

Бекітемін
«Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы
балабақшасы» коммуналдық
мемлекеттік мекемесінің меңгерушісі
А.О.Сеитова
« 22 » *08 2025-2026 оқу жылы

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және
Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде
2025-2026 оқу жылына арналған Аманшин Мақсат Біржанұлының
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі
Тобы: «Гүлдер» тірек-қимыл аппаратының бұзылысы 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	Жүру. Екі аяқпен секіріп тұру

1
жсф

	1. Тапсырманы орындай отырып, бір-бірлеп. Тізбекпен жүруге және шашырап жүгіруге жаттықтыру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Қолдарымен еденге сүйеніп, шығыршыққа еңбектеп кіру; тақтай үстімен теппе-теңдікті сақтап жүру. 4. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. 5. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 6. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу.
Дене тәрбиесі	Бір орыннан ұзындыққа секіру. Тепе-теңдік 1. Бір орыннан ұзындыққа секіруді үйрету. 2. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 3. Жоғарыға қарай лақтыруға және оны қағып алуға жаттықтыру; бір бағытта бүкіл топ мүшелерімен бірге жылдам жүгіруге жаттықтыру. 4. Теппе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. 5. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 6. Түрлі тәсілдермен жүруге үйрету; балалардың зейінін дамыту.
Дене тәрбиесі	Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру. Бөрененің үстінде жүру. 1. Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты лақтыруға жаттықтыру; жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. 4. Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. 5. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 6. Бөрененің үстінде жүріп жаттығу; бөрененің үстінде аяқтың ұшымен жүру.

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

Тобы: «Гүлдер» тірек-қимыл аппаратының бұзылысы бар мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Баскетбол ойынының элементтері. Допты домалату 1. Допты екі қолмен қағып алуға үйрету. 2. Спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. 3. Допты еденге соғуға жаттықтыру; жүргізушіні ауыстырып, түрлі бағыттарда жүруге жаттықтыру. 4. Шашырап жүруге және жүгіруге үйрету. 5. Жылдамдылық және ептіліктерін дамыту. 6. Бір бағытты ұстап, бір біріне допты домалату; доғаның астына еңбектеп өту.
Дене тәрбиесі	Қапшықты нысанаға лақтыру. Қыздар мен ұлдарға арналған ойындар 1. Қапшықтың нысанаға лақтыруға үйрету. 2. Көзбен мөлшердей білуді дамыту. 3. Гимнастикалық баспалдақпен өрмелеуге жаттықтыру. 4. Физиологиялық мүмкіншіліктеріне қарай балаларды топтасып ойнауға үйрету. 5. Қоршаған орта туралы көзқарастарын кеңейту және тереңдету. 6. Мақсатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету.
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. 4. Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Қағып ал» жаттығу. 5. «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны. Тыныс алу жаттығулары орындалады.
Дене тәрбиесі	Белгі бойынша тоқтап жүру және жүгіру 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтау, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру. Заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Жалпы дамыту жаттығулары. 4. «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. Тыныс алу жаттығулары орындалады
Дене тәрбиесі	Аттап өту. Аттракциондар 1. Шашырап жұптасып жүру мен жүгіруге жаттықтыру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Көлбеу қойылған баспалдыққа міну арқылы білте таяқшаны дұрыс ұстауға үйрету; кесек ағаштан аттап жүруге үйрету (ауыспалы қадам) 4. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл қозғалыс ойындарын үйрету. 5. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 6. Ойын ережелерін сақтауға үйрету.

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

Тобы: «Гүлдер» тірек-қимыл аппаратының бұзылысы бар мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қараша 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Музыкалық ырғақты жаттығулар. Командалық ойындар 1. Бір қалыпты (баяу) жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету; белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. 4. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл әрекеттерінің үйлесімділігін дамыту 5. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 6. Шапшандылық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерін дамыту.
Дене тәрбиесі	Бөрене үстіне еңбектеу 1. Балаларды еңбектеп жүруге үйрету. 2. шапшандылық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Көлбеу жазықтықтың үстінде жүруге үйрету. 4. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту. 6. Оң және сол қолмен құм толтырған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту.

Дене тәрбиесі	«Сылдырмақтар» ойыны. Орындықта орындалатын жаттығулар 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырматар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. 4. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 5. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 6. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту.
Дене тәрбиесі	Оң және сол қолмен лақтыру. Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру 1. Көлденең қойылған нысанаға затты лақтырып үйрету. 2. Балаларды зерек болуға және бір-біріне қажетіне қарай көмек беруге үйрету. 3. Бір орында тұрып ұзындыққа секіруге үйрету, көзбен мөлшердей білу дағдысын және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамытуға ықпал ету, кеңістікте бағдарлану білігін қалыптастыру. 4. Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. 5. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. 6. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді қайталау

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

Тобы: «Гүлдер» тірек-қимыл аппаратының бұзылысы бар мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Еңбектеу мен доға немесе білте таяқтың (рейканың) астынан өту Көлденең қойылған нысанаға лақтыру 1. Еңбектеу мен доғаның астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету, бір орында тұрып ұзындыққа секіруді жетілдіру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам жауап беруге үйрету. 3. Көлденең тұрған нысанаға затты лақтырып жаттықтыру. 4. Оң және сол қолмен көлденең қойылған нысанаға лақтыруға жаттықтыру. 5. Көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту, нысанаға тигізуге үйрету. 6. Бір-бірлеп тізбекте жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту, бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру.
Дене тәрбиесі	Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру 1. Бір орыннан ұзындыққа секіруге жаттықтыру. 2. Тепе-теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту. 3. Еңбектеуге және арқан немесе гимнастикалық қабырғада өрмелеуге үйрету; гимнастикалық орындық үстінде жүруді бекіту. 4. Көлбеу қойылағын тақтай үстімен жүруге үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың біріне-бірі көңіл аударуына, ынтымақтаста ойнауына көңіл бөлу.

7

Handwritten signature

Дене тәрбиесі	Жатып орындайтын жаттығулар. Еңбектеу және өрмелеу 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Метрден 10 метрге дейін қайталамалы жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру 4. Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жаттығулардың жаңа түрлерін меңгерту. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Балаларды еңбектеуге және өрмелеуге үйрету.
Дене тәрбиесі	Орындықпен орындалатын жаттығулар. Тепе-теңдікті сақтау жаттығулары 1. Орындықпен орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Демді 5 сек. Ұстап тұруға үйрету; бір қатар тізбекпен жүріп отырып, білте таяқшалары арқылы аттап өтуге үйрету; допты қабырғаға лақтырып, кері ыршыған допты алуға үйрету. 4. Тепе-теңдікті сақтап жүруге жаттықтыру. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Кішкентай шығыршықпен орындалатын жаттығуларды үйрету, гимнастикалық қабырғамен өрмелеуге үйрету.

