 1–1 орамалды жоғары көтеріп, тізеге қою; 1–2 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды екі ұшынан екі қолмен ұстау; 2–1 еденге еңкейіп, орамал ұстаған қолды еденге тигізу; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды екі ұшынан екі қолмен ұстау; 3–1 бір аяқты жоғары көтеріп, тізені бүкпеуге тырысып, орамал ұстаған қолға жақындату; екінші аяққа да осы жаттығу қайталанады. 3–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 4. Орамалды бір қолға ұстап, бірінің артынан бірі жүгіру. Бірінің артынан бірі жай жүріп, орамалдарды орындарына қою.	1) жоғары секіріп, жоғарыдағы затқа қолды жеткізу; 2) жоғары секіру кезінде денені кеңістікте ұстай отырып, көздеген нысанадағы затқа жете білу.	"Ұшты-ұшты" қимыл ойыны. "Көпіршік" ойыны.	"Ғарыш" ойыны.	1	

86	Ғарыш әлемінде	Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін қолдарындағы түрлі-түсті жалаушаларын желбіретіп жүргізу, шашырай жүгіріп кіру жаттығуларын орындату; балаларға арналған баскетбол доп салғышына жоғары секіріп, қолды жеткізуге және жоғары секіру кезінде денені кеңістікте ұстай отырып, көздеген нысанадағы затқа жете білу техникасын жетілдіру; ғарыш әлемі және ұшқыш туралы білімдерін толықтыру.	Аудиожазба бойынша педагог балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін қолдарындағы түрлі-түсті жалаушаларын желбіретіп жүргізіп, педагогтың "Ғарыш" деген сөзі айтылған кезде залдың әр жерінде жатқан "ғарыш-шенберлерге" шашырай жүгіріп кіру жаттығуларын орындату; педагогтың белгі беруі бойынша бір орында тұра қалу; "Жер" сөзі айтылғанда қайта "ғарыш-шенберлерден" шығып, қолдарындағы түрлі-түсті жалаушалармен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, түрлі-түсті жалаушаны екі қолмен ұстау; жалаушаны жоғары көтеріп, тізеге қою; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, жалаушаны екі қолмен ұстау; еденге еңкейіп, жалауша ұстаған қолды еденге тигізу; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, жалаушаны екі қолмен ұстау; бір аяқты жоғары көтеріп, тізені бүкпеуге тырысып, жалауша ұстаған қолға жақындату; екінші аяққа да осы жаттығу қайталанады. бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 4. Жалаушаны бір қолға ұстап, бірінің артынан бірі жүгіру. Бірінің артынан бірі жай жүріп, жалаушаларды орындарына қою.	Баскетбол доп салғышына жоғары секіріп, қолды жеткізуге және жоғары секіру кезінде денені кеңістікте ұстай отырып, көздеген нысанадағы затқа жете білу.	"Көпіршік" қимыл ойыны.	"Ғарыш" ойыны.	1	
87	Ғарыш шегіне жетейік	Балаларды баскетбол доп салғышына жоғары секіріп, қолды жеткізуге және жоғары секіру кезінде денені кеңістікте ұстай отырып, көздеген нысанадағы затқа жете білу техникасын пысықтау; көздеген нысанадағы затқа жетуде епті, жылдам, шапшаң болуға тәрбиелеу.	Аудиожазба бойынша педагог балаларға орамалдарын береді. Педагогтың "Ғарыш" деген сөзі айтылған кезде залдың әр жерінде жатқан "ғарыш-шенберлерге" шашырай жүгіріп кіру жаттығуларын орындату; педагогтың белгі беруі бойынша бір орында тұра қалу; "Жер" сөзі айтылғанда қайта "ғарыш-шенберлерден" шығып, қолдарындағы орамалдармен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; орамалды жоғары көтеріп, тізеге қою; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды екі ұшынан екі қолмен ұстау; еденге еңкейіп, орамал ұстаған қолды еденге тигізу; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды екі ұшынан екі қолмен ұстау; бір аяқты жоғары көтеріп, тізені бүкпеуге тырысып, орамал ұстаған қолға жақындату; екінші аяққа да осы жаттығу қайталанады. бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 4. Орамалды бір қолға ұстап, бірінің артынан бірі жүгіру. Бірінің артынан бірі жай жүріп, орамалдарды орындарына қою.	Баскетбол доп салғышына жоғары секіріп, қолды жеткізуге және жоғары секіру кезінде денені кеңістікте ұстай отырып, көздеген нысанадағы затқа жете білу.	"Ұшты-ұшты" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығуы.	1	

