

Қазақстан Республикасының Ішкі Істері Министрлігінің
17 «Шұғыла» б/б М.
31.08.2023 ж.

31.08.2023 ж

Дене шынықтыру жетекшісі: Сактаганова А.

ПЕРСПЕКТИВТІК ЖОСПАР
Мектепалды даярлық тобы

№	айы	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің мақсаты	Сағат саны
1	Қыркүйек	Жүру мен жүгірудің негізгі түрлерін орындау, оларды қарапайым дене жаттығуларымен алмастыру.Секірудің әртүрлі түрлерін орындау, өзгермелі жағдайлардағы секірулер.Допты домалату, лақтыру және қағып алу, допты жерге оң қолмен және сол қолмен соғу, екі қолымен басынан асыра лақтыру және бір қолмен кедергіден лақтыру.Заттармен және заттарсыз жалпы нығайтушы жаттығуларды орындау.Бір орында тұрып және қозғалыс барысында сапқа тұру түрлерін, сапта тұзу жүру түрлерін орындау. Қашықтыққа, көлденең және тік нысанға лақтыру.Еңбектеп өту, жорғалау түрлерін орындау.Командалық ойындар рөлдері мен тәсілдерін қолдану. Заттардың арасымен жүру мен жүгіруге, белгі бойынша шашырап жүгіруге жаттықтыру.Балаларды 1 мин тоқтамай жүгіруге үйрету.	12
2	қазан	Допты баспен итеріп, 5 метр қашықтықта тұзу бағытта төрт тағандап жорғалау жаттығулары. Баланың көтерілген қолынан 20 см биіктікте ілулі тұрған затқа (қоңырау) секіру.Арқан бойымен бүйірліқадаммен жүруге үйретуді жалғастыру,тепе-теңдікті сақтау. Фитболды қатар қойылған заттардың домалатуды жалғастыру. Жіптің астынанөтудіжалғастыру. Допты екі қолмен бастың үстінен лақтыру жаттығуы.Тепе- теңдік сақтай отырып, басына құмы бар қапшықша қойып, орындықта жүруге үйрету.Оң және сол аяқпен заттардан кезектесіп секіру.Допты тордан лақтыру жаттығуы. Баланың көтерілген қолынан 25 см биіктікте ілулі тұрған затты дейін биіктікке секіру дағдыларын бекіту. Гимнастикалық орындықта алақан және тізе көмегіне жүгініп төрт аяқпен жорғалау жаттығуларын жалғастыру.Ұзындыққа секіруді орындау кезінде еденнен серпілу және қол қимылдарын үйлестіру қабілеттерін шыңдау.Құмы бар қапшықшаларды қашықтыққа лақтыруды үйрету	12
3	қараша	Гимнастикалық бір қабырғадан екінші қабырғаға өту арқылы бірдей көтерілуді үйрету. Оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыруды үйрету, жұппен пресс жаттығуларын орындау. Көтерілген тірекпен жүру кезінде тепе-теңдікті және дұрыс дене қалпын сақтай отырып, заттардың үстінен аттап өтуге жаттықтыру.«Жыланша» жүгіру, кедергілерден өту, 1,5-2 минут орташа қарқынмен жүгіру дағдыларын жетілдіру.Баулар, сызықтар арқылы оң және сол аяқпен секіруге жаттықтыру.Допты бір қолмен еденге лақтырып, екі қолмен қағып алуды үйрету. Қозғалыс бағытын өзгерте отырып, белгі бойынша жүру және жүгіру жаттығуларын жалғастыру. Бір және екі аяқпен 40 см қашықтықта құрсаудан құрсауға секіруді бекіту.Допты жоғары лақтыру, бау арқылы және екі қолмен, бір қолмен (кезекпен оң және солға) лақтыруды үйрету.Екі қолмен алға қарай допты лақтыру және қағып алуға жаттықтыру (қашықтық 4-5м).Допты бір-біріне лақтыру. Екі қолды кеудеден алып, 1,5 м қашықтықтан тік нысанаға лақтыру.	12
