

Білім беру бөлімі: «Дән» бөбекжайы МКҚК

Жоспардың құрылу кезеңі: 07.04-11.04.2025ж.

«Ручеек», «Ақбота», «Балдырған», «Колосок», «Бөбек» әр түрлі жастағы топтар

Дене тәрбиесі нұсқаушысы: Уалиева А.С.

Күн тәртібі	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
	07.04.2025	08.04.2025	09.03.2025	10.04.2025	11.04.2025
Таңғы жаттығу	(Комплекс №27) (Дене белсенділігін дамыту) 08.30 -08.40 - «Колосок» «Балдырған» 08.40-08.50 - «Ручеек» «Ақбота» 08.50 -09.00 - «Бөбек»				
Білім беру ұйымының кестесі бойынша ҰҚ10 ²⁵ -10 ⁴⁰	Ұйымдастырылған іс-шараларды өткізу үшін атрибуттар, спорттық жабдықтар, түрлі материалдар, ашық ойындарға арналған маскалар жасау.	10 ⁰⁰ -10 ²⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі: «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Батпақ арқылы» Міндеттері: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) Сөздік қоры: сапқа туру. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз.	10 ⁰⁰ -10 ¹⁵ ҰҚ - Дене тәрбиесі: «Бөбек» тобы Тақырыбы: «Кімнің допы ары қарай?» Міндеттері: Заттарды оң және сол қолымен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық) Сөздік қоры: журу, доп Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз.	10 ⁰⁰ -10 ²⁰ ОД – Физическое воспитание группы «Ручеек» Тема: «Лягушки» Задача: Прыгать на месте на 2-х ногах, с продвижением вперед на расстоянии 2-3 м. Словарный минимум: жет, қуып, секіру. Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки.	Құжаттама бойынша жұмыс, циклограмма жасау.

		Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолдың бүйірлік позицияларында қолды алға қарай қысыңыз және ашыңыз, оларды айналдырыңыз, саусақтарыңызды қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз. Дене жаттығулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз. Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгіңіз, алға қарай түзетіңіз, қайтадан бүгіңіз және төмендетіңіз. Қимылды ойын: «Қыз қуу» Аз қозғалмалы ойын: «қол күрес» 10²⁵-10⁴⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы Тақырыбы: «Батпақ	жаттығулар. Қолды жоғары, Алға, бүйірге көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен). Аяқ жаттығулары. Шұлыққа көтеріліп, аяғыңызды алға, артқа, бүйірге қойыңыз. Қимылды ойын: «қыз қуу» Аз қозғалмалы ойын: «Асық ату» 10²⁰-10³⁵ ОД – Физическое воспитание группы «Ручеек» Тема: «Проползи – не задень» Задача: Ползать между предметами, вокруг них. Словарный минимум: жет, қуып Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие упражнения: упражнения для рук и плечевого пояса.	Общеразвивающие упражнения: Совершенствовать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс. Развивать умение ставить руки перед грудью, закладывать их за голову и распрямлять плечи, разводить их в стороны, опускать. Выполнять упражнения с предметами и без предметов. Подвижная игра: «қыз қуу» Малоподвижная игра: «Асық ату» 10²⁰-10¹⁵ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Тұзаққа түскен доп» Міндеттері: заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Сөздік қоры: доп, әкел.	
--	--	---	--	---	--

