

Білім беру ұйымы: МКҚК «Арайлым» бөбекжайы

Топ «Балапан» кіші тобы

Балалардың жасы: 2-3 жас

Жоспардың құрылу кезеңі: 2022-2023 оқу жылы

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене шынықтыру	1. Педагогтың артынан жүру және бірқалыпты жүгіруге үйрету. Жолақтың үстімен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Қос аяқтап секіру 2. Педагогтың артынан жүру және бірқалыпты жүгіруге үйрету. Жолақтың үстімен жүруде тепе-теңдікті сақтау. Жолақтың үстімен жүруде тепе-теңдікті сақтау. 3. Педагогтың артынан жүру және бірқалыпты жүгіруге үйрету. Допты тура бағытта домалату. Кедергілі жазықтың бетімен еңбектеуге үйрету.
		1. Жұптасып жүру және шашырап жүгіру. Кедергілі жазықтың бетімен еңбектеуге үйрету. Алға қарай ұмтыла отырып, қос аяқпен секірпемен секіру. 2. Жұптасып жүру және шашырап жүгіру. Алға қарай ұмтыла отырып, қос аяқпен секірпемен секіру. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүру. 3. Жұптасып жүру және шашырап жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүру. Лентамен еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру
		1. Шеңбер бойымен қол ұстасып жүру және жүгіру. Лентамен еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Жол бойымен еңбектеу. 2. Шеңбер бойымен қол ұстасып жүру және жүгіру. Баланың көзінің тұсынан әртүрлі заттардың астымен 0,5-1,5 м арақашықтыққа доптарды домалату. Доғаның астымен еңбектеу. 3. Шеңбер бойымен қол ұстасып жүру және жүгіру. Доғаның астымен еңбектеу. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүру.
		1. Қарқынды өзгерте отырып жүру және жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүру. Лентамен еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. 2. Қарқынды өзгерте отырып жүру және жүгіру. Лентамен еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру. 3. Қарқынды өзгерте отырып жүру және жүгіру. Гимнастикалық орындықтың үстімен жүру. Лентамен еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қазан	Дене шынықтыру	1. Бағытты өзгерте отырып жүру және берілген бағытта жүгіру. Лентамен еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Орындық, астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. 2. Бағытты өзгерте отырып жүру және берілген бағытта жүгіру. Орындық, астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. Кеудесінің тұсынан әртүрлі заттардың астымен 0,5-1,5 м арақашықтыққа доптарды домалату. 3. Бағытты өзгерте отырып жүру және берілген бағытта жүгіру. Төрттағандап құрсаудың астымен еңбектеу. Қарама-қарсы отырып допты бір-біріне
		1. Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Кеудесінің тұсынан әртүрлі заттардың астымен 0,5-1,5 м арақашықтыққа доптарды домалату. Бір орында тұрып екі аяқтап секіру 2. Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Бір орында тұрып екі аяқтап секіру Гимнастикалық орындықпен жүріп тепе-теңдікті сақтау. 3. Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Гимнастикалық орындықпен жүріп тепе-теңдікті сақтау. Кеудесінің тұсынан әртүрлі заттардың арасымен 0,5-1,5 м арақашықтыққа доптарды домалату.
		1. Орташа қарқынмен жүру және жүгіру. Кеудесінің тұсынан әртүрлі заттардың астымен 0,5-1,5 м арақашықтыққа доптарды домалату. Доғаның астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. 2. Орташа қарқынмен жүру және жүгіру. Доғаның астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. Қос аяқпен ленталардың үстінен секіру. 3. Орташа қарқынмен жүру және жүгіру. Қос аяқпен ленталардың үстінен секіру. Орындық, астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Караша	Дене шынықтыру	1. Бағдар бойынша жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүру. Доптарды бір-біріне домалату. 2. Бағдар бойынша жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Доптарды бір-біріне домалату. Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіру. 3. Бағдар бойынша жүру және аяқтың ұшымен жүгіру. Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіру. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүру.