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

Тобы: «Гүлдер» тірек-қимыл аппаратының бұзылысы бар мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қаңтар 2026 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. Ойын түрі: «Допты қағып ал»
Дене тәрбиесі	Көлденең керілген жіптің немесе таяқтың астынан өту. Қыс келді (далада өтеді) 1. Балаларды бір заттың астынан өтуге үйрету. 2. Мәнерлігін дамыту 3. Икемділіктерін дамыту. 4. Далада орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Керіліп тартылған жіптердің астынан өтуге жаттықтыру; екі қолмен допты лақтырып, ұстап алуға үйрету.
Дене тәрбиесі	Далада шанамен сырғанау. Шаңғымен таныстыру (далада) 1. Таза ауада ойналатын қысқы ойындармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Шанамен сырғанауға жаттықтыру; қарды жұмарлап лақтыруға жаттықтыру; жүгіруді жүрумен алмастыруға үйрету 4. Балаларды шаңғы тебуге үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Жүгіруді жүрумен алмастыруға үйрету.

3

Handwritten signature

Дене тәрбиесі	Далада таяқсыз шаңғымен сырғанау. Шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу 1. Орында тұрып, өкшемен бұрылуды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді- шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Сырғанай адамдаумен таныстыру. 4. Шаңғыны таяғымен біріктіріп, қолтықтарына қысып, оқу іс-әрекеті өтетін жерге тасуды үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Таяқтың ілмектерінің атқаратын қызметімен таныстыру; таяқпен серпіліп сырғанай адымдаумен таныстыру.
Дене тәрбиесі	Биікке сатылап көтерілу және түсу. 200-300 метр қашықтыққа сырғанау 1. Таяқпен сырғанауды бірнеше рет қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Беткейге сатылап көтерілу және түсу жолымен таныстыру. 4. Таяқпен адамдап сырғанауды қайталау; бір қатар сапқа тұруға жаттықтыру. 5. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. 6. Секіруге жаттықтыру.

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

Тобы: «Гүлдер» тірек-қимыл аппаратының бұзылысы бар мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Шаңғымен нық адымдап жүру. Шаңғымен сырғанап адымдауды үйрету 1. Бір қатар сапқа тұруға үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Шаңғымен нық адамдап жүруді үйрету. 4. Оңға және солға адыммен адымдап жүрумен таныстыру, сырғанап адымдауды қайталау. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Бір орында тұрып, аяқты ауыстырып басып бұрылуды қайталау.
Дене тәрбиесі	Таза ауадағы қысқы ойындар. Алға домалау 1. Таза ауада ойналатын қысқы ойындармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру, жүру түрлерін жаттықтыру. 4. Алға домалауды үйрету 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру.
Дене тәрбиесі	Жүгіріп өту. Акробатика 1. Алға домалауды үйренуді қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Жүгіріп өту мен ұзын секіртпемен секіруді жаттықтыру 4. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы әңгімелеу.

11

жсұр

	5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Таңертеңгі гимнастика кешенін орындау білігін тексеру; артқа және алға домалауды қайталау.
Дене тәрбиесі	Қысқа секіртпемен секіру. Спорттық ойындар 1. Дене сымбатының дұрыс түзілуіне арналған жаттығуларын қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Қысқа секіріп арқылы секірулерді қайталау; алға домалауды қайталау. 4. Балалардың жылдамдық қасиеттерін дамыту. 5. Баланың спортқа қызығушылығын ояту. 6. Сенімді қатынастарды нығайтуға ұмтылу.

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі
Тобы: «Гүлдер» тірек-қимыл аппаратының бұзылысы бар мектепалды тобы
Балалардың жасы: 5 жас
Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Еңбектеп жүру. Бір орынды тұрып ұзындыққа секіру 1. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты бастан асыра екі қолмен лақтыру; еңбектеуге жаттықтыру 4. Тұрған орыннан ұзындыққа секіруге үйрету. 5. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл-қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру. 6. Допты екі қолмен басыап асыра лақтыру дағдысын бекіту.
Дене тәрбиесі	Допты домалату. Қайталамалы жүгіру 1. Допты бір-біріне домалуға үйрету. 2. Белгіге қарай жылдам жауап беру дағдысын қалыптастыру. 3. Допты екі қолмен бастан асыра лақтыру арқылы қимыл-қозғалыс үйлесімін дамыту. 4. Қайталамалы жүгіруге жаттықтыру. 5. Қимыл-қозғалыстар үйлесімін дамыту. 6. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге жаттықтыру арқылы тепе-теңдік сақтай білу дағдыларын бекіту.
Дене тәрбиесі	«Наурыз» атты спорттық іс-шара. Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар 1. Қазақ халқының дәстүрлерімен балаларды таныстыру. 2. Спортқа деген қызығушылығын ояту. 3. Үйренген жаттығуларын орындай білу дағдысын дамыту. 4. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету.

	5. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту. 6. Гимнастикалық қабырғада өрмелеуге жаттықтыру; допты домалату барысында бағытты ұстану.
Дене тәрбиесі	Тігінен тұрған нысанаға лақтыру. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру 1. Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту. 3. Гимнастикалық орындық үстімен еңбектеуге үйрету. 4. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіруге үйрету. 5. Балаларды достық қарым-қатынас жасауға үйрету. 6. Еңбектеп жүру және білте тақтайшаның астынан өту дағдыларын қалыптастыру.

14


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

Тобы: «Гүлдер» тірек-қимыл аппаратының бұзылысы бар мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Еңбектеу. Кедергілер 1. Гимнастикалық орындықтың үстімен еңбектей алу дағдыларын үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Тепе-теңдікті сақтауды жетілдіру және допты домалату дағдысын бекіту. 4. Жоғарыға қарай өрмелеуге жаттықтыру. 5. Қол мен аяқтың қимыл-қозғалысын үйлесімді ету. 6. Түрлі кедергілер арқылы жаттығулар орындау дағдыларын дамыту.
Дене тәрбиесі	Жұптасып орындалатын жаттығулар. Спорттық мереке 1. Тепе-теңдікті дамыту. 2. Жұптасып жұмыс істеуге үйрету. 3. Қимыл-қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. 4. Түрлі физикалық жаттығулармен балаларды таныстыру. 5. Жылдамдық сапаларын дамыту. 6. Балалардың оқу іс-әрекетінде үйренген секіру тәсілдерін бекіту.
Дене тәрбиесі	Жүру. Лақтыруға үйрету 1. Жүрудің түрлерін меңгерту. 2. Өмірлік маңызы бар жүру дағдылары мен біліктерін дамыту. 3. Қимыл-қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. 4. Лақтыру тәсілдерін үйрету. 5. Күш, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл сапаларын дамыту. 6. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту.