Жер-Ана!	88	Еңбектейміз ерінбей!	Балаларды төрт тағандап доғадан еңбектеп өтуге жаттықтыру; еңбектеу кезінде қол, аяқ үйлесімділігін сақтау ікемділігіне машықтандыру; төрт тағандап еңбектеп өту техникасын меңгерту.	№5 аудиожазба бойынша балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін қолдарындағы орамалдарын желбіретіп жүргізіп, педагогтың "Ғарыш" деген сөзі айтылған кезде залдың әр жерінде жатқан "ғарыш-шенберлерге" шашырай жүгіріп кіру жаттығуларын орындату; педагогтың белгі беруі бойынша бір орында тұра қалу; "Жер" сөзі айтылғанда қайта "ғарыш-шенберлерден" шығып, қолдарындағы орамалдармен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; 1–1 орамалды жоғары көтеріп, тізеге қою; 1–2 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды екі ұшынан екі қолмен ұстау; 2–1 еденге еңкейіп, орамал ұстаған қолды еденге тигізу; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды екі ұшынан екі қолмен ұстау; 3–1 бір аяқты жоғары көтеріп, тізені бүкпеуге тырысып, орамал ұстаған қолға жақындату; екінші аяққа да осы жаттығу қайталанады. 3–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 4. Орамалды бір қолға ұстап, бірінің артынан бірі жүгіру. Бірінің артынан бірі жай жүріп, орамалдарды орындарына қою.	1) төрт тағандап доғадан еңбектеп өтуге жаттықтыру; 2) еңбектеу кезінде қол, аяқ үйлесімділігін сақтау.	"Аю" кимыл ойыны. "Көпіршік" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Жер тыныш" ойыны	1	
	89	Еңбек түбі - береке	Балаларды қолдарындағы гүлдерімен шенбер бойымен салтанатты адымдатып, жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, гүлдерін жоғары көтеріп, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүру іскерліктерін дамыту; төрт тағандап еңбектеп өту техникасын жетілдіру; доғадан төрт тағандап еңбектеп өту кезінде денені кеңістікте ұстай отырып, епті болуға тәрбиелеу.	Аудиожазба бойынша балаларға салтанатты адым жасату. Балаларды қолдарындағы гүлдерімен шенбер бойымен салтанатты адымдатып, жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, гүлдерін жоғары көтеріп, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүру; қолдағы гүлдерімен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын сәл ашып, тік тұру, гүл ұстаған қолды төменде ұстау; гүлдерді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеріп, жайқалту; екі жанға түсіріп, желпу; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, гүлдерді екі қолмен төменде ұстау; сол аяқты алға қойып, гүл ұстағанекі қолды бірдей оң жаққа апарып, қолдың білезіктерін айналдыру және оң аяқты алға қойып, қолдарды сол жаққа апарып, қол білезіктерін айналдыру; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; тіктелу; гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен көкірек тұсында ұстау; бір бағытта жеңіл секіру; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	Доғадан төрт тағандап еңбектеп өту.	"Күн мен жаңбыр" кимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары.	1	

	90	Еңбек етсең емерсін	Балаларды қолдарындағы орамалдарымен шеңбер бойымен салтанатты адымдатып, жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, орамалдарын жоғары көтеріп, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүру; төрт тағандап еңбектеп өту техникасын қорытындылау; оқу қызметін пысықтау.	Аудиожазба бойынша балаларға салтанатты адым жасату. Балаларды қолдарындағы орамалдарымен шеңбер бойымен салтанатты адымдатып, жүргізу және шашырай жүгірту; педагогтың белгісі бойынша тоқтап, орамалдарын жоғары көтеріп, бір орында салтанатты адымдау, белгі бойынша қайта жүру; қолдағы орамалдарымен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалу.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; 1–1 орамалды жоғары көтеріп, тізеге қою; 1–2 бастапқы қалыпқа келу (4–5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды екі ұшынан екі қолмен ұстау; 2–1 еденге еңкейіп, орамал ұстаған қолды еденге тигізу; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3–4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды екі ұшынан екі қолмен ұстау; 3–1 бір аяқты жоғары көтеріп, тізені бүкпеуге тырысып, орамал ұстаған қолға жақындату; екінші аяққа да осы жаттығу қайталаңады. 3–2 бастапқы қалыпқа келу (3–4 рет қайталау); 4. Орамалды бір қолға ұстап, бірінің артынан бірі жүгіру. Бірінің артынан бірі жай жүріп, орамалдарды орындарына қою.	Доғадан төрт тағандап еңбектеп өту.	"Кім жылдам?" кимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары, "Жер тыныш" ойыны.	1	