4	Желтоқсан	Белгібойыншақозғалысбағытын өзгерту,тоқтау, заттардың үстінен аттапжүру, кішіжәнекеңқадамдарменжүружәнежүгірудағдыларындамыту.Тепе-теңдікжаттығуларынжетілдіру: арқан үстімен басына құмы бар қапшықшаны қойып бүйірлі қадамменжүру; гимнастикалық орындықтадоптықолданқолғаауыстырып жүруге жаттықтыру. Заттар арасымен «жыланша», төрт аяқпен жорғалау жаттығулары, гимнастикалық орындықта тартылуға жаттықтыру. 3-4 метр қашықтықта алға жылжып секіру, екі аяқпен тізе арасына құмы бар қапшықша салып секіру; бір орыннан биіктікке секіру. 2-2,5 метр қашықтықтағы нысанаға асық лақтыру, екі қолмен заттардың арасына допты домалату (қашықтық 4 метр), допты тордың үстінен лақтыру және қағып алу дағдыларын бекіту.Хоккей элементтерін үйрету,шайбаны таякшамен домалату, қақпаға дәлдеп түсіруге үйрету.Ұлттық ойындарға қызығушылықты ояту, қимыл- қозғалыстарын арттыру.	12
5	Қаңтар	Гимнастикалық қабырғадан диагональ бойынша түсуге үйретуді жалғастыру, аралықтан аралыққа өту. Жылдамдықты арттырмай немесе баяулатпай қысқа қадамдар жасап, ырғақты жүгіру қабілетін арттыру. Кез келген бағытта фитболдарды (доптарды) домалату. Жалпы төзімділікті, ұтымды тыныс алу дағдыларын дамыту.	1
		Бір-бірінен 80 см қашықтықта бір қатарға қойылған кеглялар арасында доптарды домалату жаттығулары. Заттардың үстіне өту арқылы білек пен тізде тірекпен төрт тағандап жорғалауды орындау қабілетін бекіту. Ептіліктерді, кеңістікте бағдарлауды дамыту	1

		Хоккей элементтерін меңгеру. Шайбаны таяқпен берілген бағытта жүргізу, оны қақпаға соғу. Жаттығулар арқылы дененің төзімділігін арттыру. Кеңістікте бағдарлауды, төзімділікті дамыту (таза ауада).	1
		Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу, диагональ бойынша аралықтан аралыққа жылжу. Екі аяқпен секіру, допты тізе арасына салып жүру жаттығулары. Ептілік пен тапқырлықты дамыту.	1
		Гимнастикалық орындықта бір аяқпен еңкейіп, екінші аяқты орындықтың бүйірінен түзу алға алып жүруді үйрету. Гимнастикалық қабырғаға көтерілу, 15 см биіктіктегі заттардың үстінен секіру жаттығуларын жалғастыру. Ептілік, күшті, реакция жылдамдығын, зейінін дамыту.	1
		Балаларды шаңғы тебумен таныстыру, дұрыс бастапқы қозғалыс циклін бастапқы қалпын алуға үйрету. Шаңғы жолында адыммен жүру жаттығулары. Кеңістікте бағдарлауды, төзімділікті, жылдам әрекет етуді дамыту. Спортқа деген қызығушылықтарын қалыптастыру, ұйымшылдыққа тәрбиелеу (таза ауада).	1
		Жүру және жүгіру кезінде бағытты өзгертуді үйрету. Саусақпен допты итеру, аяқтың бүйірінен соғу (баскетбол) қабілеттерін бекітуді жалғастыру. 15 см биіктіктегі 6 заттан секіру дағдыларын бекітуді жалғастыру. Зейінін, ептілігін дамыту.	1
		Қар кесектерін тік нысанаға лақтыруды, қолды тербеліспен қозғауды үйретуді жалғастыру. Бір аяқпен секіруді бекіту, алға жылжу. Заттар арасында жүгіру, кедергілерден өту жаттығулары. Ептілік, күш, төзімділікті дамыту.	1
		Қысқы ойындарға қызығушылықтарын ояту. Балаларда жүктемені бірте-бірте арттыратын жаттығуларды орындау арқылы жарыс, эстафета, дене шынықтыру және шыдамдылық элементтері бар ойындарға қатысуға құштарлығын арттыру. Кеңістікте бағдарлауды, төзімділікті дамыту (таза ауада).	1
		Көтерілген тірекпен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау қабілетін бекітуді жалғастыру. Кең және кіші қадаммен жүгіру, бағытты өзгертіп жүру жаттығулары. Ептілік, реакция жылдамдығы, зейінін дамыту.	1