15

Handwritten signature

Дене тәрбиесі	Кеңістікті бағдарлау. Гимнастика 1. Кеңістікте бағдарлай білуді үйрету. 2. Күш, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл қасиеттерін дамыту. 3. Көзді жұмып жүруген жаттықтыру. 4. Дене тұлғасының дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды жасап үйрету. 5. Гимнастикаға деген қызығушылығын арттыру. 6. Жаттығуларды жасату арқылы қимыл үйлесімділігін дамыту, баспен домалауға жаттықтыру.
Дене тәрбиесі	Жекпе-жектер (спорттық алаңда өткізіледі). Тыныс алу жаттығулары 1. Жекпе-жек шарттарын түсіндіру. 2. Балалардың тапқырлықтары мен ептіліктерін дамыту. 3. Балалардың қозғалу дағдыларын дамыту. 4. Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. 5. Дұрыс тыныс алуға үйрету. 6. Бір орында секіруге үйрету.

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

Тобы: «Гүлдер» тірек-қимыл аппаратының бұзылысы бар мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Өз-өзін уқалау және бір-бірін уқалау, сылап-сипау. Жұп болып тұрып жаттығулар орындау 1. Уқалау, сылап-сипауға жаттықтыру. 2. Балаларға уқалау мен сылап-сипаудың жеңіл түрлерін үйрету. 3. Бір-біріне уқалау мен сылап-сипауға жаттықтыру. 4. Жұптасып жаттығулар орындауды үйрету. 5. Бірлікке баулу. 6. Затты игеру – жалаушамен орындалатын жаттығуларды жасап меңгерту.
Дене тәрбиесі	Допты баскетбол торына лақтыру. Тыныс алу жаттығулары 1. Омыртқа бұлшықеттерін қатайту. 2. Балалардың икемділігін дамыту. 3. Балаларды еденде жатып созылуға үйрету; допты тордан асырып беруге жаттықтыру. 4. Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. 5. Дұрыс тыныс алуға үйрету. 6. Бір орында секіруге үйрету.
Дене тәрбиесі	Ұзындыққа секіру. Спорттық іс-шара 1. Балаларға таяқшалармен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Спортқа деген қызығушылықтарын дамыту. 3. Тепе-теңдік сақтап жүруге дағдыландыру; бір орыннан биіктікке секруге жаттықтыру. 4. Өз күшіне сенімділік сезімін дамыту.

14

Handwritten signature

	5. Морольдық, ерік жігерлілік қасиеттерін дамыту. 6. Ойын ережесін білу және ойын барысында өзін-өзі басқара білуге үйрету.
Дене тәрбиесі	Диагностика Баланың ерікті есту, есте сақтау арқылы жеке дамуын (қысқа мерзімді есте сақтаудың көлемін) тексере отырып, қандай қызығушылықтарын немесе артықшылықтары бар екенін және дене тәрбиесіне қаншалықты дайын екенін, сонымен бірге, физикалық дамуын деңгейін қорытындылау. Ойын түрі: «Допты қағып ал»

Бекітемін.
«Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы
балабақшасы» коммуналдық
мемлекеттік мекемесінің меңгерушісі
А.О.Сейтова
« 29 » 2025-2025 оқу жылы

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және
Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде
2025-2026 оқу жылына арналған Аманшин Мақсат Біржанұлының
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

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

Тобы: «Достық» психикалық дамуы тежелген 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	Жүру. Екі аяқпен секіріп тұру

1
Аманшин

	1. Тапсырманы орындай отырып, бір-бірлеп. Тізбекпен жүруге және шашь рап жүгіруге жаттықтыру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Қолдарымен еденге сүйеніп, шығыршыққа еңбектеп кіру; тақтай үстімен теппе-теңдікті сақтап жүру. 4. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. 5. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 6. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу.
Дене тәрбиесі	Бір орыннан ұзындыққа секіру. Тепе-теңдік 1. Бір орыннан ұзындыққа секіруді үйрету. 2. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 3. Жоғарыға қарай лақтыруға және оны қағып алуға жаттықтыру; бір бағытта бүкіл топ мүшелерімен бірге жылдам жүгіруге жаттықтыру. 4. Теппе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. 5. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 6. Түрлі тәсілдермен жүруге үйрету; балалардың зейінін дамыту.
Дене тәрбиесі	Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру. Бөрененің үстінде жүру. 1. Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты лақтыруға жаттықтыру; жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. 4. Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. 5. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 6. Бөрененің үстінде жүріп жаттығу; бөрененің үстінде аяқтың ұшымен жүру.

Жисыл 2

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

Тобы: «Достық» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Баскетбол ойынының элементтері. Допты домалату 1. Допты екі қолмен қағып алуға үйрету. 2. Спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. 3. Допты еденге соғуға жаттықтыру; жүргізушіні ауыстырып, түрлі бағыттарда жүруге жаттықтыру. 4. Шашырап жүруге және жүгіруге үйрету. 5. Жылдамдылық және ептіліктерін дамыту. 6. Бір бағытты ұстап, бір біріне допты домалату; доғаның астына еңбектеп өту.
Дене тәрбиесі	Қапшықты нысанаға лақтыру. Қыздар мен ұлдарға арналған ойындар 1. Қапшықтың нысанаға лақтыруға үйрету. 2. Көзбен мөлшердей білуді дамыту. 3. Гимнастикалық баспалдақпен өрмелеуге жаттықтыру. 4. Физиологиялық мүмкіншіліктеріне қарай балаларды топтасып ойнауға үйрету. 5. Қоршаған орта туралы көзқарастарын кеңейту және тереңдету. 6. Мақсатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету.
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. 4. Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Қағып ал» жаттығу. 5. «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны. Тыныс алу жаттығулары орындалады.
Дене тәрбиесі	Белгі бойынша тоқтап жүру және жүгіру 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтау, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру. Заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Жалпы дамыту жаттығулары. 4. «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. Тыныс алу жаттығулары орындалады
Дене тәрбиесі	Аттап өту. Атракциондар 1. Шашырап жұптасып жүру мен жүгіруге жаттықтыру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Көлбеу қойылған баспалдыққа міну арқылы бірте таяқшаны дұрыс ұстауға үйрету; кесек ағаштан аттап жүруге үйрету (ауыспалы қадам) 4. Техногигиеналық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл қозғалыс ойындарын үйрету. 5. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 6. Ойын ережелерін сақтауға үйрету.

