



Бекітемін:

МККК №2 «Адема»

бөбекжай балабақшасының

менгерушісі: У.Омарова 

**2023 -2024 дене шынықтырудан ересек «Жұлдыз, Күншуақ, Көгершін»
тобына арналған ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қыркүйек	Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолдарын айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылғанда екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею, қолдың ұшын аяқтың ұшына жеткізу. Екі қолды белге қойып, екі жаққа иілу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен, содан кейін ұшымен қою, топылдату. Қатарынан (4–5 рет) жүрелеп, екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп, отыру; аяқтың ұшын созу, табанды бүгу. Негізгі қимылдар: жүру. Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау; Музыкалық-ырғақтық жаттығулар. Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында таныс дене жаттығуларын орындау. Спорттық ойын элементтері: 1) кегль ойындарына үйрету. Бастапқы қалыпта дұрыс тұрып, допты лақтыру. 1,5-2 метр арақашықтықтан кегльдерді қағып түсіру.



Бекітемін:
МККК №2 «Адема»
бөбекжай балабақшасының
менгерушісі: У.Омарова

**2023 -2024 дене шынықтырудан ересек «Жұлдыз, Күншуақ, Көгершін»
тобына арналған ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қазан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Жүру. Өкшемен, аяқтың сыртқы қырымен, адымдап, жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға), сапта бір-бірден жүру, жүруді жүгірумен, секірумен алмастырып, бағытты және қарқынды өзгертіп жүру, қол мен аяқ қимылдарын үйлестіру. Тепе-теңдікті сақтау. Сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 см) жүру, сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүру. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік және т.б.) дамыту.



Бекітемін:
МҚКК №2 «Адема»
бөбекжай балабақшасының
меңгерушісі: У.Омарова

**2023 -2024 дене шынықтырудан ересек «Жұлдыз, Күншуақ, Көгершін»
тобына арналған ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қараша	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Жүгіру. Аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру. Түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшіні ауыстырып жүгіру, 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру; орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру; Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру Балаларды ұқыптылыққа, тазалыққа, өзінің сыртқы келбетін қадағалауды әдетке айналдыруға баулу. Тамақтанар алдында, дәретханаға барғаннан кейін, ластанған кезде қолды өз бетінше сабынмен жууға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен және т.б. ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.



Бекітемін:
МККК №2 «Адема»
бөбекжай балабақшасының
менгерушісі: У.Омарова

[Signature]

**2023 -2024 дене шынықтырудан ересек «Жұлдыз, Күншуақ, Көгершін»
тобына арналған ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Желтоқсан	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Еңбектеу, өрмелеу. 10 м-ге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу. Табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу. Құрсаудан еңбектеп өту. Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, бөрене және гимнастикалық скамейкадан аттап өту; Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю. Салауатты өмір салтын қалыптастыру Балаларға адамның дене және сезім мүшелері, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру. Тамақтану тәртібін сақтаудың және көгөністер мен жемістердің, дәрумендердің адам ағзасына пайдасы туралы түсінік беру.



Бекітемін:
МККК №2 «Адема»
бөбекжай балабақшасының
менгерушісі: У.Омарова 

**2023 -2024 дене шынықтырудан ересек «Жұлдыз, Күншуақ, Көгершін»
тобына арналған ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Қаңтар	Дене шынықтыру	Негізгі қимылдар: Секіру. Бір орында тұрып, қос аяқпен секіру, 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру, бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру. Аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) секіру, 20–25 см биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 см), қысқа секіргішпен секіру; Спорттық жаттығулар Шанамен сырғанау. Төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу, мұзды жолдармен өзбетінше сырғанау. Салауатты өмір салтын қалыптастыру «Денсаулық-зор байлық» сөзінің мәнін түсіну, өзінің жасаған іс-әрекетінің ағзаға әсерін, тістерді тазалаудың пайдасын, суық тимеудің алдын-алуға болатынын түсіну. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту.



