

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және
Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде
2025-2026 оқу жылына арналған Сағындықов Бейбіт Әубәкірұлының
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі
Тобы: «Ақбота» сөйлеу тілі бұзылымы бар мектепалды тобы
Балалардың жасы: 5 жас
Жоспардың құрылу кезеңі: Қыркүйек 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Диагностика Баланың ерікті есту, есте сақтау арқылы жеке дамуын (қысқа мерзімді есте сақтаудың көлемін) тексеру, қандай қызығушылықтарын немесе артықшылықтары бар екенін және дене тәрбиесіне қаншалықты дайын екенін, сонымен бірге, физикалық дамуын анықтау. Баланың дене дамуының бастапқы деңгейін анықтау. Ойын түрі: «Допты қағып ал»
Дене тәрбиесі	Бір орыннан ұзындыққа секіру 1. Бір орыннан ұзындыққа секіруге үйрету. 2. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше кимыл-қозғалыс ойындарын үйрету; 3. Жоғарыға қарай лақтыруға және оны қағып алуға жаттықтыру; бір бағытта бүкіл топ мүшелерімен бірге жылдам жүгіруге жаттықтыру. Жалпы дамыту жаттығулары «Күштілер» жаттығуы. Тыныс алу жаттығуы:

	«Балапандар» жаттыгууы. «Кұстардың келуі», «Кім жаксы секіреді?» кимыл – қозғалыс ойындарын ойнату.
Дене тәрбиесі	Жүру 1. Тапсырманы орындай отырып, бір-бірлеп тізбекпен жүруге және шашырап жүгіруге жаттықтыру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Қолдарымен еденге сүйеніп, шығыршыққа еңбектеп кіру, тактай үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Жалпы дамыту жаттығулары. «Зырылдауық» жаттығуы. «Тізені шапалақтау» жаттығуы. «Сипаймыз» жаттығуы. «Аттар», «Кұстардың келуі» кимыл-қозғалыс ойыны.
Дене тәрбиесі	Екі аяқпен секіріп тұру 1. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдік сақтап жүруге үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу. Жалпы дамыту жаттығулары. «Тізені шапалақтау» жаттығуы. «Сипаймыз» жаттығуы. «Аттар» кимыл-қозғалыс ойыны.
Дене тәрбиесі	Тепе-теңдік 1. Тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Түрлі тәсілдермен жүруге үйрету. Жіппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары: «Жіпті соз» жаттығуы. «Бұрылу» жаттығуы. «Қонжықтар» жаттығуы. «Лақтырам, қағып ал» кимыл-қозғалыс ойынын ойнату

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі
 Тобы: «Ақбота» сөйлеу тілі бұзылымы бар мектепалды тобы
 Балалардың жасы: 5 жас
 Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Допты домалату 1. Шашырап жүруге және жүгіруге үйрету. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Бір бағытта ұстап, бір-біріне допты домалату, доғаның астына еңбектеп ену. Секіртпемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары: «Секіртпені сөзі!» жаттығуы «Кім тез еңбектеп жетеді?» ойыны
Дене тәрбиесі	Қыздар мен ұлдарға арналған ойындар 1. Физиологиялық мүмкіншіліктеріне қарай балаларды топтасып ойнауға үйрету. 2. Қоршаған орта туралы көзқарастарын кеңейту және тереңдету. 3. Мақсатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету. Жалаушалармен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Қол бұлға» жаттығуы: «Ұстап ал», «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойыны. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады.
Дене тәрбиесі	Доппен жұмыс 1. Бір біріне допты кеуде тұсынан лақтыруға үйрету. 2. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 3. Қолды әртүрлі қалыпта ұстап, қапшықты басқа қойып, жіптің үстімен жүруге жаттықтыру. Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Қағып ал» жаттығуы «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады.
Дене тәрбиесі	Белгі бойынша тоқтап, жүру және жүгіру

	1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтап, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лактыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лактыруға жаттықтыру; заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Жалпы дамыту жаттығулары. «Билейміз» жаттығу «Лактырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны.
--	---

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі
 Тобы: «Ақбота» сөйлеу тілі бұзылымы бар мектепалды тобы
 Балалардың жасы: 5 жас
 Жоспардың құрылу кезеңі: Қараша 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Аттракциондар 1. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қозғалыс ойындарын үйрету. 2. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептілік дамыту. 3. Ойын ережелерін сақтауға үйрету. Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Толқын» жаттығуы. «Бұрылу» жаттығуы. «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату. Командалық ойындар 1. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық әрекеттердің үйлесімділігін дамыту. 2. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 3. Шапшандық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. Жалпы дамыту жаттығулары. «Билейміз» жаттығуы «Лактырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. Бөрене үстінде еңбектеу 1. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге жаттығу бойымен жүгіруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді-шапшандық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен құм толтырылған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту Жалпы дамыту жаттығулары.
Дене тәрбиесі	

	«Билейміз» жаттығу «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны
Дене тәрбиесі	Орындықта орындалатын жаттығулар 1. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 2. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 3. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту. Таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Толқын» жаттығуы. «Бұрылу» жаттығуы. «Төмпешіктен-төмпешікке» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату.