		Допты жіп арқылы лақтыруды бекіту, 20 см биіктікке дейін секіру жаттықтыру. Ептіліктерді, кеңістікте бағдарлауды дамыту.	1
6	Ақпан	Қысқы спорт түрлеріне қызығушылықтарын ояту. Бір-бірін шанамен сырғанату, мұз жолда сырғанау. Қауіпсіздік негіздерін және спорт алаңында өзін-өзі ұстау ережелерін білу(таза ауада).	1
		Тігінен орналастырылған баспалдақтың тақтайшалары арасында жорғалау жаттығулары, қол мен аяқтардың қимылдарын үйлестіруді дамыту. Фитболды «жыланша» домалату қабілетін бекіту, заттардың арасында фитболмен секіру.Ептілік, күш, төзімділік, командада тапсырмаларды орындау және эстафеталық жарыс ережелерін сақтауға баулу. Достыққа тәрбиелеу.	1
		Заттарды тік нысанаға лақтыру жаттығуларын жалғастыру (қашықтық 4 метр). Қатар қойылған таяқтар арқылы екі аяқпен секіру жаттығуы. Жорғалау дағдыларын нығайту, қол мен аяқтардың қимылдарын үйлестіруді дамыту. Ептілік, күш, төзімділік қасиеттерін дамыту. Отансүйгіштікке, бір-біріне көмекке келуге ұмтылуға тәрбиелеу, ұжыммен бірлесіп жұмыс жасауға баулу.	1
		Бірнеше заттарды айналып өтіп, шаңғы жолында сырғанау қадамымен жүруді үйрету. Бір аяқпен мүмкіндігінше ұзақ сырғанау қабілетін жақсарту, шаңғыда бүйірлік қадамдарды орындауға жаттықтыру. Кеңістікте бағдарлауды, төзімділікті, реакция жылдамдығын дамыту.	1

		Спортқа қызығушылықтарын қалыптастыру, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.	
		Заттарды көлденең нысанаға лақтыруды жалғастыру. Баяу қарқынмен жүгіру, гимнастикалық қабырғаға көтерілу, аралықтан аралыққа өрмелеу жаттығулары, бір орыннан биіктікке секіру. Ептілік, күш, төзімділік, дербестік қасиеттерін дамыту. Бір-біріне көмектесуге тәрбиелеу.	1
		Тепе-теңдікте жаттығу - көлбеу тақтайға міну- түсу, биіктікте тепе-теңдікті сақтауға үйрету. Затты серпіліп нысананың ортасына дәлдеп тигізу қабілетін жақсарту. Ептілік, күш, төзімділікті дамыту. Тапсырмаларды өз бетінше орындауға тәрбиелеу.	1
		Тапсырмаларды орындай отырып, шаңғы тебуге үйретуді жалғастыру. Шаңғымен 180 градусқа бұрылу жасау арқылы бұрылыстарды орындау қабілетін күшейту. Ептілік, төзімділік, реакция жылдамдығын дамыту. Қысқы спорт түрлеріне қызығушылықтарын арттыру.	1
		Пластундық жолмен жорғалау кезінде қол мен аяқтардың қимылдарын үйлестіруді дамыту. Тізені жоғары көтеріп жүру жаттығулары, тепе-теңдікті сақтау қабілетін қалыптастыруды жалғастыру. Заттар арасында жүгіруге жаттықтыру. Ептілік, күш, төзімділікті дамыту, тапсырмаларды ұжыммен орындауға тәрбиелеу.	1
		40-30-20см биіктікке көтерілген, қатарынан төселген сырықтардың астында жорғалау жаттықтыру, жорғалаудың әдісін таңдау. Алға жылжып бір аяқпен сырықты айналып секіру жаттығулары, дұрыс орнығу қабілеттерін арттыру. Ептілікті, күштілікті, төзімділікті, коммуникативтік құзыреттіліктерді дамыту. Табиғатқа деген құндылық көзқарасын тәрбиелеу, тапсырмаларды жеке және топшада орындау.	1
		Бірнеше заттарды айналып өтіп, шаңғы жолында сырғанау қадамымен жүруді үйрету. Бір аяқпен мүмкіндігінше ұзақ сырғанау қабілетін жақсарту, шаңғыда бүйірлік қадамдарды орындау. Кеңістікте бағдарлауды, төзімділікті, реакция жылдамдығын дамыту. Спортқа қызығушылықтарын қалыптастыру, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.	1