4
Puzos

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

Тобы: «Достық» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қараша 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Музыкалық ырғақты жаттығулар. Командалық ойындар 1. Бір қалыпты (баяу) жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету; белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. 4. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл әрекеттерінің үйлесімділігін дамыту 5. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 6. Шапшандылық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерін дамыту.
Дене тәрбиесі	Бөрене үстіне: еңбектеу 1. Балаларды еңбектеп жүруге үйрету. 2. шапшандылық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Көлбеу жазықтың үстінде жүруге үйрету. 4. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту. 6. Оң және сол қолмен құм толтырған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту.

5
08.10.25

Дене тәрбиесі	«Сылдырмақтар» ойыны. Орындықта орындалатын жаттығулар 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырматар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. 4. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 5. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 6. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту.
Дене тәрбиесі	Сң және сол қолмен лақтыру. Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру 1. Көлденең қойылған нысанаға затты лақтырып үйрету. 2. Балаларды зерек болуға және бір-біріне қажетіне қарай көмек беруге үйрету. 3. Бір орында тұрып ұзындыққа секіруге үйрету, көзбен мөлшердей білу дағдысын және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамытуға ықпал ету, кеңістікте бағдарлану білігін қалыптастыру. 4. Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. 5. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. 6. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді қайталау

6


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

Тобы: «Достық» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Еңбектеу мен доға немесе білте таяқтың (рейканың) астынан өту Көлденең қойылған нысанаға лақтыру 1. Еңбектеу мен доғаның астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету, бір орында тұрып ұзындыққа секіруді жетілдіру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам жауап беруге үйрету. 3. Көлденең тұрған нысанаға затты лақтырып жаттықтыру. 4. Оң және сол қолмен көлденең қойылған нысанаға лақтыруға жаттықтыру. 5. Көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту, нысанаға тигізуге үйрету. 6. Бір-бірімен тізбекте жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту, бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру.
Дене тәрбиесі	Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру 1. Бір орыннан ұзындыққа секіруге жаттықтыру. 2. Тепе-теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту. 3. Еңбектеуге және арқан немесе гимнастикалық қабырғада ермелеуге үйрету; гимнастикалық орындық үстінде жүруді бекіту. 4. Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүруге үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың біріне-бірі көңіл аударуына, ынтымақтаста ойнауына көңіл бөлу.

7
Жоспар

Дене тәрбиесі	Жатып орындайтын жаттығулар. Еңбектеу және өрмелеу 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Метрден 10 метрге дейін қайталамалы жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру 4. Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жаттығулардың жаңа түрлерін меңгерту. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Балаларды еңбектеуге және өрмелеуге үйрету.
Дене тәрбиесі	Срындықпен орындалатын жаттығулар. Тепе-теңдікті сақтау жаттығулары 1. Орындықпен орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Демді 5 сек. Ұстап тұруға үйрету; бір қатар тізбекпен жүріп отырып, білте таяқшалары арқылы аттап өтуге үйрету; допты қабырғаға лақтырып, кері ыршыған допты алуға үйрету. 4. Тепе-теңдікті сақтап жүруге жаттықтыру. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Кішкентай шығыршықпен орындалатын жаттығуларды үйрету, гимнастикалық қабырғамен өрмелеуге үйрету.

8
А.С.С.

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

Тобы: «Достық» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қаңтар 2026 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. Ойын түрі: «Допты қағып ал»
Дене тәрбиесі	Көлденең керілген жіптің немесе таяқтың астынан өту. Қыс келді (далада өтеді) 1. Балаларды бір заттың астынан өтуге үйрету. 2. Мәнерлігін дамыту 3. Икемділіктерін дамыту. 4. Далада орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Керіліп тартылған жіптердің астынан өтуге жаттықтыру; екі қолмен допты лақтырып, ұстап алуға үйрету.
Дене тәрбиесі	Далада шанамен сырғанау. Шаңғымен таныстыру (далада) 1. Таза ауада ойналатын қысқы ойындармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Шанамен сырғанауға жаттықтыру; қарды жұмарлап лақтыруға жаттықтыру; жүгіруді жүрумен алмастыруға үйрету 4. Балаларды шаңғы тебуге үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Жүгіруді жүрумен алмастыруға үйрету.

Дене тәрбиесі	Далада таяқсыз шаңғымен сырғанау. Шаңғыны таяғымен жигізіп, шаңғын тасу 1. Орында тұрып, өкшемен бұрылуды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді - шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Сырғанау адамдаумен таныстыру. 4. Шаңғыны таяғымен біріктіріп, қолтықтарына қысып, оқу іс-әрекеті өтетін жерге тасуды үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Таяқтың ілмектерінің атқаратын қызметімен таныстыру; таяқпен серпіліп сырғанау адамдаумен таныстыру.
Дене тәрбиесі	Биікке сатылап көтерілу және түсу. 200-300 метр қашықтыққа сырғанау 1. Таяқпен сырғанауды бірнеше рет қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Беткейге сатылап көтерілу және түсу жолымен таныстыру. 4. Таяқпен адамдап сырғанауды қайталау; бір қатар сапқа тұруға жаттықтыру. 5. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. 6. Секіруге жаттықтыру.

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

Тобы: «Достық» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Шаңғымен нық адымдап жүру. Шаңғымен сырғанап адымдауды үйрету 1. Бір қатар сапқа тұруға үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Шаңғымен нық адамдап жүруді үйрету. 4. Оңға және солға адыммен адымдап жүрумен таныстыру, сырғанап адымдауды қайталау. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Бір орында тұрып, аяқты ауыстырып басып бұрылуды қайталау.
Дене тәрбиесі	Таза ауадағы қысқы ойындар. Алға домалау 1. Таза ауада ойналатын қысқы ойындармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру, жүзу түрлерін жаттықтыру. 4. Алға домалауды үйрету 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру.
Дене тәрбиесі	Жүгіріп өту. Акробатика 1. Алға домалауды үйренуді қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Жүгіріп өту мен ұзын секіртпемен секіруді жаттықтыру 4. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы әңгімелеу.

	5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Таңертеңгі гимнастика кешенін орындау білігін тексеру; артқа және алға домалауды қайталау.
Дене тәрбиесі	Қысқа секіртпемен секіру. Спорттық ойындар 1. Дене сымбатының дұрыс түзілуіне арналған жаттығуларын қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Қысқа секіспе арқылы секірулерді қайталау; алға домалауды қайталау. 4. Балалардың жылдамдық қасиеттерін дамыту. 5. Баланың спортқа қызығушылығын ояту. 6. Сенімді қатынастарды нығайтуға ұмтылу.