		1. Кедергілерден аттап жүру және белгі бойынша тоқтап жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүру. Еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. 2. Кедергілерден аттап жүру және белгі бойынша тоқтап жүгіру. Еденде 10-20 см қашықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіру. 3. Кедергілерден аттап жүру және белгі бойынша тоқтап жүгіру. Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға төменнен, (қағып алмай) лақтыру
		1. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, бірінің соңынан бірі (20м дейін) жүгіру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға төменнен, (қағып алмай) лақтыру. Доғаның астымен бірінің артынан бірі еңбектеу. 2. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, бірінің соңынан бірі (20м дейін) жүгіру. Доғаның астымен бірінің артынан бірі еңбектеу. Ауданы 50 х 50 см, биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу. 3. Ұзындығы 2,5-2 м, ені 25 см (2 жаста), 20 см (3 жаста) тақтай бойымен жүру, шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру. Ауданы 50 х 50 см, биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу. Заттарға шығу (гимнастикалық орындыққа, жұмсақ модульге және тағы басқа)
		1. Кедергілерден аттап жүру және 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру. Заттарға шығу (гимнастикалық орындыққа, жұмсақ модульге және тағы басқа), тұру, қолын жоғары көтеру, түсу. 10-15 см биіктен секіру. 2. Кедергілерден аттап жүру және 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру. 10-15 см биіктен секіру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға жоғарыдан, (қағып алмай) лақтыру. 3. Кедергілерден аттап жүру және 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға жоғарыдан, (қағып алмай) лақтыру. Арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап еңбектеу.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене шынықтыру	1. Шеңбер бойымен жүру және жүгіру. Арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. Заттардан (биіктігі 10-15см) аттау. 2. Шеңбер бойымен жүру және жүгіру Заттардан (биіктігі 10-15см) аттау. Гимнастикалық скамейканың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. 3. Шеңбер бойымен жүру және жүгіру Гимнастикалық скамейканың үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға (кеуде тұсынан, қағып алмай) лақтыру.
		1. Жіптен немесе таяқтан аттап жүру бағытты өзгертіп жүгіру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға (кеуде тұсынан, қағып алмай) лақтыру. 10-15 см биіктен секіру. 2. Жіптен немесе таяқтан аттап жүру бағытты өзгертіп жүгіру. 10-15 см биіктен секіру. Төрттағандап тақтаның үстімен 20 см арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергіден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттау. 3. Жіптен немесе таяқтан аттап жүру бағытты өзгертіп жүгіру. Төрттағандап тақтаның үстімен 20 см арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергіден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттау. Үстелдің астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу.
		1. Жүруді жүгірумен ауыстыру. Үстелдің астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіру. 2. Жүруді жүгірумен ауыстыру. Алға қарай ұмтыла екі аяқтап секіртпемен секіру. Орнында баяу айналу. 3. Жүруді жүгірумен ауыстыру. Орнында баяу айналу. Ауданы 50 x 50 см, биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу.
		1. Кедергілерден аттап жүру және 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру. Ауданы 50 x 50 см, биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға жоғарыдан, (қағып алмай) лақтыру. 2. Кедергілерден аттап жүру және 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға жоғарыдан, (қағып алмай) лақтыру. 10-15 см биіктен секіру. 3. Кедергілерден аттап жүру және 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру. 10-15 см биіктен секіру. Орнында баяу айналу.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қаңтар	Дене шынықтыру	1. Бірқалыпты жүру және жүгіру. Орнында баяу айналу. Кедергілі жазықтың бетімен еңбектеу. 2. Бірқалыпты жүру және жүгіру. Кедергілі жазықтың бетімен еңбектеу. Бір орында тұрып екі аяқтап секіру. 3. Бірқалыпты жүру және жүгіру. Бір орында тұрып екі аяқтап секіру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға (кеуде тұсынан, (қағып алмай) лақтыру.