		40-30-20см биіктікке көтерілген арқан астынан жорғалау, 20-30см биіктікке көтерілген арқан арқылы секіру кезінде ең жақсы нәтижеге жету үшін тиімді әдісін таңдауды үйретуді жалғастыру. Фитболды әртүрлі бағытта домалату жаттығулары, ұсақ моториканы дамыту. Бір қатарда және қозғалыста екі қатар құру қабілетін бекіту. Қозғалыс тәжірибесін, ептілігін, күшін, төзімділігін пайдалану қабілетін дамыту.	1
		Арқан астында әртүрлі жорғалау түрлерін пайдалануды үйренуді жалғастыру. Айналымды арқан астынан жүгіріп өту, бүйірлік адыммен арқанмен жүруді бекіту, арқаннан секіруге жаттықтыру. Батылдықты, ептілікті, реакция жылдамдығын, қозғалыстарды үйлестіруді дамыту.	1
		Шаңғы тебуге тапсырмалармен орындауға үйренуді жалғастыру. Шаңғымен адымдау арқылы 180 градусқа бұрылыстарды орындау қабілетін күшейту. Ептілік, төзімділік, реакция жылдамдығын дамыту. Бір-бірін құрметтеуге тәрбиелеу.	1
7	Наурыз	Допты себетке лақтыруды үйрету, аяқты созып допты нысанаға бағыттау. Гимнастикалық баспалдақпен диагональ бойынша көтерілу, қол-аяқ қимылдарын үйлестіру қабілетін жетілдіру (қосымша қадаммен басып өтіңіз, баспалдақтың баспалдақтарын қолыңызбен кесіңіз). Көлбеу тақтада жүру жаттығулары; статикалық позаларды сақтау және омыртқаның дұрыс орналасуын сақтау қабілетін дамыту. Ұйымшылдыққа, төзімділікке, ұстамдылыққа тәрбиелеу.	1

	Допты себетке лақтыруды үйренуді жалғастыру, аяқты созып допты мақсатқа бағыттау. Кең қадаммен жүгіруде жаттығуды жалғастырыңыз. Кеңістіктен аралыққа диагональ бойынша жылжу мүмкіндігін бекітуді жалғастырыңыз. Ептілік, төзімділік, икемділік қасиеттерін дамыту. Дені сау, әдемі, күшті болуға, әлсізге көмектесуге ұмтылуын тәрбиелеу.	1
	Өртүрлі қимылдарды орындау кезінде бағандағы басқа ойыншылардың әрекеттерімен өз әрекеттерін үйлестіру қабілетін қалыптастыру. Көзді дамытуды, заттарды таякпен ұрғанда, шайбаны соғуда, қақпаға домалау кезінде зейінді шоғырландыру және шоғырландыру қабілетін дамыту. Кеңістікте бағдарлауды, төзімділікті, реакция жылдамдығын дамыту. Балаларды салауатты өмір салтын ұстануға баулу.	1
	Бастың артынан қабылдау арқылы бір-біріне допты лақтыру дағдыларын жетілдіруді жалғастыру. Кең адыммен жүгіру, гимнастикалық орындық үстінде жүру, алға қарай әр қадам сайын допты қолдан қолға ауыстыруды алдыңызда немесе артыңызда жалғастырыңыз. Ептілік, күш, төзімділік, дербестік қасиеттерін дамыту. Қозғалыс пен кеңістікті өзін-өзі бақылау дағдыларын, топта тапсырмаларды орындау дағдыларын қалыптастыру. Дене шынықтырумен өз бетінше айналысуға, көшбасшы болуға деген құштарлығын тәрбиелеу.	1
	Өртүрлі жылдамдықпен жүгіруді үйренуді жалғастыру, реакция жылдамдығын, зейінін дамыту. Доптарды заттардың арасына айналдыру, екі қолмен алға қарай лақтыру және қағып алу дағдыларын жетілдіру. Орындықтың тар жағымен жүру кезінде тепе-теңдікті сақтау дағдыларын бекіту. Ептілік, күш, төзімділік, дербестік қасиеттерін дамыту. Еңбексүйгіштікке, өзара көмек көрсетуге тәрбиелеу.	1
	Футбол добын оң және сол аяқпен түзу сызықта домалату дағдыларын бекіту. Аяқ арасына допты қысып жүруді бекітуді жалғастыру; допты тізе арасына алып секіру. Ептілік, қимыл-қозғалысты үйлестіру, зейін, қимыл-қозғалыс тәжірибесін командалық ойында пайдалана білуді дамыту. Құрбыларымен спортпен шұғылдануға, салауатты өмір салтын ұстануға, табандылыққа, қоғамдық дағдыларға тәрбиелеу	1
