

Бекітемін:
Обалы аулының негізгі орта
Мектеп директорының м.а
_____Ахметова К.Б.

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2023 -
2024 дене шынықтырудан кіші тобына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің
перспективалық жоспары**

Дене шынықтыру мұғалімі: Бижанова Г.Х.

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2023 -2024 дене шынықтырудан кіші тобына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

**Білім беру ұйымы: Обалы ауылының негізгі орта мектебінің
жанындағы «Балапан» шағын орталығы**

Топ «Балдырған» Кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету)

2023-2024 оқу жылы қыркүйек айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Бұрылу (оңға-солға), қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жағына жазу, қолды шапалақтау; қолды алға, жоғары, жан-жаққа көтеру, оларды бүгіп, жазу, саусақтарын ашып жұму; тізені бүгіп жазу (екіншісіне тұрып), еденде отырған қалпында, таяныштан ұстап отырып аяқтың ұшымен тұру, алға, жанына, артқа қадам жасау, аяқты алға, өкшеге қою; табандарды бүгу (жазу), қатарында тұрған – отырған адамға қолындағы затты бере отырып, тұлғасын оңға-солға бұру, шалқасынан жатқан қалыпта қолдары мен аяқтарын бірдей қимылдатып, аяқтарын көтеру және түсіру, арқасынан бүйіріне, ішіне және кері қарай аударылу, алға, жан-жағына қарай еңкею.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2023-2024 дене шынықтырудану кіші тобына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары.

Білім беру ұйымы: Обалы ауылының негізгі орта мектебінің
жанындағы «Балапан» шағын орталығы

Топ: «Балдырған» кіші тобы.

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету)

2023-2024 оқу жылы қазан айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қазан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Жүру. Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру, шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2023 -2024 дене шынықтырудан кіші тобына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің пспективалық жоспары

Білім беру ұйымы: Обалы ауылының негізгі орта мектебінің

жанындағы «Балапан» шағын орталығы

Топ «Балдырған» Кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету)

2023-2024 оқу жылы қараша айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қараша	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру. Қимылды ойындар. Балаларды ересектермен бірге қимылдары жеңіл, мазмұны қарапайым қимылды ойындар ойнауға ынталандыру.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2023 -2024 дене шынықтырудан кіші тобына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Білім беру ұйымы: Обалы ауылының негізгі орта мектебінің жанындағы «Балапан» шағын орталығы

Топ: «Балдырған» кіші тобы.

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету)

2023-2024 оқу жылы желтоқсан айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. Қимылды ойындар. Балалардың ойынға қызығушылығын дамытуға ықпал ете отырып, негізгі қимылдарды (жүру, жүгіру, лақтыру, домалату) жетілдіру.

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2023 -2024 дене шынықтырудан кіші тобына арналған
ұйымдастырылған**

іс-әрекеттің перспективалық жоспары

**Білім беру ұйымы: Обалы ауылының негізгі орта мектебінің
жанындағы «Балапан» шағын орталығы**

Топ: «Балдырған» кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету)

2023-2024 оқу жылы қантар айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қаңтар	Дене шынықтыру	Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру, заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге және т. б.): тұру. Қимылды ойындар. Қимылдарды үйлесімді орындауға, кейбір кейіпкерлердің қарапайым әрекеттерін жеткізе білуге үйрету (қоян сияқты секіру; аю сияқты қорбандап жүру және т. б.).

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2023 -2024 дене шынықтырудан кіші тобына арналған
ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

**Білім беру ұйымы: Обалы ауылының негізгі орта мектебінің
жанындағы «Балапан» шағын орталығы**

Топ: «Балдырған» кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету)

2023-2024 оқу жылы ақпан айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Ақпан	Дене шынықтыру	Тепе-теңдік сақтау жаттығулары. Қолдарын жоғары көтеру, түсу; заттардан (биіктігі 10-15см): құрсаудан құрсауға аттап өту; тақтайдың үстімен 20 см арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттап жүру, орнында баяу айналу. Орнында жүру. Бастапқы қалыпта тұрып, сол (оң) аяқтың тізесін (заттан ұстап) бүгу. Таяныштан ұстап отыру, аяқтың ұшымен тұрып, тартылу. Аяқтың өкшесін алға қою. Аяқтың бақайларын қимылдату (отырып). Спорттық жаттығулар. Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету;. Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату.

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2023 -2024 дене шынықтырудан кіші тобына арналған
ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

**Білім беру ұйымы: Обалы ауылының негізгі орта мектебінің
жанындағы «Балапан» шағын орталығы**

Топ: «Балдырған» кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету)

2023-2024 оқу жылы наурыз айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Наурыз	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Жүгіру. Бірқалыпты, шашырап, берілген бағытта, әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен, аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап, бірінің соңынан бірі (20м дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу. Еңбектеу, өрмелеу. Шектеулі жазықтың, көлбеу тақтайдың бойымен, доғаның, гимнастикалық скамейканың астынан, әртүрлі заттардың: арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. Биіктігі 10 см, ауданы 50 x 50 см модульге өрмелеу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Балаларды топта жеңіл киінуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2023 -2024 дене шынықтырудан кіші тобына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

**Білім беру ұйымы: Обалы ауылының негізгі орта мектебінің
жанындағы «Балапан» шағын орталығы**

Топ: «Балдырған» кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету)

2023-2024 оқу жылы сәуір айы

Сәуір	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Жалпы дамытушы жаттығулар Қолдың білектерін, иық белдеуінің бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Қолды алға, жоғары, екі жаққа көтеру; қолды кеуде тұсында айқастыру және екі жаққа жазу. Қолды артқа қою; оларды бүгіп, жазу, қолды шапалақтау, қолдарды алға-артқа сермеу, саусақтарды бүгу және ашу. Арқаның бұлшық еттерін және омыртқаның иілгіштік қасиетін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Жанында тұрған (отырған) адамға қолындағы заттарды беріп, оңға-солға бұрылу. Алға және екі жаққа еңкею. Еденде отырып, аяқтарды кезекпен бүгу және жазу. Шалқасынан жатқан қалыпта аяқтарын көтеру және түсіру. Тізерлеп тұрып, өкшеге отыру және тұру. Іштің және аяқтың бұлшық еттерін дамытуға және нығайтуға арналған жаттығулар. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру Үстел басындағы мәдениеттің қарапайым дағдыларын қалыптастыру: нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып шайнау, тамақ ішкенде сөйлемей, үстел басында дұрыс отыру.
-------	----------------	--

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2023 -2024 дене шынықтырудан кіші тобына арналған
ұйымдастырылған**

іс-әрекеттің перспективалық жоспары

**Білім беру ұйымы: Обалы ауылының негізгі орта мектебінің
жанындағы «Балапан» шағын орталығы**

Топ: «Балдырған» кіші тобы

Балалардың жасы 2 жас

Жоспардың құрылу кезеңі (айды, жылды көрсету)

2023-2024 оқу жылы мамыр айы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Мамыр	Дене шынықтыру	Спорттық жаттығулар Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсуге, ересектердің көмегімен және өзбетінше рөлді басқаруға үйрету; Сауықтыру-шынықтыру шаралары Серуенде қимылды ойындарға қатысуға және жаттығуларды орындауға қызығушылық пен ықылас танытуға баулу. Шынықтыру шараларын өткізу кезінде балалардың денсаулық жағдайын ескеріп, жеке тәсілді жүзеге асыру. Өткенді қайталау.