		арқылы» Міндеттері: Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) Сөздік қоры: сапқа туру. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолдың бүйірлік позицияларында қолды алға қарай қысыңыз және ашыңыз, оларды айналдырыңыз, саусақтарыңызды қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз. Дене жаттығулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға	Поднимать и опускать руки вверх, вперед, в стороны (вместе или поочередно). Упражнения для туловища. Передавать мяч друг другу над головой (назад и вперед), с поворотом в стороны (вправо - влево). Упражнения для ног. Подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону. Подвижная игра: «қыз қуу» Малоподвижная игра: «қол күрес» 10⁴⁰-11⁰⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Балдырған» тобы Тақырыбы: «Қиын ауысу». Міндеттері: сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүру.	Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолдың бүйірлік позицияларында қолды алға қарай қысыңыз және ашыңыз, оларды айналдырыңыз, саусақтарыңызды қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз. Дене жаттығулары. Отырғанда және тізерлеп отырғанда допты айналаңызға айналдырыңыз. Аяқ жаттығулары. Аяғыңызды тізеңізге бүгіңіз, алға қарай түзетіңіз, қайтадан бүгіңіз және төмендетіңіз. Қимылды ойын: «қыз	
--	--	--	---	---	--

	айналдырыңыз. Аяк жаттыгулары. Аяғыңызды тізенізге бүгініз, алға қарай түзетініз, қайтадан бүгініз және төмендетініз. Қимылды ойын: «көкпар» Азқозғалмалы ойын: «кол күрес» 10⁴⁵-11⁰⁰ ОД - Физическое воспитание группы «Ручеек» Тема: «Веселый мяч» Задача: Бросать предметы на дальность правой и левой рукой (на расстоянии 2,5-5 м.). Словарный минимум: доп, әкел Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие упражнения: Упражнения для рук и	Сөздік қоры: журу, әкел. Ритмикалық жаттыгулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттыгулар мен қимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттыгулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттыгулар. Қолды жоғары, Алға, бүйірге көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен). Аяк жаттыгулары. Шұлыққа көтеріліп, аяғыңызды алға, артқа, бүйірге қойыңыз. Подвижная игра: «октау тартыс» Малоподвижная игра: «кол күрес» 11⁰⁵-11³⁰ ОД – Физическое воспитание группа «Колосою» Тема: «Веселый мяч» Задача: Развивать умение метать предметы на дальность (не менее 3,5-6,5 метра). Словарный минимум:	куу» Азқозғалмалы ойын: «Асық ату» 10⁴⁵-11⁰⁰ ҰК - Дене тәрбиесі «Бөбек» тобы Такырыбы: «Ең епті» Міндеттері: допты кеуде тұсынан лақтыру, он және сол қолмен тік нысанға. (нысанға биіктігі -1,2 метр) лақтыру. Сөздік қоры: доп, әкел. Ритмикалық жаттыгулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттыгулар мен қимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттыгулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттыгулар. Қолдың бүйірлік позицияларында қолды алға қарай қысыңыз және ашыңыз, оларды айналдырыңыз, саусақтарыңызды
--	---	--	---

		плечевого пояса Совершенствовать умение поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на пояс, руки перед грудью; размахивать руками вперед – назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Развивать умение положениях руки в стороны, вперед сжимать и разжимать кисти, вращать их, сводить и разводить пальцы, вытягивать их. Ставить руки перед грудью, закладывать их за голову и распрямлять плечи, разводить их в стороны, опускать. Выполнять упражнения с предметами и без предметов. Упражнения для туловища Совершенствовать умение поворачиваться	доп, жүгір. Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие упражнения: Упражнения для рук и плечевого пояса. Поднимать и опускать руки вверх, вперед, в стороны (вместе или поочередно). Упражнения для ног. Подниматься на носки, выставлять ногу вперед, назад, в сторону. Подвижная игра: «көкпар» Малоподвижная игра: «Асық ату» 11³⁵-12⁰⁰ ҰҚ - Дене тәрбиесі «Ақбота» тобы Тақырыбы: «Оқудағы өрт сөндірушілер» Міндеттері: Биіктігі 40 сантиметр сымның астына қолыңызбен еденге, бүйірге	қысыңыз және жайыңыз, оларды созыңыз. Қимылды ойын: «оқтау тартыс» Азқозғалмалы ойын: «қол күрес» 11⁰⁵-11³⁰ ҰҚ - Дене шынықтыру «Ақбота» тобы Тақырыбы: «Үнсіз жүр» Міндеттері: Заттардан өту арқылы жүру; шектелген бетте бүйірлік қадаммен. Сөздік қоры: Ұста, жина. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз. Жалпы дамыту жаттығулары: Қолды алға, бүйірге, жоғары (бір мезгілде, кезекпен) көтеру, қолды позициялардан артқа	
--	--	--	--	---	--