Handwritten signature

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

Тобы: «Достық» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Еңбектеп жүру. Бір орынды тұрып ұзындыққа секіру 1. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты бастан асыра екі қолмен лақтыру; еңбектеуге жаттықтыру 4. Тұрған орыннан ұзындыққа секіруге үйрету. 5. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл-қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру. 6. Допты екі қолмен басыап асыра лақтыру дағдысын бекіту.
Дене тәрбиесі	Допты домалату. Қайталамалы жүгіру 1. Допты бір-біріне домалуға үйрету. 2. Белгіге қарай жылдам жауап беру дағдысын қалыптастыру. 3. Допты екі қолмен бастан асыра лақтыру арқылы қимыл-қозғалыс үйлесімін дамыту. 4. Қайталамалы жүгіруге жаттықтыру. 5. Қимыл-қозғалыстар үйлесімін дамыту. 6. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге жаттықтыру арқылы тепе-теңдік сақтай білу дағдыларын бекіту.
Дене тәрбиесі	«Наурыз» атты спорттық іс-шара. Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар 1. Қазақ халқының дәстүрлерімен балаларды таныстыру. 2. Спортқа деген қызығушылығын ояту. 3. Үйренген жаттығуларын орындай білу дағдысын дамыту. 4. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету.

13
Амз

	5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Гимнастикалық қабырғада өрмелеуге жаттықтыру; допты домалату барысында бағытты ұстану.
Дене тәрбиесі	Тігінен тұрған нысанаға лақтыру. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру 1. Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Гимнастикалық орындық үстімен еңбектеуге үйрету. 4. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіруге үйрету. 5. Балаларды достық қарым-қатынас жасауға үйрету. 6. Еңбектеп жүру және білте тақтайшаның астынан өту дағдыларын қалыптастыру.

14

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

Тобы: «Достық» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Еңбектеу. Кедергілер 1. Гимнастикалық орындықтың үстімен еңбектей алу дағдыларын үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту. 3. Тепе-теңдікті сақтауды жетілдіру және допты домалату дағдысын бекіту. 4. Жоғарыға қарай өрмелеуге жаттықтыру. 5. Қол мен аяқтың қимыл-қозғалысын үйлесімді ету. 6. Түрлі кедергілер арқылы жаттығулар орындау дағдыларын дамыту.
Дене тәрбиесі	Жұптасып орындалатын жаттығулар. Спорттық мереке 1. Тепе-теңдікті дамыту. 2. Жұптасып жұмыс істеуге үйрету. 3. Қимыл-қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. 4. Түрлі физикалық жаттығулармен балаларды таныстыру. 5. Жылдамдық сапаларын дамыту. 6. Балалардың оқу іс-әрекетінде үйренген секіру тәсілдерін бекіту.
Дене тәрбиесі	Жүру. Лақтыруға үйрету 1. Жүрудің түрлерін меңгерту. 2. Өмірлік маңызы бар жүру дағдылары мен біліктерін дамыту. 3. Қимыл-қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. 4. Лақтыру тәсілдерін үйрету. 5. Күш, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл сапаларын дамыту. 6. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту.

Дене тәрбиесі	Кеңістікті бағдарлау. Гимнастика 1. Кеңістікте бағдарлай білуді үйрету. 2. Күш, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл қасиеттерін дамыту. 3. Көзді жұмып жүруген жаттықтыру. 4. Дене тұлғасының дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды жасап үйрету. 5. Гимнастикаға деген қызығушылығын арттыру. 6. Жаттығуларды жасату арқылы қимыл үйлесімділігін дамыту, баспен домалауға жаттықтыру.
Дене тәрбиесі	Жекпе-жектер (спорттық алаңда өткізіледі). Тыныс алу жаттығулары 1. Жекпе-жек шарттарын түсіндіру. 2. Балалардың тапқырлықтары мен ептіліктерін дамыту. 3. Балалардың қозғалу дағдыларын дамыту. 4. Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. 5. Дұрыс тыныс алуға үйрету. 6. Бір орында секіруге үйрету.

16
жарыс

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

Тобы: «Достық» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Өз-өзін уқалау және бір-бірін уқалау, сылап-сипау. Жұп болып тұрып жаттығулар орындау 1. Уқалау, сылап-сипауға жаттықтыру. 2. Балаларға уқалау мен сылап-сипаудың жеңіл түрлерін үйрету. 3. Бір-біріне уқалау мен сылап-сипауға жаттықтыру. 4. Жұптасып жаттығулар орындауды үйрету. 5. Бірлікке баулу. 6. Затты игеру – жалаушамен орындалатын жаттығуларды жасап меңгерту.
Дене тәрбиесі	Допты баскетбол торына лақтыру. Тыныс алу жаттығулары 1. Омыртқа бұлшықеттерін катаяту. 2. Балалардың икемділігін дамыту. 3. Балаларды еденде жатып созылуға үйрету; допты тордан асырып беруге жаттықтыру. 4. Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. 5. Дұрыс тыныс алуға үйрету. 6. Бір орында секіруге үйрету.
Дене тәрбиесі	Ұзындыққа секіру. Спорттық іс-шара 1. Балаларға таяқшалармен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Спортқа деген қызығушылықтарын дамыту. 3. Тепе-теңдік сақтап жүруге дағдыландыру; бір орыннан биіктікке секруге жаттықтыру. 4. Өз күшіне сенімділік сезімін дамыту.

	5. Моральдық, ерік жігерлілік қасиеттерін дамыту. 6. Ойын ережесін білу және ойын барысында өзін-өзі басқара білуге үйрету.
Дене тәрбиесі	Диагностика Баланың ерікті есту, есте сақтау арқылы жеке дамуын (қысқа мерзімді есте сақтаудың көлемін) тексере отырып, қандай қызығушылықтарын немесе артықшылықтары бар екенін және дене тәрбиесіне қаншалықты дайын екенін, сонымен бірге, физикалық дамуын деңгейін қорытындылау. Ойын түрі: «Допты қағып ал»

18
Жуыл

Бекітемін
«Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы
балабақшасы» коммуналдық
мемлекеттік мекемесінің меңгерушісі
А.О.Сеитова
« 29 » 08 2025-2026 оқу жылы

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және
Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде
2025-2026 оқу жылына арналған Аманшин Мақсат Біржанұлының
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі
Тобы: «Құлагер» психикалық дамуы тежелген 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	Жүру. Екі аяқпен секіріп тұру