	Биіктігі 15 см заттарға секіріп, еденнен жігерлі итеріп, дер кезінде қол бұлғап көмектесуге үйрету. Бір қолмен дриблинг жасау дағдысын шыңдау, доптың бетіне соғу күшін ажырату, доптың қозғалысын бағыттау. аяқтан біршама алшақ. Кең қадаммен жүгіруді бекітуді жалғастырыңыз. Ептілік, күш, төзімділік қасиеттерін дамыту. Спортпен шұғылдануға, салауатты өмір салтына баулу	1
	Допты екі қолмен еденге түсіріп, түзу сызықпен қозғалып үйренуді жалғастыру. Ласо астында өртүрлі тәсілдермен жорғалау жаттығулары. Айналымалы ласо астында жүгіру кезінде ептілік пен реакция жылдамдығын дамыту. Толеранттылыққа, қазақтың дәстүрлі ойындарына қызығушылыққа тәрбиелеу.	1
	Ұлттық ойындарының қимыл-қозғалысы аясында рөлдік қимылдарды орындау дағдыларын бекіту. Ойын ережесіне сәйкес бағананы, шеңберді, сызықты қайта құру дағдыларын жетілдіру. Кеңістікте бағдарлауды, қозғалыстарды үйлестіруді, реакция жылдамдығын дамыту. Ұлттық ойындарына қызығушылықты қалыптастыру, толеранттылыққа, Қазақстан Республикасының салт-дәстүрлеріне құрметпен қарауға тәрбиелеу.	1
	Қолға арналған тапсырмамен жүру дағдыларын қалыптастыруды жалғастыру, баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру. Зал кеңістігінде бағдарлауда, құрылыста және қайта құруда жаттығуларды жалғастыру, ептілігін дамыту – алақан мен аяқ көмегімен допты тізе арасына қойып жорғалау; допты бір және екі қолмен домалату; допты аяқтың арасымен жүру.	1
	Бір орыннан биіктікке (30 см) секіру жаттығулары, заттардың арасымен жүру және жүгіру, заттардың үстінен басып жүру дағдыларын	

		жетілдіруді жалғастыру. Басына зат қойып адыммен арқанда бүйірден жүруге жаттығу.Төзімділікті, ептілікті, қозғалыстарды үйлестіруді дамыту. Ұжымшылдыққа тәрбиелеу.	1
		Баскетбол ойнау, допты екі қолмен заттардың арасымен домалату дағдыларын қалыптастыруды жалғастыру. Футбол доптарын 2 метр қашықтықтан нысанаға оң және сол аяқпен домалату дағдыларын жетілдіру.Ептілікке, күшке, төзімділікке тәрбиелеу. Спортпен айналысуға, салауатты өмір салтына, көшбасшы болуға ұмтылуға, тәртіпке тәрбиелеу.	1
8	Сәуір	Футбол добын аяқпен домалату жаттығуы, доптың бағытын дұрыс бағалау. Допты аяқтың арасына қыстырып, 2,5 м қашықтықта алға жылжып, екі аяқпен секіруді орындау дағдыларын бекіту. Жүппен қимыл-қозғалыс жасау дағдысын қалыптастыруды жалғастыру; жаттығуларды орындау. Қозғалыстарды үйлестіруді және реакция жылдамдығын, төзімділікті дамыту.	1
		Допты керілген арқанның үстіне лақтыруды, артынан қағып алуды үйрету. Биіктігі 20 см платформаға секіруді үйретуді жалғастыру.Бір қолмен допты әртүрлі бағытта домалатуға жаттықтыру. Ептілік пен жылдамдықты дамыту. Дене шынықтыру ұйымдастырылған әрекетіне қызығушылықтарын арттыру.	1
		Ойыншының аяғының астынан өтіп бара жатқан арқан үстінен секіру қабілетін жақсарту. Әртүрлі тактикаларды қолдана отырып, доптан жалтару қабілетін күшейту. Кеңістікте бағдарлауды, төзімділікті, реакция жылдамдығын дамыту. Өз әрекеттерін басқа ойыншылардың әрекеттерімен үйлестіру қабілетін қалыптастыру. Бір-біріне деген құндылық көзқарасқа, ынтымақтастық ұстанымына, толеранттылыққа тәрбиелеу.	1