Бекітемін:

МККК №2 «Адема»

бөбекжай балабақшасының

менгерушісі У.Омарова

**2023 -2024 дене шынықтырудан ересек «Жұлдыз, Күншуақ, Көгершін»
тобына арналған ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Ақпан	Дене шынықтыру	Лақтыру, домалату, қағып алу. Заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату. Заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 м кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 м қашықтықтан), 1,5 м қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) нысанаға лақтыру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта), қағып алу; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 м қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет); Сапқа тұру, сап түзеу, сапқа қайта тұру. Бір-бірден сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру, бағыт бойынша түзелу; оңға, солға бұрылу, орнында айналу; араларын алшақ ұстау және жақын тұру. Спорттық жаттығулар Шаңғымен жүру. Шаңғымен бірінің артынан бірі жүру. Ересек «Жұлдыз, Күншуақ, Көгершін»тердің көмегімен шаңғыны киіп, шешу. Салауатты өмір салтын қалыптастыру Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Құлап қалған кезде өзіне қарапайым көмек көрсетуге, науқастанған кезде ересек «Жұлдыз, Күншуақ, Көгершін»терге жүгінуге баулу.



Бекітемін:

МККК №2 «Адема»

бөбекжай балабақшасының

менгерушісі У.Омарова 

**2023 -2024 дене шынықтырудан ересек «Жұлдыз, Күншуақ, Көгершін»
тобына арналған ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

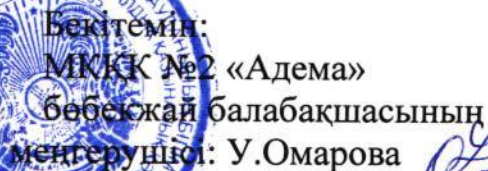
Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Наурыз	Дене шынықтыру	Кеудеге арналған жаттығулар Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Тұрған қалыпта екі аяқ бірге (алшак), алға еңкейіп, қолдың саусақтарын аяқтың ұшына жеткізіп, заттарды қою және жоғары көтеру. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың ұшына көтерілу және тұру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен өкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Дербес қимыл белсенділігі. Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау, дене шынықтыру құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру. Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту.



Бекітемін:
МҚКК №2 «Адема»
бөбекжай балабақшасының
менгерушісі У.Омарова

**2023 -2024 дене шынықтырудан ересек «Жұлдыз, Күншуақ, Көгершін»
тобына арналған ұйымдастырылған
іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Сәуір	Дене шынықтыру	Кеудеге арналған жаттығулар Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бұғу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бұғу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Аяққа арналған жаттығулар Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өзбетінше киіну мен шешінуді жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересек «Жұлдыз, Күншуақ, Көгершін»тің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.



2023 -2024 дене шынықтырудан ересек «Жұлдыз, Күншуақ, Көгершін» тобына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Мамыр	Дене шынықтыру	Спорттық жаттығулар Велосипед тебу. Екі және үш дөңгелекті велосипед тебу. Оңға, солға бұрылу. Жүзу. Суға түсу, суда ойнау; суда отырып, аяқтарын жоғары және төмен көтеріп қимылдар орындау; иекке дейін суда отыру, судан шығу; бетін суға малу; еркін әдіспен жүзуге талпыну. Сауықтыру-шынықтыру шаралары Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: дымқыл шүберекпен сүрту, аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру. Өткенді қайталау.

«Келісемін»
№7 ЖББМ КММ
 директоры:
 ----- **Е.Шаймаханов**



«Бекітемін»
МКҚК №2 «Адема» бөбекжай
балабақшасы менгерушісі:
 ----- **У.Омарова**

**МКҚК №2 «Адема» бөбекжай бақшасы мен №7 ЖББМ КММ
 мектебінің байланыс жоспары**

Мақсаты: Педагогикалық үрдістің байланысы мен үздіксіздігін қамтамасыз
 ету, балалардың мектепте білімді сәтті жалғастыруға дайындау.