Жеңіс

	1. Тапсырманы орындай отырып, бір-бірлеп. Тізбекпен жүруге және шашырап жүгіруге жаттықтыру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Қолдарымен еденге сүйеніп, шығыршыққа еңбектеп кіру; тақтай үстімен теппе-теңдікті сақтап жүру. 4. Кіші тірек алаңқайында тепе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. 5. Ойындарды ойнауға және жаттығуларды орындауға қызығушылықтарын арттыру. 6. Алға қарай екі аяқпен секіріп жүруге үйрету; кішкентай допты еденге ұру және жоғарыға қарай лақтырып, оны қағып алу.
Дене тәрбиесі	Бір орыннан ұзындыққа секіру. Тепе-теңдік 1. Бір орыннан ұзындыққа секіруді үйрету. 2. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл-қозғалыс ойындарын үйрету. 3. Жоғарыға қарай лақтыруға және оны қағып алуға жаттықтыру; бір бағытта бүкіл топ мүшелерімен бірге жылдам жүгіруге жаттықтыру. 4. Теппе-теңдікті сақтап жүруге үйрету. 5. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 6. Түрлі тәсілдермен жүруге үйрету; балалардың зейінін дамыту.
Дене тәрбиесі	Жүруді жүгірумен, жүгіруді жүрумен алмастыру. Бөрененің үстінде жүру. 1. Қырымен жіптің үстінен аттап секіру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Ұзындыққа қапшықты лақтыруға жаттықтыру; жүрумен кезектестіре жүгіруді жетілдіру. 4. Допты жоғары лақтыру, екі қолмен допты қағып алуға жаттықтыру. 5. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 6. Бөрененің үстінде жүріп жаттығу; бөрененің үстінде аяқтың ұшымен жүру.

жсф

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

Тобы: «Достық» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қазан 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Баскетбол ойынының элементтері. Допты домалату 1. Допты екі қолмен қағып алуға үйрету. 2. Спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. 3. Допты еденге соғуға жаттықтыру; жүргізушіні ауыстырып, түрлі бағыттарда жүруге жаттықтыру. 4. Шашырап жүруге және жүгіруге үйрету. 5. Жылдамдылық және ептіліктерін дамыту. 6. Бір бағытты ұстап, бір біріне допты домалату; доғаның астына еңбектеп өту.
Дене тәрбиесі	Қапшықты нысанаға лақтыру. Қыздар мен ұлдарға арналған ойындар 1. Қапшықтың нысанаға лақтыруға үйрету. 2. Көзбен мөлшердей білуді дамыту. 3. Гимнастикалық баспалдақпен өрмелеуге жаттықтыру. 4. Физиологиялық мүмкіншіліктеріне қарай балаларды топтасып ойнауға үйрету. 5. Қоршаған орта туралы көзқарастарын кеңейту және тереңдету. 6. Мақсатқа жету үшін ойын барысында қалай әрекет ету керектігін түсіндіріп, шешім қабылдауға үйрету.
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

Handwritten signature

	жаттықтыру. 4. Доппен орындалатын жалпы дамыту жаттығулары. «Қағып ал» жаттығу. 5. «Ұшақтар» қимыл-қозғалыс ойыны. Тыныс алу жаттығулары орындалады.
Дене тәрбиесі	Белгі бойынша тоқтап жүру және жүгіру 1. Нұсқаушының белгісі бойынша тоқтау, жүгіруге және жүруге үйрету. 2. Лақтыру күшін және көзбен мөлшерлей білуді дамыту. 3. Көлденең тұрған нысанаға қапшықтарды лақтыруға жаттықтыру. Заттар арасында еңбектеп жүруге жаттықтыру. Жалпы дамыту жаттығулары. 4. «Лақтырам, қағып ал» қимыл-қозғалыс ойыны. Тыныс алу жаттығулары орындалады
Дене тәрбиесі	Аттап өту. Аттракциондар 1. Шашырап жұптасып жүру мен жүгіруге жаттықтыру. 2. Жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 3. Көлбеу қойылған баспалдыққа міну арқылы білте таяқшаны дұрыс ұстауға үйрету; кесек ағаштан аттап жүруге үйрету (ауыспалы қадам) 4. Технологиялық картадан тыс уақытта да ойнауға болатын бірнеше қимыл қозғалыс ойындарын үйрету. 5. Ойын барысында ынтымақтастыққа баулу; жылдамдық және ептіліктерін дамыту. 6. Ойын ережелерін сақтауға үйрету.

AC/PS

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

Тобы: «Құлагер» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қараша 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Музыкалық ырғақты жаттығулар. Командалық ойындар 1. Бір қалыпты (баяу) жартылай отыруды және жеңіл секірулерді үйрету. 2. Белгіге жауап беру білігін дамыту. 3. Гимнастикалық қабырғаға өрмелеуді үйрету; белгілі бағыт бойынша жүгіру дағдысын жетілдіру. 4. Ойындарды ойнау және жаттығуларды орындау барысында ұжымдық қимыл әрекеттерінің үйлесімділігін дамыту 5. Ұжым болып әрекет етуге, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. 6. Шапшандылық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерін дамыту.
Дене тәрбиесі	Бөрене үстіне еңбектеу 1. Балаларды еңбектеп жүруге үйрету. 2. шапшандылық, ептілік, төзімділік сияқты қасиеттерді дамыту. 3. Көлбеу жазықтықтың үстінде жүруге үйрету. 4. Гимнастикалық орындық немесе бөрене үстінде еңбектеп жүруге және шеңбер бойымен жүгіруге үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшандық, ептілікті дамыту. 6. Оң және сол қолмен құм толтырған қалташаны алысқа дұрыс лақтыру дағдыларын дамыту.

ЖСҰА

Дене тәрбиесі	«Сылдырмактар» ойыны. Орындықта орындалатын жаттығулар 1. Нұсқаушының белгісі бойынша бағытты ауыстырып жүру және жүгіруге жаттықтыру; «Сылдырматар» ойынының шартын түсіндіру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Еңбектеуге және еденде қырымен тұрған баспалдақ таяқшаларының арасынан еңбектеп өтуге жаттықтыру. 4. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту. 5. Қозғалыс белсенділігінің уақытын кеңейту. 6. Қимыл-қозғалысты үйлесімді ету қабілетін дамыту.
Дене тәрбиесі	Оң және сол қолмен лақтыру. Бастаушыны (жүргізушіні) ауыстырып жүру және секіру 1. Көлденең қойылған нысанаға затты лақтырып үйрету. 2. Балаларды зерек болуға және бір-біріне қажетіне қарай көмек беруге үйрету. 3. Бір орында тұрып ұзындыққа секіруге үйрету, көзбен мөлшердей білу дағдысын және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамытуға ықпал ету, кеңістікте бағдарлану білігін қалыптастыру. 4. Бір орында тұрып секіруге жаттықтыру. 5. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам әрекет етуге үйрету. 6. Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеуді қайталау