		1. Жан-жаққа жүру және шашырап жүгіру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға (кеуде тұсынан, (қағып алмай) лақтыру. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүру. 2. Жан-жаққа жүру және шашырап жүгіру. Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) жүру. Бір орында тұрып екі аяқтап секіру. 3. Жан-жаққа жүру және шашырап жүгіру. Бір орында тұрып екі аяқтап секіру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға жоғарыдан, (қағып алмай) лақтыру.
		1. Берілген бағытқа жүру және жүгіру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға жоғарыдан, (қағып алмай) лақтыру. Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру (10-15см). 2. Берілген бағытқа жүру және жүгіру. Алға қарай ұмтыла затқа дейін екі аяқтап секіру (10-15см). Гимнастикалық орындықтың үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. 3. Берілген бағытқа жүру және жүгіру. Гимнастикалық орындықтың үстімен тепе-теңдік сақтап жүру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға төменнен, (қағып алмай)лақтыру.
		1.Шеңбер бойымен қолдарының әртүрлі қалыптарымен жүру және әртүрлі қарқынмен жүгіру. Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға төменнен, (қағып алмай)лақтыру. Еңіс тақтайдың үстімен еңбектеу. 2.Шеңбер бойымен қолдарының әртүрлі қалыптарымен жүру және әртүрлі қарқынмен жүгіру. Еңіс тақтайдың үстімен еңбектеу. Еңіс тақтайдың үстімен (ені 25 см, бір басы 15-20 см көтерілген) жүру. 3.Шеңбер бойымен қолдарының әртүрлі қалыптарымен жүру және әртүрлі қарқынмен жүгіру. Еңіс тақтайдың үстімен (ені 25 см, бір басы 15-20 см көтерілген) жүру. Жол бойымен төрттағандап еңбектеу.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Ақпан	Дене шынықтыру	1. Аяқтың ұшымен жүру, заттардың арасымен жүгіру. Жол бойымен төрттағандап еңбектеу. Орнынан ұзындыққа (20-50см) секіру. 2. Аяқтың ұшымен жүру, заттардың арасымен жүгіру. Орнынан ұзындыққа (20-50см) секіру. Гимнастикалық орындыққа, жұмсақ модульге шығып тұру, қолын жоғары көтеру, түсу. 3. Аяқтың ұшымен жүру, заттардың арасымен жүгіру. Гимнастикалық орындыққа, жұмсақ модульге шығып тұру, қолын жоғары көтеру, түсу. Доғаның, орындық, астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тізесімен тіреп) еңбектеу.
		1. Шеңбер бойымен қолдарының әртүрлі қалыптарымен жүру және әртүрлі қарқынмен жүгіру. Доғаның, орындық, астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тізесімен тіреп) еңбектеу. 10-15 см биіктен секіру. 2. Шеңбер бойымен қолдарының әртүрлі қалыптарымен жүру және әртүрлі қарқынмен жүгіру. 10-15 см биіктен секіру. Гимнастикалық орындыққа, жұмсақ модульге шығып тұру, қолын жоғары көтеру, түсу. 3. Шеңбер бойымен қолдарының әртүрлі қалыптарымен жүру және әртүрлі қарқынмен жүгіру. Гимнастикалық орындыққа, жұмсақ модульге шығып тұру, қолын жоғары көтеру, түсу. Үстел, арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тізесімен тіреп) еңбектеу.
		1. Аяқтың ұшымен жүру, заттардың арасымен жүгіру. Үстел, арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тізесімен тіреп) еңбектеу. Көзінің және кеудесінің тұсынан әртүрлі заттардың астымен домалату. 2. Аяқтың ұшымен жүру, заттардың арасымен жүгіру. Көзінің және кеудесінің тұсынан әртүрлі заттардың астымен домалату. Еденде 10-20 см қашықтықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан, таспадан секіру. 3. Аяқтың ұшымен жүру, заттардың арасымен жүгіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан, таспадан секіру. 0,5-1,5 м арақашықтыққа отырған және тұрған қалыптан доптарды домалату.