Көктемгі ағаштар	91	Егейік көктем ағашын	Балаларды құм салынған қаптарды оң және сол қолмен тік бағытта лақтыра білуге үйрету; лақтыру кезінде қол, аяқ үйлесімділігін сақтай білуге жаттықтыру; құм салынған қаптарды екі қолмен кезек лақтыру техникасын меңгерту.	"№37 аудиожазба бойынша педагог балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізеді, педагогтың "Жайқалады ағаштар" деген сөзі айтылған кезде балалар келген орындарында тұра қалып, қолдарын жоғары көтеріп, ағаш болып жайқалады; педагогтың "Жел тұрды" деп белгі беруі бойынша балалар шашырап жүгіреді; "Ағаштар тынышталды" сөзі айтылғанда қайта сап түзеп жүреді, біртіндеп психогимнастика жаттығуларына дайындалады.	1. "Саусақтарым сәлем дейді бәріңе" – екі алақанды жайып, ашып-жұму (3–4 рет қайталау); 2. "Қайырлы күн деп, күлімдейді көздерім", көздерін сипап, кірпіктерін қағып, күлімдеу; 3. "Қайырлы таң, жаңалық бар деп құлағым", құлақтарын сипап, басын екі жаққа кезек иеді. 4. "Қайырлы таң дейді менің қолдарым!" – деп, қол білезіктерін айналдырады; 5. "Қайырлы таң дейді менің денем де!" – деп, денесін қозғайды (3–4 рет қайталау); 6. "Қайырлы таң дейді менің аяғым!" – деп, екі аяғын кезек-кезек алға қояды (3–4 рет қайталау); Бірінің артынан бірі жай жүріп, "Тамаша, тамаша, бір, екі деп санаса" деп айта жүріп, орындықтарға жайғасады.	Құм салынған қаптарды оң және сол қолмен тік бағытта лақтыру.	"Ұядағы құстар" кимыл ойыны. "Ағаштар" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Қай ағаш тыныш?" ойыны.	1	

	92	Еңбегіне қарай өнбегі	Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізу; психогимнастика жасау іскерліктерін дамыту; құм салынған қаптарды оң және сол қолмен тік бағытта лақтыру техникасын жетілдіру; ептілікке тәрбиелеу.	Аудиожазба бойынша педагог балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізеді, педагогтың "Жайқалады ағаштар" деген сөзі айтылған кезде балалар келген орындарында тұра қалып, қолдарын жоғары көтеріп, ағаш болып жайқалады; педагогтың "Жел тұрды" деп белгі беруі бойынша балалар шашырап жүгіреді; "Ағаштар тынышталды" сөзі айтылғанда қайта сап түзеп жүреді, біртіндеп психогимнастика жаттығуларына дайындалады.	"Қайырлы күн бәріңе!" балалар қолдарын жоғары көтеріп, иіліп амандасады. 1. "Саусақтарым сәлем дейді бәріңе" - екі алақанды жайып, ашып-жұму (3-4 рет қайталау); 2. "Қайырлы күн деп, күлімдейді көздерім", көздерін сипап, кірпіктерін қағып, күлімдеу; 3. "Қайырлы таң, жаңалық бар деп құлағым", құлақтарын сипап, басын екі жаққа кезек иеді. 4. "Қайырлы таң дейді менің қолдарым!" - деп, қол білезіктерін айналдырады; 5. "Қайырлы таң дейді менің денем де!" - деп, денесін қозғайды (3-4 рет қайталау); 6. "Қайырлы таң дейді менің аяғым!" - деп, екі аяғын кезек-кезек алға қояды (3-4 рет қайталау); Бірінің артынан бірі жай жүріп, "Тамаша, тамаша, бір, екі деп санаса" деп айта жүріп, орындықтарға жайғасады.	Құм салынған қаптарды оң және сол қолмен тік бағытта лақтыру.	"Көгершіндер мен мысық" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары.		1	
	93	Еңбек ептілікті сүйеді	Балаларды бір қатарға тұрғызып, құм салынған қаптарды оң және сол қолмен тік бағытта лақтыру техникасын дамыта отырып, оқу қызметін пысықтау, ептілікке, шапшаңдыққа тәрбиелеу.	Аудиожазба бойынша педагог балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізеді, педагогтың "Жайқалады ағаштар" деген сөзі айтылған кезде балалар келген орындарында тұра қалып, қолдарын жоғары көтеріп, ағаш болып жайқалады; педагогтың "Жел тұрды" деп белгі беруі бойынша балалар шашырап жүгіреді; "Ағаштар тынышталды" сөзі айтылғанда қайта сап түзеп жүреді.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын сәл ашып, тік тұру, гүл ұстаған қолды төменде ұстау; гүлдерді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеріп, жайқалту; екі жанға түсіріп, желпу; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, гүлдерді екі қолмен төменде ұстау; сол аяқты алға қойып, гүл ұстағанекі қолды бірдей оң жаққа апарып, қолдың білезіктерін айналдыру және оң аяқты алға қойып, қолдарды сол жаққа апарып, қол білезіктерін айналдыру; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; тіктелу; гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен көкірек тұсында ұстау; бір бағытта жеңіл секіру; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	Құм салынған қаптарды оң және сол қолмен тік бағытта лақтыру.	"Қапты досына бер" қимыл ойын.	"Күн" жаттығуы.		1	