40/15

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

Тобы: «Құлагер» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Желтоқсан 2025 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Еңбектеу мен доға немесе білте таяқтың (рейканың) астынан өту Көлденең қойылған нысанаға лақтыру 1. Еңбектеу мен доғаның астынан өтуді кезектестіріп орындауды үйрету, бір орында тұрып ұзындыққа секіруді жетілдіру. 2. Нұсқаушының берген белгісіне қарай жылдам жауап беруге үйрету. 3. Көлденең тұрған нысанаға затты лақтырып жаттықтыру. 4. Оң және сол қолмен көлденең қойылған нысанаға лақтыруға жаттықтыру. 5. Көзбен мөлшерлей білу дағдыларын дамыту, нысанаға тигізуге үйрету. 6. Бір-бірлеп тізбекте жүру білігін және жүгіру дағдысын бекіту, бір орыннан ұзындыққа секіруді жетілдіру.
Дене тәрбиесі	Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүру 1. Бір орыннан ұзындыққа секіруге жаттықтыру. 2. Тепе-теңдікті сақтау және бағдарлай білу біліктерін дамыту. 3. Еңбектеуге және арқан немесе гимнастикалық қабырғада өрмелеуге үйрету; гимнастикалық орындық үстінде жүруді бекіту. 4. Көлбеу қойылған тақтай үстімен жүруге үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Оң және сол қолмен алысқа лақтыруға үйрету; балалардың біріне-бірі көңіл аударуына, ынтымақтаста ойнауына көңіл бөлу.

МҚБ

Дене тәрбиесі	Жатып орындайтын жаттығулар. Еңбектеу және өрмелеу 1. Жатып орындалатын жаттығулармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Метрден 10 метрге дейін қайталамалы жүгіруге жаттықтыру; іші толтырылған допты аттап жүруге жаттықтыру 4. Гимнастикалық таяқшалармен орындалатын жаттығулардың жаңа түрлерін меңгерту. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Балаларды еңбектеуге және өрмелеуге үйрету.
Дене тәрбиесі	Орындықпен орындалатын жаттығулар. Тепе-теңдікті сақтау жаттығулары 1. Орындықпен орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Демді 5 сек. Ұстап тұруға үйрету; бір қатар тізбекпен жүріп отырып, білте таяқшалары арқылы аттап өтуге үйрету; допты қабырғаға лақтырып, кері ыршыған допты алуға үйрету. 4. Тепе-теңдікті сақтап жүруге жаттықтыру. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Кішкентай шығыршықпен орындалатын жаттығуларды үйрету, гимнастикалық қабырғамен өрмелеуге үйрету.

Handwritten signature

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

Тобы: «Құлагер» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Қаңтар 2026 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. Ойын түрі: «Допты қағып ал»
Дене тәрбиесі	Көлденең керілген жіптің немесе таяқтың астынан өту. Қыс келді (далада өтеді) 1. Балаларды бір заттың астынан өтуге үйрету. 2. Мәнерлігін дамыту 3. Икемділіктерін дамыту. 4. Далада орындалатын жаттығу түрлерін үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Керіліп тартылған жіптердің астынан өтуге жаттықтыру; екі қолмен допты лақтырып, ұстап алуға үйрету.
Дене тәрбиесі	Далада шанамен сырғанау. Шаңғымен таныстыру (далада) 1. Таза ауада ойналатын қысқы ойындармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Шанамен сырғанауға жаттықтыру; қарды жұмарлап лақтыруға жаттықтыру; жүгіруді жүрумен алмастыруға үйрету 4. Балаларды шаңғы тебуге үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Жүгіруді жүрумен алмастыруға үйрету.

Дене тәрбиесі	Далада таяқсыз шаңғымен сырғанау. Шаңғыны таяғымен жинап, шаңғыны тасу 1. Орында тұрып, өкшемен бұрылуды үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді- шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Сырғанай адамдаумен таныстыру. 4. Шаңғыны таяғымен біріктіріп, қолтықтарына қысып, оқу іс-әрекеті өтетін жерге тасуды үйрету. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Таяқтың ілмектерінің атқаратын қызметімен таныстыру; таяқпен серпіліп сырғанай адымдаумен таныстыру.
Дене тәрбиесі	Биікке сатылап көтерілу және түсу. 200-300 метр қашықтыққа сырғанау 1. Таяқпен сырғанауды бірнеше рет қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Беткейге сатылап көтерілу және түсу жолымен таныстыру. 4. Таяқпен адамдап сырғанауды қайталау; бір қатар сапқа тұруға жаттықтыру. 5. Ойын ережелерін білу және нақты орындауға дағдыландыру. 6. Секіруге жаттықтыру.

2024

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

Тобы: «Құлагер» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Ақпан 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Шаңғымен нық адымдап жүру. Шаңғымен сырғанап адымдауды үйрету 1. Бір қатар сапқа тұруға үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Шаңғымен нық адамдап жүруді үйрету. 4. Оңға және солға адыммен адымдап жүрумен таныстыру, сырғанап адымдауды қайталау. 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Бір орында тұрып, аяқты ауыстырып басып бұрылуды қайталау.
Дене тәрбиесі	Таза ауадағы қысқы ойындар. Алға домалау 1. Таза ауада ойналатын қысқы ойындармен таныстыру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Ойын ережесімен таныстыру және оларды орындауға жаттықтыру, жүру түрлерін жаттықтыру. 4. Алға домалауды үйрету 5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Допты лақтыруды және қағып алуды бірнеше рет қайталау; орында тұрып биіктікке секіруге жаттықтыру.
Дене тәрбиесі	Жүгіріп өту. Акробатика 1. Алға домалауды үйренуді қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Жүгіріп өту мен ұзын секіртпемен секіруді жаттықтыру 4. Балаларға дұрыс тыныс алу туралы әңгімелеу.

Handwritten signature

	5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Таңертеңгі гимнастика кешенін орындау білігін тексеру; артқа және алға домалауды қайталау.
Дене тәрбиесі	Қысқа секіртпемен секіру. Спорттық ойындар 1. Дене сымбатының дұрыс түзілуіне арналған жаттығуларын қайталау. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Қысқа секірпе арқылы секірулерді қайталау; алға домалауды қайталау. 4. Балалардың жылдамдық қасиеттерін дамыту. 5. Баланың спортқа қызығушылығын ояту. 6. Сенімді қатынастарды нығайтуға ұмтылу.