		в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны (рывком и плавно). Наклоняться влево, вправо, вперед, откидываться назад. Стоя, ноги вместе (и врозь), наклоняться вперед, доставать пальцами носки ног, класть и поднимать предметы. Прокатывать вокруг себя мяч, сидя и стоя на коленях. Приподнимать одну ногу и перекладывать под ней предмет из одной руки в другую. Развивать умение приподнимать обе ноги над полом в упоре сидя; сгибать и выпрямлять, опускать их на пол. В упоре стоя на коленях, прогибать и выпгибать спину, поочередно поднимать и опускать прямые ноги; одновременно сгибать и разгибать их. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых вверх руках	тигізбестен көтерілу, доғанын астына көтерілу (биіктігі 50 сантиметр). Сөздік қоры: жүгір. Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен кимылдарды орынданыз. Жалпы дамыту жаттығулары: Қол мен иық белдеуіне арналған жаттығулар. Қолды жоғары, Алға, бүйірге көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен). Аяқ жаттығулары. Шұтыққа көтеріліп, аяғыңызды алға, артқа, бүйірге қойыңыз. Қимылды ойын: «көкпар» Азқозғалмалы ойын: «Асық ату»	карай: қолды төмен, қолды белге көтеру қабілетін жетілдіру. Қолдарыңызды кеуденіздің алдына қою, оларды бастың артына қойып, иықтарыңызды түзетіп, оларды екі жакқа жайып, төмендету қабілетін дамыту. Заттармен және заттарсыз жаттығулар жасаныз. Қимылды ойын: «көкпар» Азқозғалмалы ойын: «қол күрес»	
--	--	--	--	--	--

11³⁵-12⁰⁰

ОД - Физическое воспитание группы «Колосок»

Тема: «Воробушик и кот»

Задача: Обучать умению прыгать вверх с места с касанием предмета, подвешенного выше поднятых рук ребенка, в длину с места, через

		предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе. Подвижная игра: «көкпар» Малоподвижная игра: «Асық ату» ҰҚ - Дене тәрбиесі 11⁰⁵-11³⁰ «Ақбота» тобы Тақырыбы: «Допты жүргізушіге» Міндеттері: Допты екі қолмен жоғары лақтыру, жоғары лақтыру және еденнен секіргеннен кейін екі қолмен ұстау (4-5 рет) Сөздік қоры: доп, әкел Ритмикалық жаттығулар: музыканың сүйемелдеуімен таныс, бұрын үйренген жаттығулар мен қимылдарды орындаңыз. Сөздік қоры: журу, әкел. Жалпы дамыту жаттығулары: Қол		4-5 линий (расстояние между линиями 40-50 сантиметров). Словарный минимум: доп. Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие упражнения: Упражнения для туловища. Стоя ноги вместе (и врозь), наклоняться вперед, доставать пальцами носки ног, класть и поднимать предметы. Упражнения для ног. Приседать, держа руки на поясе, отводя руки в стороны, разводя их в стороны из положения	
--	--	---	--	---	--

		және иық белдеуі жаттығулары Қолды алға, бүйірге, жоғары (бір мезгілде, кезекпен) көтеру, қолды позициядан артқа тарту қабілетін жетілдіру: қолды төмен, қолды белге, қолды кеудеге дейін созу; қолды алға – артқа сермеу; шынтақпен бүгілген қолдармен айналмалы қозғалыстар жасау. Қолдың бүйірлік позицияларын дамыту, қолды алға қарай қысу және босату, оларды айналдыру, саусақтарды бүгу және тарату, оларды созу. Қолдарыңызды кеудеңіздің алдына қойыңыз, оларды бастың артына қойып, иықтарыңызды түзетіңіз, оларды екі жаққа жайыңыз, төмен түсіріңіз. Заттармен және заттарсыз жаттығулар жасаңыз. Дене жаттығулары Қолды белбеуде ұстап,		вперед. Подвижная игра: «оқтау тартыс» Малоподвижная игра: «Асық ату»	
--	--	---	--	--	--