Бір шаңырақ астында	94	Дөп-дөңгелек шаңырақ	Балаларды допты екі қолмен басынан жоғары көтеріп лақтыруға үйрету; лақтыру кезінде қол, аяқ үйлесімділігін сақтай білуге жаттықтыру; допты екі қолмен лақтыру техникасын меңгерту.	Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізу, педагогтың "Дөп-дөңгелек күніміз" деген сөзі айтылған кезде балалар келген орындарында тұра қалып, қолдарын жоғары көтеріп, ауада дөңгелек күннің бейнесін салады; педагогтың "Бір шаңырақ үйіміз" деп белгі беруі бойынша балалар бір жерге жүгіріп, үлкен шеңбердің, яғни "бір шаңырақ" ішіне бәрі жиналады; "Тек татуымыз бәріміз!" сөзі айтылғанда қайта бір-бірінің қолынан ұстап жүріп, үлкен бір шеңбер жасап айналып жүреді де біртіндеп тарап, психогимнастика жаттығуларына дайындалады.	"Қайырлы күн бәріңе!" балалар қолдарын жоғары көтеріп, иіліп амандасады. 1. "Саусақтарым сәлем дейді бәріңе" – екі алақанды жайып, ашып-жұму (3-4 рет қайталау); 2. "Қайырлы күн деп, күлімдейді көздерім", көздерін сипап, кірпіктерін қағып, күлімдеу; 3. "Қайырлы таң, жаңалық бар деп құлағым", құлақтарын сипап, басын екі жаққа кезек неді. 4. "Қайырлы таң дейді менің қолдарым!" – деп, қол білезіктерін айналдырады; 5. "Қайырлы таң дейді менің денем де!" – деп, денесін қозғайды (3-4 рет қайталау); 6. "Қайырлы таң дейді менің аяғым!" – деп, екі аяғын кезек-кезек алға қояды (3-4 рет қайталау); Бірінің артынан бірі жай жүріп, "Тамаша, тамаша, бір, екі деп санаса" деп айта жүріп, орындықтарға жайғасады.	Допты екі қолмен бастан жоғары көтеріп лақтыру.	"Ұядағы құстар" қимыл ойыны. "Шаңырақ" ойыны.	"Қай ағаш тыныш?" ойыны.	1
	95	Допты лақтыру техникасы	Балаларды допты екі қолмен басынан жоғары көтеріп лақтыру техникасын дамыту; допты екі қолмен бастан жоғары көтеріп лақтыру кезінде ептілікке тәрбиелеу.	Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізу, қолдарын жоғары көтеріп, ауада дөңгелек күннің бейнесін салады; педагогтың "Бір шаңырақ астында" деп белгі беруі бойынша балалар бір жерге жүгіріп, үлкен шеңбердің, яғни "бір шаңырақ" ішіне бәрі жиналады; "Татулық-байлық" сөзі айтылғанда қайта бір-бірінің қолынан ұстап жүріп, үлкен бір шеңбер жасап айналып жүреді де біртіндеп, атластық таспалармен жасалатын жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын сәл ашып, тік тұру, таспа ұстаған қолды төменде ұстау; 1–1 таспаларды қолды бүкпей, бастан жоғары көтеру; 1–2 екі жанға түсіріп, желпу; 1–3 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, таспаларды екі қолмен төменде ұстау; 2–1 сол аяқты алға қойып, таспа ұстаған екі қолды бірдей оң жаққа апарып, қолдың білезіктерін айналдыру және оң аяқты алға қойып, қолдарды сол жаққа апарып, қол білезіктерін айналдыру; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, таспаларды екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; 3–1 таспаларды екі қолмен екі жанға созып, тізені бүту; 3–2 тіктелу; 3–3 таспаларды екі қолмен екі жанға созып, тізені бүту; 3–4 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, таспаларды екі қолмен көкірек тұсында ұстау; 4–1 бір бағытта жеңіл секіру; 4–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	Допты екі қолмен басынан жоғары көтеріп лақтыру.	"Құс ұясы" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Қай ағаш тыныш?" ойыны.	1

	96	Допты лақтыру техникасын пысықтау	Балаларды бір қатарға тұрғызып, допты екі қолмен басынан жоғары көтеріп лақтыру техникасын бекіту; оқу қызметін пысықтау; допты екі қолмен бастан жоғары көтеріп лақтыру кезінде ептілікке тәрбиелеу.	Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жүргізу, қолдарын жоғары көтеріп, ауада дөңгелек күннің бейнесін салады; педагогтың "Бір шаңырақ астында" деп белгі беруі бойынша балалар бір жерге жүгіріп, үлкен шеңбердің, яғни "бір шаңырақ" ішіне бәрі жиналады; "Татулық-байлық" сөзі айтылғанда қайта бір-бірінің қолынан ұстап жүріп, үлкен бір шеңбер жасап айналып жүреді де, психогимнастика жаттығуларына дайындалады.	"Қайырлы күн бәріңе!" балалар қолдарын жоғары көтеріп, иіліп амандасады. 1. "Саусақтарым сәлем дейді бәріне" - екі алақанды жайып, ашып-жұму (3-4 рет қайталау); 2. "Қайырлы күн деп, күлімдейді көздерім", көздерін сипап, кірпіктерін қағып, күлімдеу; 3. "Қайырлы таң, жаңалық бар деп құлағым", құлақтарын сипап, басын екі жаққа кезек иеді. 4. "Қайырлы таң дейді менің қолдарым!" - деп, қол білезіктерін айналдырады; 5. "Қайырлы таң дейді менің денем де!" - деп, денесін қозғайды (3-4 рет қайталау); 6. "Қайырлы таң дейді менің аяғым!" - деп, екі аяғын кезек-кезек алға қояды (3-4 рет қайталау);	Допты екі қолмен басынан жоғары көтеріп лақтыру.	"Тауықтар мен балапандар" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары.	1	