Handwritten signature

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

Тобы: «Құлагер» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Наурыз 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Еңбектеп жүру. Бір орынды тұрып ұзындыққа секіру 1. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүруге үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Допты бастан асыра екі қолмен лақтыру; еңбектеуге жаттықтыру 4. Тұрған орыннан ұзындыққа секіруге үйрету. 5. Тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту және қимыл-қозғалыстардың үйлесімділігін қалыптастыру. 6. Допты екі қолмен басыап асыра лақтыру дағдысын бекіту.
Дене тәрбиесі	Допты домалату. Қайталамалы жүгіру 1. Допты бір-біріне домалуға үйрету. 2. Белгіге қарай жылдам жауап беру дағдысын қалыптастыру. 3. Допты екі қолмен бастан асыра лақтыру арқылы қимыл-қозғалыс үйлесімін дамыту. 4. Қайталамалы жүгіруге жаттықтыру. 5. Қимыл-қозғалыстар үйлесімін дамыту. 6. Гимнастикалық орындық үстімен жүруге жаттықтыру арқылы тепе-теңдік сақтай білу дағдыларын бекіту.
Дене тәрбиесі	«Наурыз» атты спорттық іс-шара. Бунамамен (жгутпен) орындалатын жаттығулар 1. Қазақ халқының дәстүрлерімен балаларды таныстыру. 2. Спортқа деген қызығушылығын ояту. 3. Үйренген жаттығуларын орындай білу дағдысын дамыту. 4. Бунамамен орындалатын жаттығуларды үйрету.

Handwritten signature

	5. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 6. Гимнастикалық қабырғада өрмелеуге жаттықтыру; допты домалату барысында бағытты ұстану.
Дене тәрбиесі	Тігінен тұрған нысанаға лақтыру. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру 1. Тігінен тұрған нысанаға оң және сол қолмен лақтыруды жетілдіру. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Гимнастикалық орындық үстімен еңбектеуге үйрету. 4. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіруге үйрету. 5. Балаларды достық қарым-қатынас жасауға үйрету. 6. Еңбектеп жүру және білте тақтайшаның астынан өту дағдыларын қалыптастыру.

Handwritten signature

Білім беру ұйымы: «Ақтөбе облыстық «Нектар» арнайы балабақшасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі
Тобы: «Құлагер» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы
Балалардың жасы: 5 жас
Жоспардың құрылу кезеңі: Сәуір 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Еңбектеу. Кедергілер 1. Гимнастикалық орындықтың үстімен еңбектей алу дағдыларын үйрету. 2. Негізгі қасиеттерді – шапшаңдық, ептілікті дамыту. 3. Тепе-теңдікті сақтауды жетілдіру және допты домалату дағдысын бекіту. 4. Жоғарыға қарай өрмелеуге жаттықтыру. 5. Қол мен аяқтың қимыл-қозғалысын үйлесімді ету. 6. Түрлі кедергілер арқылы жаттығулар орындау дағдыларын дамыту.
Дене тәрбиесі	Жұптасып орындалатын жаттығулар. Спорттық мереке 1. Тепе-теңдікті дамыту. 2. Жұптасып жұмыс істеуге үйрету. 3. Қимыл-қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. 4. Түрлі физикалық жаттығулармен балаларды таныстыру. 5. Жылдамдық сапаларын дамыту. 6. Балалардың оқу іс-әрекетінде үйренген секіру тәсілдерін бекіту.
Дене тәрбиесі	Жүру. Лақтыруға үйрету 1. Жүрудің түрлерін меңгерту. 2. Өмірлік маңызы бар жүру дағдылары мен біліктерін дамыту. 3. Қимыл-қозғалыс үйлесімділігін қалыптастыру. 4. Лақтыру тәсілдерін үйрету. 5. Күш, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл сапаларын дамыту. 6. Көзбен мөлшерлей білу қасиеттерін дамыту.

Асқар

Дене тәрбиесі	Кеңістікті бағдарлау. Гимнастика 1. Кеңістікте бағдарлай білуді үйрету. 2. Күш, ептілік, жылдамдық тәрізді қимыл қасиеттерін дамыту. 3. Көзді жұмып жүруген жаттықтыру. 4. Дене тұлғасының дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық жаттығуларды жасап үйрету. 5. Гимнастикаға деген қызығушылығын арттыру. 6. Жаттығуларды жасату арқылы қимыл үйлесімділігін дамыту, баспен домалауға жаттықтыру.
Дене тәрбиесі	Жекпе-жектер (спорттық алаңда өткізіледі). Тыныс алу жаттығулары 1. Жекпе-жек шарттарын түсіндіру. 2. Балалардың тапқырлықтары мен ептіліктерін дамыту. 3. Балалардың қозғалу дағдыларын дамыту. 4. Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. 5. Дұрыс тыныс алуға үйрету. 6. Бір орында секіруге үйрету.

ЖСД

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

Тобы: «Құлагер» психикалық дамуы тежелген мектепалды тобы

Балалардың жасы: 5 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: Мамыр 2026 жыл

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене тәрбиесі	Өз-өзін уқалау және бір-бірін уқалау, сылап-сипау. Жұп болып тұрып жаттығулар орындау 1. Уқалау, сылап-сипауға жаттықтыру. 2. Балаларға уқалау мен сылап-сипаудың жеңіл түрлерін үйрету. 3. Бір-біріне уқалау мен сылап-сипауға жаттықтыру. 4. Жұптасып жаттығулар орындауды үйрету. 5. Бірлікке баулу. 6. Затты игеру – жалаушамен орындалатын жаттығуларды жасап меңгерту.
Дене тәрбиесі	Допты баскетбол торына лақтыру. Тыныс алу жаттығулары 1. Омыртқа бұлшықеттерін қатайту. 2. Балалардың икемділігін дамыту. 3. Балаларды еденде жатып созылуға үйрету; допты тордан асырып беруге жаттықтыру. 4. Имитациялық жаттығуларды орындауға жаттықтыру. 5. Дұрыс тыныс алуға үйрету. 6. Бір орында секіруге үйрету.
Дене тәрбиесі	Ұзындыққа секіру. Спорттық іс-шара 1. Балаларға таяқшалармен орындалатын жаттығуларды үйрету. 2. Спортқа деген қызығушылықтарын дамыту. 3. Тепе-теңдік сақтап жүруге дағдыландыру; бір орыннан биіктікке секруге жаттықтыру. 4. Өз күшіне сенімділік сезімін дамыту.

АҚБ

	5. Моральдық, ерік жігерлілік қасиеттерін дамыту. 6. Ойын ережесін білу және ойын барысында өзін-өзі басқара білуге үйрету.
Дене тәрбиесі	Диагностика Баланың ерікті есту, есте сақтау арқылы жеке дамуын (қысқа мерзімді есте сақтаудың көлемін) тексере отырып, қандай қызығушылықтарын немесе артықшылықтары бар екенін және дене тәрбиесіне қаншалықты дайын екенін, сонымен бірге, физикалық дамуын деңгейін қорытындылау. Ойын түрі: «Допты қағып ал»

scyf