		1. Шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүру және жүгіру. 0,5-1,5 м арақашықтыққа отырған және тұрған қалыптан доптарды домалату. Заттардан (биіктігі 10-15 см), шеңберден шеңберге аттау. 2. Шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүру және жүгіру. Заттардан (биіктігі 10-15 см), шеңберден шеңберге аттау. Бір және екі қолымен допты еденге ұру. 3. Шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүру және жүгіру. Бір және екі қолымен допты еденге ұру. Төрттағандап тақтаның үстімен 20 см арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергіден (таспалардан, текшелерден және тағы басқа) аттау.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Наурыз	Дене шынықтыру	1. Жұптасып жүру және бірінің соңынан бірі (20м дейін) жүгіру. Төрттағандап тақтаның үстімен 20 см арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергіден (таспалардан, текшелерден және тағы басқа) аттау. Қарама-қарсы отырып допты бір-біріне домалату. 2. Жұптасып жүру және бірінің соңынан бірі (20м дейін) жүгіру. Қарама-қарсы отырып допты бір-біріне домалату. Гимнастикалық орындыққа, жұмсақ модульге шығып тұру, қолын жоғары көтеру, түсу. 3. Жұптасып жүру және бірінің соңынан бірі (20м дейін) жүгіру. Гимнастикалық орындыққа, жұмсақ модульге шығып тұру, қолын жоғары көтеру, түсу. Қос аяқпен алға жылжи отырып секіру
		1. Қарқынды өзгерте отырып, жүру және бағытты өзгертіп жүгіру. Қос аяқпен алға жылжи отырып секіру. Доғаның астымен бірінің артынан бірі еңбектеу. 2. Қарқынды өзгерте отырып, жүру және бағытты өзгертіп жүгіру. Доғаның астымен бірінің артынан бірі еңбектеу. Бір қолымен допты еденге ұру. 3. Қарқынды өзгерте отырып, жүру және бағытты өзгертіп жүгіру. Бір қолымен допты еденге ұру. Үстелдің астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу.
		1. Аяқтың ұшымен жүру, заттардың арасымен жүгіру. Үстелдің астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. Шеңберден шеңберге аттау. 2. Аяқтың ұшымен жүру, заттардың арасымен жүгіру. Шеңберден шеңберге аттау. Арқанның астымен нысанаға дейін еңбектеу. 3. Аяқтың ұшымен жүру, заттардың арасымен жүгіру. Арқанның астымен нысанаға дейін еңбектеу. Орнынан (20-50 см) ұзындыққа секіру.
		1. Жұптасып жүру және бірінің соңынан бірі (20м дейін) жүгіру. Орнынан (20-50 см) ұзындыққа секіру. Допты кеуде тұсынан жоғары қарай лақтыру. 2. Жұптасып жүру және бірінің соңынан бірі (20м дейін) жүгіру. Допты кеуде тұсынан жоғары қарай лақтыру. Керілген арқанның астымен еңбектеу. 3. Жұптасып жүру және бірінің соңынан бірі (20м дейін) жүгіру. Керілген арқанның астымен еңбектеу. Секіртпеден секіру.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Сәуір	Дене шынықтыру	1. Ирелеңдеген баудың бойымен еркін жүру, шашырап жүгіру. Секіртпеден секіру. 0,5-1,5 м арақашықтыққа отырған және тұрған қалыптан доптарды домалату. 2. Ирелеңдеген баудың бойымен еркін жүру, шашырап жүгіру. 0,5-1,5 м арақашықтыққа отырған және тұрған қалыптан доптарды домалату. Орнында баяу айналу. 3. Ирелеңдеген баудың бойымен еркін жүру, шашырап жүгіру. Орнында баяу айналу. Секіртпеден секіру.
		1. Едендегі немесе еденнен 15-30 см көтерілген арқаннан аттап жүру, 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру. Секіртпеден секіру. Допты екі қолымен жерге соғу. 2. Едендегі немесе еденнен 15-30 см көтерілген арқаннан аттап жүру, 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру. Допты екі қолымен жерге соғу. Еденде 10-20 см қашықтықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. 3. Едендегі немесе еденнен 15-30 см көтерілген арқаннан аттап жүру, 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан секіру. Ауданы 50 x 50 см, биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу.