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі
Тобы: «Ақбота» сөйлеу тілі бұзылымы бар мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру 1. Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. 3. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді қайталау. Жіппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Жіпті сқз» жаттығуы. «Бұрылу» жаттығуы. «Қонжықтар» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату.
Дене тәрбиесі	Көлденең қойылған нысанаға лақтыру 1. Көлбеу қойылған нысанаға лақтыруға жаттықтыру. 2. Көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту, нысанаға тигізуге үйрету. 3. Бір-бірімен тізбекте жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту; бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру. Шығыршықпен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Шығыршықты ауыстырып сал» жаттығуы. «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады.
Дене тәрбиесі	Көлбеу қойылған тактай үстімен жүру 1. Көлбеу қойылған тактай үстінде жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың бір-біріне көңіл аударуына, ынтымақтаса ойнауына көңіл бөлу. Текшелермен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Балға және шеге» жаттығуы: «Аяқ бірге» жаттығуы.

	«Допты тордан өткізу» кимыл-қозғалыс ойыны. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады.
Дене тәрбиесі	Еңбектеу және өрмелеу 1. Гимнастикалық таяқшамен орындалатын жаттығулардың жаңа түрлерін меңгерту. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Балаларды еңбектеуге және өрмелеуге үйрету. Секіртпемен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Секіртпені сөз» жаттығуы: «Кім тез еңбектеп жетеді» кимыл-қозғалыс ойынын ойнату.

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі

Тобы: «Ақбота» сөйлеу тілі бұзылымы бар мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қантар 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Тепе-теңдікті сақтау жаттығулары 1. Тепе-теңдікті сақтап жүруге аттықтыру. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Кішкентай шығыршықпен орындалатын жаттығуларды үйрету; гимнастикалық қабырғамен өрмелеуге үйрету. Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Дорбашаны ауыстыр» жаттығуы: «Созылып жат» жаттығуы; «Мысық пен торғайлар» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады.
Дене тәрбиесі	Қыс келді (далада өтеді) 1. Далада орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді — шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Керіліп тартылған жіптердің астынан өтуге жаттықтыру, екі қолмен допты лақтырып, ұстап алуға үйрету. Құм салынған дорбашамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Дорбашаны ауыстыр» жаттығуы: «Созылып жат» жаттығуы; «Фигура жаса» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады.
Дене тәрбиесі	Шаңғымен танысу (далада өтеді). 1. Балаларды шаңғы тебуге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Жүгіруді жүрумен алмастыруға үйрету. Гантельмен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Сермеу» жаттығуы. «Асықтар» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату.

	Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады
Дене тәрбиесі	Шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу. 1. Шаңғыны таяғымен бірікіріп, қолтықтарына қысып, оқу іс-әрекеті өтетін жерге тасуды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Таяқтың ілмектерінің атқаратын қызметімен таныстыру; таякпен серпіліп сырғанап адымдаумен таныстыру. Жалаушамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Қол бұлға» жаттығуы: «Аюдың апаны» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату.

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі
 Тобы: «Ақбота» сөйлеу тілі бұзылымы бар мектепалды тобы
 Балалардың жасы: 5 жас
 Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	200-300 метр қашықтықта сырғанау 1. Таяқпен адымдап сырғанауды қайталау; бір қатар сапқа тұруға жаттықтыру. 2. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. 3. Аяқты қайшылап секіруге жаттықтыру. Жүппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Дорбашаны ауыстыр» жаттығуы: «Созылып жат» жаттығуы: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады.
Дене тәрбиесі	Шаңғымен сырғанан адымдауды үйрету 1. Оңға және солға адымдап жүрумен таныстыру; сырғанап адымдауды қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшандық, ептілікті дамыту. 3. Бір орында тұрып аяқты ауыстырып басып бұрылуды қайталау. Жалаушалармен жалпы дамыту жаттығулары «Қол бұлға» жаттығуы. «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату.
Дене тәрбиесі	Алға қарай баспен домалау 1. Алға домалауды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшандық, ептілікті дамыту. 3. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; бір орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру. Жүппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Дорбашаны ауыстыр» жаттығуы:

Дене тәрбиесі	«Созылып жат» жаттығуы: «Аңшылар мен қояндар» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады
	Акробатика. 1. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы әңгімелеу. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Таңертеңгі гимнастика кешенін орындау білігін тексеру; артқа және алға домалауды қайталау «Қар кесегімен» орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Сермеу» жаттығуы. «Еденде қалма» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады.