Бейбітшілік қорғанында	97	Солдаттармыз саптағы	Балаларды еңіс тақтайдың үстімен жоғары және төмен жүруге жаттықтыру; еңіс тақтайдың үстімен жоғары және төмен жүру кезінде дене тепе-теңдігін сақтай білу дағдыларына машықтандыру; еңіс тақтай үстінде жүру кезінде өз дене мүшелерін игере білу қабілетін қалыптастыру.	№4 аудиожазба бойынша балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жеңіл, салтанатты адыммен жүргізу; педагогтың "Отан" деген сөзі айтылған кезде балалар залды айнала жүріп, "Жасасын!" деп қолдарын жоғары көтереді. "Алға!" деген сөзі айтылғанда балалар "Солдат" деп, шашырай жүгіреді; педагогтың белгі беруі бойынша бір орында тұрып, адымдайды; "Еркін!" сөзі айтылғанда балалар жай жүріспен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; 1–1 Орамалды жоғары көтеріп, тізеге қою; 1–2 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; 2–1 еденге еңкейіп, орамал ұстаған қолды еденге тигізу; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; 3–1 бір аяқты жоғары көтеріп, тізені бүкпеуге тырысып, орамал ұстаған қолға жақындату; екінші аяқпен де осы жаттығу қайталанатын. 3–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 4. Орамалды бір қолға ұстап, бірінің артынан бірі жүгіру.	Еңіс тақтайдың үстімен жоғары және төмен жүру.	"Ұшты-ұшты" қимыл ойыны. "Көпіршік" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Ғарыш" ойыны.	1	

98	Біз жас ұланбыз	Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жеңіл, салтанатты адыммен жүргізу; еңіс тактайдың үстімен жоғары және төмен жүру техникасын жетілдіру; еңіс тактайдың үстімен жоғары және төмен жүру кезінде дене тепе-теңдігін сақтауда епті, жылдам, шапшаң болуға тәрбиелеу.	Аудиожазба бойынша балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жеңіл, салтанатты адыммен жүргізу; педагогтың "Отан" деген сөзі айтылған кезде балалар залды айнала жүріп, "Жасасын!" деп қолдарын жоғары көтереді. "Алға!" деген сөзі айтылғанда балалар "Солдат" деп, шашырай жүгіреді; педагогтың белгі беруі бойынша бір орында тұрып, адымдайды; "Еркін!" сөзі айтылғанда балалар жай жүріспен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, жалауды ұшынан екі қолмен ұстау; Жалауды жоғары көтеріп, тізеге қою; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, жалауды ұшынан екі қолмен ұстау; еденге еңкейіп, жалау ұстаған қолды еденге тигізу; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, жалауды ұшынан екі қолмен ұстау; бір аяқты жоғары көтеріп, тізені бүкпеге тырысып, жалау ұстаған қолға жақындату; екінші аяқпен де осы жаттығу қайталанады. бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 4. Жалауды бір қолға ұстап, бірінің артынан бірі жүгіру. Бірінің артынан бірі жай жүріп, жалауларды орындарына қою.	Еңіс тактайдың үстімен жоғары және төмен жүру.	"Түлкі мен балапандар" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары.	1	
99	Біз Отан қорғаушылармыз	Балаларды еңіс тактайдың үстімен жоғары және төмен жүру техникасын бекіту; оқу қызметін пысықтау; балаларды шапшаңдылыққа, ептілікке тәрбиелеу.	Аудиожазба бойынша балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін жеңіл, салтанатты адыммен жүргізу; педагогтың "Отан" деген сөзі айтылған кезде балалар залды айнала жүріп, "Жасасын!" деп қолдарын жоғары көтереді. "Алға!" деген сөзі айтылғанда балалар "Солдат" деп, шашырай жүгіреді; педагогтың белгі беруі бойынша бір орында тұрып, адымдайды; "Еркін!" сөзі айтылғанда балалар жай жүріспен біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; Орамалды жоғары көтеріп, тізеге қою; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; еденге еңкейіп, орамал ұстаған қолды еденге тигізу; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; бір аяқты жоғары көтеріп, тізені бүкпеге тырысып, орамал ұстаған қолға жақындату; екінші аяқпен де осы жаттығу қайталанады. бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 4. Орамалды бір қолға ұстап, бірінің артынан бірі жүгіру. Бірінің артынан бірі жай жүріп, орамалдарды орындарына қою.	Еңіс тактайдың үстімен жоғары және төмен жүру.	"Ұшты-ұшты" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Ғарыш" ойыны.	1	