		1. Қарқынды өзгерте отырып, жүру және бағытты өзгертіп жүгіру. Ауданы 50 x 50 см, биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу. Еденде 10-20 см қашықтықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан, таспадан секіру. 2. Қарқынды өзгерте отырып, жүру және бағытты өзгертіп жүгіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан, таспадан секіру. Кеудесінің тұсынан әртүрлі заттардың астымен 0,5-1,5 м арақашықтыққа отырған және тұрған қалыптан доптарды домалату. 3. Қарқынды өзгерте отырып, жүру және бағытты өзгертіп жүгіру. Кеудесінің тұсынан әртүрлі заттардың астымен 0,5-1,5 м арақашықтыққа отырған және тұрған қалыптан доптарды домалату.
		1. Еденнен 20 см биік керілген арқанның үстінен аттап жүру, 30-40 сек үзіліссіз жүгіру. Еденде 10-20 см қашықтықта (2 арқаннан тұратын жолақ арқылы) жатқан арқаннан, таспадан секіру. Доптарды бір-біріне домалату. 2. Еденнен 20 см биік керілген арқанның үстінен аттап жүру, 30-40 сек үзіліссіз жүгіру. Доптарды бір-біріне домалату. Еденде 10-20 см қашықтықта жатқан лентадан секіру. 3. Еденнен 20 см биік керілген арқанның үстінен аттап жүру, 30-40 сек үзіліссіз жүгіру. Еденде 10-20 см қашықтықта жатқан лентадан секіру. Допты бір қолымен жерге соғу.

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Мамыр	Дене шынықтыру	1. Еденнен 15-30 см көтерілген бөренеден, текшеден, гимнастикалық таяқшадан аттап жүру және белгі бойынша тоқтап, жүгіру. Допты бір қолымен жерге соғу. Орнында баяу айналып тепе-теңдікті сақтау 2. Еденнен 15-30 см көтерілген бөренеден, текшеден, гимнастикалық таяқшадан аттап жүру және белгі бойынша тоқтап, жүгіру. Орнында баяу айналып тепе-теңдікті сақтау. Гимнастикалық скамейканың астымен еңбектеу. 3. Еденнен 15-30 см көтерілген бөренеден, текшеден, гимнастикалық таяқшадан аттап жүру және белгі бойынша тоқтап, жүгіру. Үстел, арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тізесімен тіреп) еңбектеу.
		1. Ирелендеген баудың бойымен еркін жүру, шашырап жүгіру. Үстел, арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тізесімен тіреп) еңбектеу. Алға қарай ұмтыла қос ақпен секіру(10-15 см). 2. Ирелендеген баудың бойымен еркін жүру, шашырап жүгіру. Алға қарай ұмтыла қос ақпен секіру (10-15 см). Кедергілі жазықтың бетімен еңбектеу. 3. Ирелендеген баудың бойымен еркін жүру, шашырап жүгіру. Кедергілі жазықтың бетімен еңбектеу. Еденде 20 см қашықтықта жатқан лентадан секіру.
		1. Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Еденде 20 см қашықтықта жатқан лентадан секіру. Қарама-қарсы отырып допты бір-біріне домалату. 2. Орташа қарқынмен жүру және жүгіру. Қарама-қарсы отырып допты бір-біріне домалату. Орнында баяу айналып тепе-теңдікті сақтау 3. Түрлі қарқынмен жүру және жүгіру. Қарқынды өзгерте отырып жүру және жүгіру. Орнында баяу айналып тепе-теңдікті сақтау. Ауданы 50 x 50 см, биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу.
		1. Жүруді мен жүгіруге ауыстыру және керісінше. Ауданы 50 x 50 см, биіктігі 10 см мінбеге өрмелеу. 10-15 см биіктен секіру 2. Жүруді мен жүгіруге ауыстыру және керісінше. 10-15 см биіктен секіру. Орнында баяу айналу. 3. Жүруді мен жүгіруге ауыстыру және керісінше. Орнында баяу айналу. 10-15 см биіктен секіру.