		Екі қолмен допты жүргізуді үйрету.Тепе-теңдікте жаттығулар жасау, гимнастикалық орындықта жүру кезінде допты алдыда және артта ұстап жүру қабілетін дамытуды жалғастыру. Ептіліктерді, қимылдарды үйлестіруді дамыту. Ұжымшылдыққа, достыққа тәрбиелеу.	1
		Допты бір-біріне екі қолмен бастың артынан лақтыруды бекітуді жалғастыру.Әр түрлі бағытта жүгіру қабілеттерін арттыру. Ептілік, көз, зейінді шоғырландыру және шоғырландыру қабілетін дамыту. Мейірімділікке, төзімділікке тәрбиелеу.	1
		Жүппен футбол ойнау, допты табанмен тоқтату, допты нысанаға тигізу дағдыларын меңгерту.Сапты,қатарды, шеңберді қайта құру дағдыларын жетілдіру. Ептілік, үйлестіру қабілеттерін, зейінділігін, ұйымшылдығын дамыту. Өз денсаулығына, басқалардың денсаулығына құндылық көзқарасты, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу.	1
		Оң және сол аяқтармен кезекпен секіруді заттар арасында бекіту. Әр түрлі бағытта жүгіру қабілетін жетілдіруді жалғастыру. Ептілік, зейінді шоғырландыру және жинақтау қабілетін дамыту.Қайырымдылық пен төзімділікке тәрбиелеу.	1
		Сапта тұрып бастың артынан екі қолмен допты қашықтыққа лақтыруды үйрету. Бір-бірінен 40 см қашықтықта қойылған таяқшалар арқылы екі аяқпен секіру, жүгіру жаттығулары. Жетекшінің түсіндірмесін тыңдау, қозғалыс ретін сақтау қабілеттерін дамыту. Қозғалыстарды үйлестіруді, ептілікті, зейінді дамыту; шыдамдылыққа, тәртіптілікке тәрбиелеу	1
		Ойыншының аяғының астынан өтіп бара жатқан арқанның үстінен секіруді жалғастыру. Допты домалату,заттарды айналып өту, допты қақпаға домалату қабілеттерін шыңдау. Кеңістікте бағдарлауды, төзімділікті, реакция жылдамдығын дамыту. Өз әрекеттерін басқа ойыншылардың әрекеттерімен үйлестіру қабілетін қалыптастыру. Бір-бірін құрметтеуге тәрбиелеу.	1
		Допты тік нысанаға лақтыру жаттығулары, қимылды бірге орындау қабілетін арттыру. Тізені жоғары көтеріп жүруді бекіту, динамикалық тепе-теңдікті сақтау, заттар арасында жүгіру қабілетін қалыптастыруды жалғастыру. Ептілік, күш, төзімділік қасиеттерін	1

		дамыту. Спорттық ойындарға қызығушылықтарын арттыру. Динамикалық тепе-теңдікті сақтау қабілетін дамыту үшін иректелген түрде төселген жіп бойымен, алға, артқа қарай жүру жаттығулары. Бір және екі аяқпен құрсаудан құрсауға секіруді жалғастыру. Ептілік пен төзімділікті дамыту. Үйлестіру дағдыларын, төзімділікті дамыту. Дені сау, әдемі, күшті болуға ұмтылуын тәрбиелеу. Жұппен футбол ойнау дағдыларын меңгеруді жалғастыру, допты табанмен тоқтату, допты нысанаға тигізу.Сапты шеңберді, қатарды қайта құру дағдыларын жетілдіру. Ептілік, үйлестіру қабілеттерін, зейінділігін, ұйымшылдығын дамыту. Өз денсаулығына, басқалардың денсаулығына құндылық көзқарасты, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу.	1 1