Табиғаттың гүлденуі	10	Бақ-бақ гүлдер	Балаларды екі қолмен допты тордан алысқа лақтыра білуге үйрету; допты алысқа лақтыру техникасына дағдыландыру; допты басынан жоғары және кеудеден лақтыру жаттығуына машықтандыру.	Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін адымдатып жүргізу; педагогтың "Гүлдер" деген сөзі айтылған кезде балалар залды айнала жүріп қолдарын жоғары көтеріп, гүлдер сияқты жайқалады. "Табиғат" деген сөзі айтылғанда балалар бір орында тұрып, "Ғажап!" деп айтып, қолдарын кең жаяды; педагогтың белгі беруі бойынша бір ізбен жүріп, біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; 1–1 Орамалды жоғары көтеріп, тізеге қою; 1–2 бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; 2–1 еденге еңкейіп, орамал ұстаған қолды еденге тигізу; 2–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; 3–1 бір аяқты жоғары көтеріп, тізені бүкпеуге тырысып, орамал ұстаған қолға жақындату; екінші аяқпен де осы жаттығу қайталаынады. 3–2 бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 4. Орамалды бір қолға ұстап, бірінің артынан бірі жүгіру.	Екі қолмен допты тордан алысқа лақтыра білуге үйрету; допты алысқа лақтыру.	"Баскетбол" қимыл ойыны. "Көпіршік" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары. "Сабырлы доп" ойыны.	1	
	101	Бақ-бақ гүлі әлемінде	Балаларды бірінің артынан бірін адымдатып жүргізу; залды айнала жүріп қолдарын жоғары көтеріп, гүлдер сияқты жайқалу; екі қолымен допты тордан жоғары лақтыру іскерліктерін жетілдіру; допты тордан жоғары лақтыру кезінде шапшаң, епті әрі жылдам болуға тәрбиелеу.	Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін адымдатып жүргізу; педагогтың "Гүлдер" деген сөзі айтылған кезде балалар залды айнала жүріп қолдарын жоғары көтеріп, гүлдер сияқты жайқалады. Педагогтың белгі беруі бойынша бір ізбен жүріп, біртіндеп гүлдермен жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	1. Бастапқы қалып: аяқтың арасын сәл ашып, тік тұру, гүл ұстаған қолды төменде ұстау; гүлдерді қолды бүкпей, бастан жоғары көтеріп, жайқалту; екі жанға түсіріп, желпу; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, гүлдерді екі қолмен төменде ұстау; сол аяқты алға қойып, гүл ұстағанекі қолды бірдей оң жаққа апарып, қолдың білезіктерін айналдыру және оң аяқты алға қойып, қолдарды сол жаққа апарып, қол білезіктерін айналдыру; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: жерде отырып, аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен ұстап, тізенің үстіне қою; гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; тіктелу; гүлдерді екі қолмен екі жанға созып, тізені бүгу; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау). 4. Бастапқы қалып: аяқты бірге қою, гүлдерді екі қолмен көкірек тұсында ұстау; бір бағытта жеңіл секіру; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау).	1) екі қолымен допты тордан жоғары лақтыру; 2) торға дәл лақтыру.	"Допты қуып жетіндер" қимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығуы.	1	

	102	Бақ-бақ гүлін бірге үрлейік	Балалардың екі қолымен допты тордан жоғары лақтыру және торға дәл лақтыру техникасын бекіту; оқу қызметін пысықтау; бақ-бақ гүлі туралы білімдерін толықтыра отырып, тыныс алу жаттығуына ынталандыру.	Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін адымдатып жүргізу; педагогтың "Гүлдер" деген сөзі айтылған кезде балалар залды айнала жүріп қолдарын жоғары көтеріп, гүлдер сияқты жайқалады. "Табиғат" деген сөзі айтылғанда балалар бір орында тұрып, "Ғажап!" деп айтып, қолдарын кең жаяды; педагогтың белгі беруі бойынша бір ізбен жүріп, біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	1. Бастапқы қалып: жерде аяқтың арасын ашып отырып, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; Орамалды жоғары көтеріп, тізеге қою; бастапқы қалыпқа келу (4-5 рет қайталау). 2. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; еденге еңкейіп, орамал ұстаған қолды еденге тигізу; бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 3. Бастапқы қалып: тік тұрып, аяқты иық деңгейінде қою, орамалды ұшынан екі қолмен ұстау; бір аяқты жоғары көтеріп, тізені бүкпеуге тырысып, орамал ұстаған қолға жақындату; екінші аяқпен де осы жаттығу қайталанады. бастапқы қалыпқа келу (3-4 рет қайталау); 4. Орамалды бір қолға ұстап, бірінің артынан бірі жүгіру.	1) допты тордан жоғары лақтыру; 2) торға дәл лақтыру.	"Баскетбол" кимыл ойыны.	"Бақ-бақ" тыныс алу жаттығуы.	1	
