

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2023 - 2024 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы : «Мөлдір бұлақ » мектепке дейінгі ұйымы

Топ: «Қарлығаш » ортаңғы топ

Балалардың жасы: 3 жастан.

Жоспардың құрылу кезеңі: желтоқсан айы, 2023-2024 оқу жылы.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене шынықтыру	<ul style="list-style-type: none"> <li>- дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту;</li> <li>- негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру;</li> <li>- мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру;</li> <li>- қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу;</li> <li>- денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту;</li> <li>- құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</li> <li>- спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету.</li> </ul> <p><b>Жүгіру.</b> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b></p> <p>Кеудеге арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу;</li> <li>- солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта);</li> <li>- аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта);</li> </ul>
	Сөйлеуді дамыту	<ul style="list-style-type: none"> <li>- балаларды өз бетінше сөйлеуге үйрету;</li> </ul>

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене шынықтыру	<ul style="list-style-type: none"> <li>- дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту;</li> <li>- негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру;</li> <li>- мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру;</li> <li>- қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу;</li> <li>- денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту;</li> <li>- құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</li> <li>- спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету.</li> </ul> <p><b>Жүгіру.</b> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b></p> <p>Кеудеге арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу;</li> <li>- солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта);</li> <li>- аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта);</li> </ul>
	Сөйлеуді дамыту	<ul style="list-style-type: none"> <li>- балаларды өз бетінше сөйлеуге үйрету;</li> </ul>

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене шынықтыру	<ul style="list-style-type: none"> <li>- дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту;</li> <li>- негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру;</li> <li>- мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру;</li> <li>- қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу;</li> <li>- денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту;</li> <li>- құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</li> <li>- спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету.</li> </ul> <p><b>Жүгіру.</b> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b></p> <p>Кеудеге арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу;</li> <li>- солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта);</li> <li>- аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта);</li> </ul>
	Сөйлеуді дамыту	<ul style="list-style-type: none"> <li>- балаларды өз бетінше сөйлеуге үйрету;</li> </ul>

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене шынықтыру	<ul style="list-style-type: none"> <li>- дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту;</li> <li>- негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру;</li> <li>- мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру;</li> <li>- қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу;</li> <li>- денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту;</li> <li>- құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</li> <li>- спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету.</li> </ul> <p><b>Жүгіру.</b> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b></p> <p>Кеудеге арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу;</li> <li>- солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта);</li> <li>- аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта);</li> </ul>
	Сөйлеуді дамыту	<ul style="list-style-type: none"> <li>- балаларды өз бетінше сөйлеуге үйрету;</li> </ul>

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене шынықтыру	<ul style="list-style-type: none"> <li>- дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту;</li> <li>- негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру;</li> <li>- мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру;</li> <li>- қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу;</li> <li>- денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту;</li> <li>- құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</li> <li>- спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету.</li> </ul> <p><b>Жүгіру.</b> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b></p> <p>Кеудеге арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу;</li> <li>- солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта);</li> <li>- аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта);</li> </ul>
	Сөйлеуді дамыту	<ul style="list-style-type: none"> <li>- балаларды өз бетінше сөйлеуге үйрету;</li> </ul>

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене шынықтыру	<ul style="list-style-type: none"> <li>- дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту;</li> <li>- негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру;</li> <li>- мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру;</li> <li>- қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу;</li> <li>- денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту;</li> <li>- құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</li> <li>- спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету.</li> </ul> <p><b>Жүгіру.</b> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b></p> <p>Кеудеге арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу;</li> <li>- солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта);</li> <li>- аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта);</li> </ul>
	Сөйлеуді дамыту	<ul style="list-style-type: none"> <li>- балаларды өз бетінше сөйлеуге үйрету;</li> </ul>

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене шынықтыру	<ul style="list-style-type: none"> <li>- дене жаттығуларын орындауға қызығушылықтарын ояту;</li> <li>- негізгі қимыл түрлері: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру мен қағып алу, еңбектеу мен өрмелеуді орындаудың қарапайым дағдыларын жетілдіру;</li> <li>- мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру;</li> <li>- қимылдарды белсенді орындауды дамыту және қимылдарды үйлестіру, дене жаттығуларына қызығушылыққа баулу;</li> <li>- денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене сапаларын: ептілік пен шапшаңдықты дамыту;</li> <li>- құрдастарымен қимылды ойындарды бірге ойнауға, өзара оң қарымқатынас жасауға баулу;</li> <li>- спорттық жабдықтарды қолдануда қауіпсіздікті қамтамасыз ету.</li> </ul> <p><b>Жүгіру.</b> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру.</p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b></p> <p>Кеудеге арналған жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға-оңға) бұрылу;</li> <li>- солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта);</li> <li>- аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта);</li> </ul>
	Сөйлеуді дамыту	<ul style="list-style-type: none"> <li>- балаларды өз бетінше сөйлеуге үйрету;</li> </ul>