1. Дайындық кезеңі.				
1	№7 ЖББМ КММ және МКҚК №2 «Адема» б/бақшасы арасындағы сабақтастыққа байланысты жоспар құру	Қыркүйек	Мектепалды топ, мектепалды сынып	Әдіскер
2	Балалардың психологиялық таным үрдістерін анықтау	Қыркүйек	Мектепалды топ	Педагог-психолог
3	Балаларды мектепке арнайы, жалпы даярлау туралы ата-аналарға кеңес беруді жүргізу	Жыл бойы	Мектепалды топ	Әдіскер, педагог-психолог
4	1-сынып пен мектепалды тобын оқыту және тәрбиелеу мәселелері бойынша әдістемелік әдебиеттерді жинақтау	Қыркүйек	Мектепалды топ, мектепалды сынып	Мұғалімдер, тәрбиешілер, педагог-психолог
5	Еске сақтау, қабылдау, қиялды дамытуға арналған ойын-жаттығулар	Жыл бойы	Мектепалды топ	Педагог-психолог
6	Ата-аналарға арналған сауалнама. «Балаңыз мектепке дайын ба?»	Қыркүйек	Мектепалды топ	Педагог-психолог
7	Балабақша тәрбиешілері мен мектеп мұғалімдері арасындағы өзара сабақтарға қатысу.	Жыл бойы	Мектепалды топ, мектепалды сынып	Мұғалімдер, тәрбиешілер
1. Оқыту кезеңі				
1	Мектепалды топтағы балалардың 1-сыныпқа бейімделуінің қиындықтары	Жыл бойы	Мектепалды топ	Тәрбиешілер, педагог- психолог
2	Тәрбиеленушілердің әлеуметтік жағдайын зерделеу	Қазан	Мектепалды сынып	Мектеп психологі, әлеуметтік педагог
3	Балабақша мен мектеп арасындағы бірлескен іс-шаралар, ертеңгіліктер, ойындарды ұйымдастыру	Жыл бойы	Мектепалды топ, мектепалды сынып	Әдіскер, бастауыш сынып мұғалімдері
4	Мектепалды сынып пен мектепалды тобына арналған оқыту әдістері мен тәсілдері	Қазан	Мектепалды топ, мектепалды сынып	Әдіскер, бастауыш сынып мұғалімдері
3. Практикалық кезең				
1	Балалардың өзін-өзі бағалауын қалыптастыру; - ортада;	Жыл бойы	Мектепалды топ, мектепалды	Әдіскер, бастауыш сынып мұғалімдері

	- топтағы мінез-құлқы; - өзін-өзі бағалауы.		сынып	
2	Мектепалды тобында ұйымдастырылған іс-әрекетке қатысу	Жыл бойы	Мектепалды топ	Мұғалімдер, тәрбиешілер
3	«Оқу процесін зерделеу және мектепке деген сүйіспеншілікті ояту» тақырыбына дөңгелек үстел	Қараша	Мектеп, балабақша	Әдіскер, бастауыш сынып мұғалімдері, педагог-психолог
4	1-сынып мұғалімдері үшін мектепалды тобындағы ашық есік күндерін ұйымдастыру	Желтоқсан	Мектепалды топ	Әдіскер, тәрбиешілер
5	Ата-аналарға арналған Ашық есік күндері	Қазан	Мектеп, балабақша	Мұғалімдер, тәрбиешілер
6	Онкүндік мектепалды тобы	Ақпан	Мектепалды топ	Тәрбиешілер
7	Тренинг. «Бұл қалай естіледі?»	Наурыз	Мектепалды топ, мектепалды сынып	Педагог-психолог
8	Сауалнама. «Қандай ата-анасыздар?»	Сәуір	Мектепалды топ	Педагог-психолог
9	Көркемсөз байқауы. «Балалар, оқу оқиық!»	Сәуір	Мектепалды топ	Тәрбиешілер
4. Қорытынды кезең				
1	Отбасылық байқау	Сәуір	Мектеп, балабақша	Дене шынықтыру жөнінде нұсқаушы
2	«Балам оқушы болады» тақырыбына ата-аналар жиналысын өткізу.	Мамыр	Мектеп, балабақша	Әдіскер, педагог-психолог
3	Балаларға арналған психологиялық картаны дайындау	Мамыр	Мектепалды топ	Педагог-психолог
4	Мектепалды тобының балаларына дәрігерлік тексеру жүргізу	Мамыр	Мектепалды топ	Мейірбике
5	Мектепалды тобындағы балалардың дайындығын зерттеу диагностикасы	Мамыр	Мектепалды топ	Тәрбиеші, педагог-психолог
6	Балабақшамен қоштасу кеші. «Біз мектепке барамыз. Қош бол, балабақшам!»	Мамыр	Мектепалды топ	Әдіскер, тәрбиешілер, музыкалық жетекшілер
7	Балабақша бітірушілерді мектепке қалыптастыру мәселесі бойынша педагогикалық кеңес	Мамыр	Мектеп, балабақша	Әдіскер, оқу тәрбие орынбасары