Көктемгі егістік	103	Көк машина	Балаларды допты бір-біріне қарама-қарсы отырып, домалата білуге үйрету; допты қақпаға дәл домалату техникасына дағдыландыру; допты домалату жаттығуы арқылы қол, саусақ бұлшық еттерін жетілдіру.	№4 аудиожазба бойынша педагог балалармен бірге жаттығулар орындайды. Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін ақырын адымдатып, жүргізу; педагогтың "Егістік" деген сөзі айтылған кезде балалар залды айнала жүріп қолдарын жоғары көтеріп, егістік сияқты жайқалады. "Машина" деген сөзі айтылғанда балалар бір орында тұрып, қолдарының білезіктерін айналдырып, машина айдайды; "Ғажап!" дегенді естігенде, қолдарын кең жаяды; педагогтың белгі беруі бойынша бір ізбен жүріп, біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	"Қайырлы күн бәріңе!" деп, қолдарды жоғары көтеріп, иіліп амандасу 1."Саусақтарым сәлем дейді бәріңе" – екі алақанды жайып, ашып-жұму (3-4 рет қайталау); 2."Қайырлы күн деп, күлімдейді көздерім" – екі көзді сипап, күлімдеу; 3."Қайырлы таң, жаңалық бар деп құлағым" – құлақтарды сипап, басты екі жаққа кезек иеді. 4."Қайырлы таң дейді менің қолдарым!" – қол білезіктерін айналдырады; 5."Қайырлы таң дейді менің денем де!" – денені қозғайды (3-4 рет қайталау); 6. "Қайырлы таң дейді менің аяғым!" – екі аяқты кезек-кезек алға қояды (3-4 рет қайталау); Бірінің артынан бірі жай жүріп, "Тамаша, тамаша, бір, екі деп санаса" деп айта жүріп, орындықтарға жайғасады.	Допты бір-біріне қарама-қарсы отырып, домалату.	"Пойыз" кимыл ойыны. "Мотор" ойыны.	"Сабырлы доп" ойыны.	1	

104	Допты қақпаға дәлдейміз	Балалардың допты домалату техникаларын жетілдіру; көлік туралы білімдерін толықтыра отырып, көліктердің дыбыстарын ажыратуға үйрету; оқу қызметіне деген қызығушылықтарын жұмбақ жасыру арқылы ояту.	Аудиожазба бойынша педагог балалармен бірге жаттығулар орындайды. Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін акырын адымдатып, жүргізу; педагогтың "Егістік" деген сөзі айтылған кезде балалар залды айнала жүріп қолдарын жоғары көтеріп, егістік сияқты жайқалады. "Көлік" деген сөзі айтылғанда балалар бір орында тұрып, қолдарының білезіктерін айналдырып, көлік айдайды; "Ғажап!" дегенді естігенде, қолдарын кең жаяды; аудиожазба аяқталғанда педагогтың белгі беруі бойынша бір ізбен жүріп, біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	1. Бастапқы қалып: аяқты алшак қойып, допты оң қолмен ұстап тұру. 1-1 қолды жан-жаққа созу, қайтадан допты алу. 1-2 қолды алға созып, допты сол қолға ауыстыру, қолды жан-жаққа созу, бастапқы қалыпқа келу (3 рет). 2. Бастапқы қалып: аяқты алшак қойып, допты алдыға екі қолымен ұстап тұру. жерге отыру, допты жерге қою.2-2 бастапқы қалыпқа келу; 2-3 жерге отыру, допты жерге қою; 2-4 бастапқы қалыпқа келу; (4 рет) 3. Бастапқы қалып: аяқты алшак қойып, допты алдыға екі қолымен ұстап тұру. еңкею, допты жерге қою.3-2 бастапқы қалыпқа келу; 3-3 еңкею, допты жерге қою; 3-4 бастапқы қалыпқа келу. (3 рет).	Допты домалату.	"Домалайды алмалар!" кимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығуы.	1	
105	Мергендікті шыңдаймыз	Балалардың допты домалату техникасын бекіту; оқу қызметін пысықтау; сапқа тұрып, бір қолмен алдында тұрған баланың белінен ұстап, пойыз сияқты жүру іскерліктерін дамыту; епті, шапшаң болуға тәрбиелеу.	Аудиожазба бойынша педагог балалармен бірге жаттығулар орындайды. Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін акырын адымдатып, жүргізу; педагогтың "Егістік" деген сөзі айтылған кезде балалар залды айнала жүріп қолдарын жоғары көтеріп, егістік сияқты жайқалады. "Көлік" деген сөзі айтылғанда балалар бір орында тұрып, қолдарының білезіктерін айналдырып, көлік айдайды; "Ғажап!" дегенді естігенде, қолдарын кең жаяды; аудиожазба аяқталғанда педагогтың белгі беруі бойынша бір ізбен жүріп, біртіндеп психогимнастика жаттығуларына дайындалады.	"Қайырлы күн бәріңе!" деп, қолдарды жоғары көтеріп, іліп амандасу 1."Саусақтарым сәлем дейді бәріңе" - екі алақанды жайып, ашып-жұму (3-4 рет қайталау); 2."Қайырлы күн деп, күлімдейді көздерім" - екі көзді сипап, күлімдеу; 3."Қайырлы таң, жаңалық бар деп құлағым" - құлақтарды сипап, басты екі жаққа кезек иеді. 4."Қайырлы таң дейді менің қолдарым!" - қол білезіктерін айналдырады; 5."Қайырлы таң дейді менің денем де!" - денені қозғайды (3-4 рет қайталау); 6. "Қайырлы таң дейді менің аяғым!" - екі аяқты кезек-кезек алға қояды (3-4 рет қайталау); Бірінің артынан бірі жай жүріп, "Тамаша, тамаша, бір, екі деп санаса" деп айта жүріп, орындықтарға жайғасады.	Допты домалату.	"Пойыз" кимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығуы "Сабырлы доп" ойыны.	1	