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі
Тобы: «Ақбота» сөйлеу тілі бұзылымы бар мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Еңбектеп жүру. 1. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету. 2. Еңбектеп жүруге үйрету арқылы ептілік, шапандық сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Допты бастан асырып, екі қолмен лақтыру Жалаушалармен жалпы дамыту жаттығулары «Қол бұлға» жаттығуы. «Допты тордан өткіз» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату.
Дене тәрбиесі	Бір орында тұрып ұзындыққа секіру 1. Бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге үйрету. 2. Топтан секіріп, бір орында тұрып, ұзындыққа секіруге үйрету және қимылдарын реттеу. 3. Бастан асырып лақтыруды бекіту Гимнастикалық орындықпен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары «Зырылдауық» жаттығуы. «Жалаушаны асыра лақтыр» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады
Дене тәрбиесі	Қайталамалы жүгіру (челночный бег). 1. Қайталамалы жүгіруге жаттықтыру. 2. Шапандық, ептілік сынды қасиеттерді дамыту. 3. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге үйрету Шығыршықпен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары: «Жіпті соз» жаттығуы. «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату. Қимыл-қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады
Дене тәрбиесі	Бүнамамен (жүгітпен) орындалатын жаттығулар.

	1. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Допты домалату барысында бағытты сақтауға үйрету. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеп шығуға үйрету Текшелермен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Балға және шеге» жаттығуы: «Аяқ бірге» жаттығуы «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады.
--	--

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі

Тобы: «Ақбота» сөйлеу тілі бұзылымы бар мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру 1. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіруді үйрету. 2. Балаларды достық қарым-қатынаста болуға үйрету. 3. Еңбектеп жүру және білте тактайшаның астынан өту дағдыларын қалыптастыру Шығыршықпен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары: «Жіпті соз» жаттығуы. «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату. Қимыл-қозғалыс ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады.
Дене тәрбиесі	Кедергілер. 1. Түрлі кедергілер арқылы жаттығулар орындау дағдыларын дамыту. 2. Қол мен аяқтардың қимыл-қозғалысын үйлесімді ету. 3. Түрлі кедергілер арқылы жаттығулар орындау дағдыларын дамыту. Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Қағып ал» жаттығуы: «Алға» жаттығуы «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны
Дене тәрбиесі	Жүру 1. Түрлі физикалық жаттығулармен балаларды таныстыру. 2. Жылдамдық сапаларын дамыту. 3. Балаларды оқу іс-әрекеттерінде үйренген секіру тәсілдерін бекіту Жалпы дамыту жаттығулары. «Балға және шеге» жаттығуы: «Аяқ бірге» жаттығуы «Допты тордан өткізу» қимыл-қозғалыс ойыны.

Дене тәрбиесі	Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады. Лактыруға үйрету. 1. Лактыру тәсілдерін үйрету. 2. Күштілік, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл қасиеттерін дамыту. 3. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту. Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Қағып ал» жаттығуы: «Алға» жаттығуы «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны.
---------------	---

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі

Тобы: «Ақбота» сөйлеу тілі бұзылымы бар мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Гимнастика. 1. Дененің тұлғасы дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды жасап үйрету. 2. Гимнастикаға деген қызығушылықтарын арттыру. 3. Жаттығуларды жасау арқылы қимыл үйлесімділігін дамыту; баспен домалауға жаттықтыру. Орындықпен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Шапалақ» жаттығуы. «Алақанды желкеге қой!» «Иығыршықты дәлде» қимыл-қозғалыс ойындарын ойнату.
Дене тәрбиесі	Жүні болып тұрып жаттығулар орындау 1. Жұптасып жаттығулар жасауға үйрету. 2. Бірлікке баулу. 3. Затты игеру, жалаушамен орындалатын жаттығуларды жасап менгерту. Жалпы дамыту жаттығулары. «Алақанды желкеге қой!» «Жүгіріс» қимыл-қозғалыс ойындарын ойнату. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады
Дене тәрбиесі	Тыныс алу жаттығулары 1. Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. 2. Дұрыс тыныс алуға үйрету. 3. Бір орында секіруге үйрету Жалпы дамыту жаттығулары. «Балға және шеге» жаттығуы: «Аяқ бірге» жаттығуы

Дене тәрбиесі	Жекпе-жектер (спорттық алаңда өткізіледі Жекпе-жек шарттарын түсіндіру. Балалардың тапқырлықтары мен ептіліктерін дамыту. Балалардың қозғалу дағдыларын дамыту. Резеңке таспамен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Шығыршықты жоғары көтер!» «Шығыршықты алға соз!» «Сыныптар» қимыл-қозғалыс ойынын ойнату. Қимыл қозғалысы аз ойындар, тыныс алу жаттығулары орындалады.
----------------------	---