		бүйірлерге бұрылу қабілетін жетілдіру, оларды бүйірлерге тарату (серпінді және тегіс). Солға, оңға, алға, артқа еңкейіңіз. Тұрып, аяқтар бірге (және бөлек), алға еңкейіп, саусақтарыңызбен шұлық алыңыз, заттарды қойыңыз. Қимылды ойын: «оқтау тартыс» Аз қозғалмалы ойын: «Үнсіздік» 11³⁵-12⁰⁰ ОД - Физическое воспитание группы «Колосок» Тема: «Проползи – не задень» Задача: Учить умению ползать на четвереньках по прямой на расстояние до 10 метров между предметами, по горизонтальной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Словарный минимум: тығыл, қаш.			
--	--	---	--	--	--

		Ритмические упражнения: выполнять знакомые, ранее выученные упражнения и движения под сопровождение музыки. Общеразвивающие упражнения: Упражнения для рук и плечевого пояса. В положениях руки в стороны, вперед сжимать и разжимать кисти, вращать их, сводить и разводить пальцы, вытягивать их. Упражнения для туловища. Прокатывать вокруг себя мяч, сидя и стоя на коленях. Упражнения для ног. Сгибать ногу в колене, выпрямлять вперед, снова сгибать и опускать. Подвижная игра: «оқтау тартыс» Малоподвижная игра: «қол күрес»			
Біртіндеп көтеру, сауықтыру процедуралары	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 32 картотека	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 32 картотека	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 32 картотека	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 32 картотека	Ұйқыдан кейінгі сергіті № 32 картотека

	(Физикалық белсенділікті дамыту) «Колосок» тобы	(Физикалық белсенділікті дамыту) «Балдырған» тобы	(Физикалық белсенділікті дамыту) «Бөбек» тобы	(Физикалық белсенділікті дамыту) «Ручеек» тобы	(Физикалық белсенділікті дамыту) «Ақбота» тобы
Баланың жеке даму картасы бойынша балалармен жеке жұмыс.	Группа «Колосок» Игра: «Веселый мяч» Задача: Развивать умение метать предметы на дальность (не менее 3,5-6,5 метра) 1.Дуварова Дарья 2.Дуварова Мария 3.Жамбылова Инжу 4.Исрафилова Сафи 5.Кабдрашева Азалия	«Балдырған» тобы Ойын: «Тұзаққа түскен доп» Міндеттері: заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. 1.Балябин Максим 2.Базарбек Алихан 3.Гараев Алан 4.Ғабиден Дінмұхаммед 5.Дмитриева Афина	«Бөбек» тобы Ойын: «Кімнің допы ары қарай?» Міндеттері: Заттарды оң және сол қолымен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық) 1.Досанов Ислам 2.Ержан Батыр 3.Есен Бекзат 4.Жакупбекова Айша 5.Жұматай Шах-Керім	Группа «Ручеек» Игра: «Проползи – не задень» Задача: Ползать между предметами, вокруг них. 1.Бубенко Семён 2.Германчук Богдан 3.Дуваров Илья 4.Драгомерецкий Адлан 5.Кабенок Мирон	«Ақбота» тобы Ойын: «Үнсіз жүр» Міндеттері: Заттардан өту арқылы жүру; шектелген бетте бүйірлік кадаммен. 1.Жанайдар Аружан 2.Манжула Ксения 3.Мұхиден Даулет 4.Дмитриев Елизар 5.Нұғыман Карим

04.04.2025

проверила: Инжа
Соймова