Жайдары жаз келді!	106	Шынығамыз жазда	Балаларды еденге қойылған баспалдақтан аттап жүруге үйрету; еденге қойылған баспалдақтан аттап жүру техникасын меңгеруге жаттықтыру; еденге қойылған баспалдақтан аттап жүруде дене, аяқ бұлшық еттерін жетілдіру.	№5 аудиожазба бойынша балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін ақырын адымдатып жүргізу; педагогтың "Жаз" деген сөзі айтылған кезде балалар залды айнала жүріп қолдарын жоғары көтеріп, шапалақтайды. "Тамаша!" дегенді естігенде балалар бір орында тұрып, денелерін қозғайды; "Ғажап!" деп айтып, қолдарын кең жаяды; педагогтың белгі беруі бойынша бір ізбен жүріп, біртіндеп жалпы дамыту жаттығуларына дайындалады.	"Қайырлы күн бәріңе!" деп, қолдарды жоғары көтеріп, іліп амандасу 1. "Саусақтарым сәлем дейді бәріңе" – екі алақанды жайып, ашып-жұму (3-4 рет қайталау); 2. "Қайырлы күн деп, күлімдейді көздерім" – екі көзді сипап, күлімдеу; 3. "Қайырлы таң, жаңалық бар деп құлағым" – құлақтарды сипап, басты екі жакқа кезек неді. 4. "Қайырлы таң дейді менің қолдарым!" – қол білезіктерін айналдырады; 5. "Қайырлы таң дейді менің денем де!" – денені қозғайды (3-4 рет қайталау); 6. "Қайырлы таң дейді менің аяғым!" – екі аяқты кезек-кезек алға қояды (3-4 рет қайталау); Бірінің артынан бірі жай жүріп, "Тамаша, тамаша, бір, екі деп санаса" деп айта жүріп, орындықтарға жайғасады.	Еденге қойылған баспалдақтан аттап жүру.	"Менің көңілді добым" қимыл ойыны. "Көпіршік" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Кім тыныш?" ойыны.	1	
	107	Көпіршіктер жасаймыз	Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін ақырын адымдатып жүргізу, еденге қойылған баспалдақтан аттап жүру техникасын жетілдіру; епті, жылдам, ұқыпты болуға тәрбиелеу.	Аудиожазба бойынша балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін ақырын адымдатып жүргізу; педагогтың "Жаз" деген сөзі айтылған кезде балалар залды айнала жүріп қолдарын жоғары көтеріп, шапалақтайды. "Тамаша!" дегенді естігенде балалар бір орында тұрып, денелерін қозғайды; "Ғажап!" деп айтып, қолдарын кең жаяды; педагогтың белгі беруі бойынша бір ізбен жүріп, біртіндеп психогимнастика жаттығуларына дайындалады.	"Қайырлы күн бәріңе!" деп, қолдарды жоғары көтеріп, іліп амандасу 1. "Саусақтарым сәлем дейді бәріңе" - екі алақанды жайып, ашып-жұму (3-4 рет қайталау); 2. "Қайырлы күн деп, күлімдейді көздерім" - екі көзді сипап, күлімдеу; 3. "Қайырлы таң, жаңалық бар деп құлағым" - құлақтарды сипап, басты екі жакқа кезек неді. 4. "Қайырлы таң дейді менің қолдарым!" - қол білезіктерін айналдырады; 5. "Қайырлы таң дейді менің денем де!" - денені қозғайды (3-4 рет қайталау); 6. "Қайырлы таң дейді менің аяғым!" - екі аяқты кезек-кезек алға қояды (3-4 рет қайталау); Бірінің артынан бірі жай жүріп, "Тамаша, тамаша, бір, екі деп санаса" деп айта жүріп, орындықтарға жайғасады.	Еденге қойылған баспалдақтан аттап жүру.	"Досымызбен жарасайық" ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Кім тыныш?" ойыны.	1	

108	Тез өсеміз біз жазда	Балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін акырын адымдатып жүргізу, еденге қойылған баспалдақтан аттап жүру техникасын бекіту, оқу қызметін пысықтау, доптарды қолдарын басынан жоғары көтеріп, алысқа лақтыру іскерліктерін жетілдіру.	Аудиожазба бойынша балаларды сапқа тұрғызып, бірінің артынан бірін акырын адымдатып жүргізу; педагогтың "Жаз" деген сөзі айтылған кезде балалар залды айнала жүріп қолдарын жоғары көтеріп, шапалақтайды. "Тамаша!" дегенді естігенде балалар бір орында тұрып, денелерін қозғайды; "Ғажап!" деп айтып, қолдарын кең жаяды; педагогтың белгі беруі бойынша бір ізбен жүріп, біртіндеп психогимнастика жаттығуларына дайындалады.	"Қайырлы күн бәріңе!" деп, қолдарды жоғары көтеріп, иіліп амандасу 1. "Саусақтарым сәлем дейді бәріңе" - екі алақанды жайып, ашып-жұму (3-4 рет қайталау); 2. "Қайырлы күн деп, күлімдейді көздерім" - екі көзді сипап, күлімдеу; 3. "Қайырлы таң, жаңалық бар деп құлағым" - құлақтарды сипап, басты екі жаққа кезек неді. 4. "Қайырлы таң дейді менің қолдарым!" - қол білезіктерін айналдырады; 5. "Қайырлы таң дейді менің денем де!" - денені қозғайды (3-4 рет қайталау); 6. "Қайырлы таң дейді менің аяғым!" - екі аяқты кезек-кезек алға қояды (3-4 рет қайталау); Бірінің артынан бірі жай жүріп, "Тамаша, тамаша, бір, екі деп санаса" деп айта жүріп, орындықтарға жайғасады.	Еденге қойылған баспалдақтан аттап жүру.	"Лақтырайық көпкітен домалаған доптарды" кимыл ойыны.	Тыныс алу жаттығулары "Кім тыныш?" ойыны.		1
							ЖИЫНЫ:	108 сағат	