9	Мамыр	Фитболды заттардың арасында «жыланша» домалату жаттығулары. Алға айналдыра отырып, қысқа арқаннан секіру дағдыларын жетілдіру. Ептілік, күш, төзімділік қасиеттерін дамыту. Халық мәдениетіне құндылық көзқарасты, қозғалыс тәжірибесін пайдалана білуге, топта тапсырмаларды орындауға және эстафета ережелерін сақтауға тәрбиелеу. Допты қабырғаға лақтырып, екі қолмен қағып алуды үйрету. Ұзындыққа секіруге жаттығу, заттардан секіру, тепе-теңдікті сақтау. Ептілік, күш, төзімділік, дербестікті дамыту. Ұйымшылдыққа, тәртіпке тәрбиелеу. 40-50 см биіктікке көтерілген арқандардың астынан жорғалауға үйрету. Бір аяқпен алға жылжып арқанды айналып секіруге жаттықтыру. Арқан арасымен жүру, арқаннан өту кезінде біркелкі дене қалпын сақтау қабілетін бекіту. Ойлауды, ептілік, күш, төзімділікті дамыту;. Жауапкершілік пен өзара түсіністікке, топпен жұмыс істеу дағдыларына тәрбиелеу. Допты екі қолмен алға қарай лақтыруды және қағып алуды үйрету. Гимнастикалық орындықта ішімен жорғалап, тартылуды орындау жетілдіру. Зал кеңістігінде бағдарлауда, сапқа тұру және қайта сапта орнын табу жаттығуларды жалғастыру. Зейінді, көзді шоғырландыру қабілетін дамыту. Ұйымшылдыққа, тәртіпке тәрбиелеу. Допты баспен итеріп, 4 метр қашықтыққа түзу бағытта төрт аяқпен жорғалау жаттығуларын жалғастыру. Допты жоғары лақтыру және қағып алу қабілеттерін бекіту. Қол және аяқ қимылдарын үйлестіру қабілеттерін арттыру, ептілікті, төзімділікті, қол бұлшықеттерін дамыту. Көру қабілетінің бұзылуының алдын алу. Өз денсаулығын құрметтеуге тәрбиелеу. Баскетбол дағдыларын дамытуды жалғастыру: доптың қозғалысын аяқтан сәл алысқа бағыттау, аяқты созып допты себетке лақтыруды үйрету. Допты нысанаға лақтыру, допты екі қолмен кеуде тұсынан бір-біріне беру дағдыларын жетілдіру. Допты бір-біріне 1,5-2 метр қашықтықтан лақтыруды үйрету, допты бүгілген қолдың қимылымен қағып алу.Орыннан ұзындыққа секіру жаттығулары. Тепе-теңдікті сақтай отырып, заттарды аттап өту қабілетін күшейту. Құм қапшықшаларын нысанаға лақтыруды үйрету. Қозғалыс қарқынын сақтау қабілетін арттыру, баяу қарқынмен жүгіру кезінде аяқты өкшеден аяғына дейін қою. Секіру жаттығулары, жартылай бүгілген аяқтармен орындықтан секіру дағдыларын бекітуді жалғастыру. Ептілік, күш, төзімділік, қабілетін дамыту. Ұйымшылдыққа, мақсаттылыққа тәрбиелеу. Жұппен футбол ойнау дағдыларын меңгеруді жалғастыру, допты табанмен тоқтату, допты нысанаға тигізу.Сапты, шеңберді, қатарды қайта құру дағдыларын жетілдіру. Спорттық ойындарға қызығушылықтарын ояту. Балаларды жарыс элементтері бар ойындарға,	1 1 1 1 1 1 1 1

	эстафеталық ойындарға қатысуға құштарлығын тәрбиелеу.	
	Әртүрлі жылдамдықпен жүгіруге арналған жаттығулар – баяу, жылдам, орташа қарқынмен, 1,5-2 минут үздіксіз жүгіру. Заттар арасында кезектесіп оң және сол аяқпен секіруді жаттықтыру (қашықтық 3 метр). Дене қасиеттерін дамыту, дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықтарын ояту.	1
	Допты нысанаға 3 метр қашықтықтан лақтыруды жалғастыру. Әр түрлі бағытта жүгіру қабілетін жетілдіру, икемділіктерін, көздерін дамыту. Халық ойындарына деген қызығушылықтарын дамытуды жалғастыру. Қозғалыстарды орындау процесінде ізгі ниетті және белсенділікті тәрбиелеу.	1
	Ойыншының аяғының астынан өтіп бара жатқан арқанның үстінен секіруді жалғастыру. Әртүрлі тактикаларды қолдана отырып, лақтырған доптан жалтару қабілетін күшейту. Кеңістікте бағдарлауды, төзімділікті, реакция жылдамдығын дамыту. Өз әрекеттерін басқа ойыншылардың әрекеттерімен үйлестіру қабілетін қалыптастыру. Бір-біріне деген құндылық көзқарасқа, ынтымақтастық ұстанымына, толеранттылыққа тәрбиелеу.	1

Барлығы:108 сағат