



Орындаған: Тилеухан С.

Қоянды 2026 ж

**«Балдырған» орта топқа арналған
дене тәрбиесі бойынша перспективалық жоспар.**

Айы	Ұйымдастырылған іс- әрекет тақырыбы	Негізгі қимылдар	Күтілетін нәтиже
Қыркүйек	1. Балабақшадағы алғашқы қадамдар	Жүру, жүгіру, тепе-теңдік сақтау	Қарапайым қимылдарды тәрбиешімен бірге орындайды.
	2. Көңілді жаттығулар	Жүру, жүгіру, тоқтау	Берілген белгі бойынша қозғалады.
	3. Доппен танысамыз	Допты домалату, лақтыру	Доппен қарапайым жаттығулар орындайды.
	4. Қимылды ойындар	Жүгіру, бағытты өзгерту	Қимылды ойындарға қызығушылық танытады.
Қазан	1. Көңілді жаттығулар	Жүру, жүгіру, секіру	Жүру мен жүгіруді орындайды.
	2. Секіргіш балақай	Қос аяқпен секіру	Қос аяқпен орнында секіреді.
	3. Кедергілерден өтеміз	Аттап өту, еңбектеу	Қарапайым кедергілерден өтеді.
	4. Епті балақайлар	Жүгіру, лақтыру	Қимылдарды үйлестіріп орындайды.
Қараша	1. Доппен ойнаймыз	Допты домалату, лақтыру	Допты екі қолымен домалатады.
	2. Допты нысанаға лақтыр	Лақтыру	Допты белгіленген бағытқа лақтырады.
	3. Тепе-теңдікті сақтайық	Түзу жолмен жүру	Тепе-теңдікті сақтап жүруге тырысады.
	4. Қимылды ойындар	Жүгіру, жүру	Ойын ережесінің қарапайым талаптарын сақтайды.
Желтоқсан	1. Қысқы қимылдар	Жүру, жүгіру	Қозғалысты белгі бойынша бастайды және тоқтатады.
	2. Қаршалар	Секіру, еңбектеу	Қос аяқпен секіруді жетілдіреді.
	3. Шыршаға барамыз	Жүру, жүгіру,	Кедергілерден қауіпсіз

		кедергіден өту	өтеді.
	4. Қысқы ойындар	Жүгіру, лақтыру	Қимылды ойындарға белсенді қатысады.
Қаңтар	1. Шыныққан бала	Жүру, жүгіру	Жаттығуларды көрсету арқылы орындайды.
	2. Көңілді жол	Тепе-теңдік, аттап өту	Түзу жолмен тепе-теңдігін сақтап жүреді.
	3. Еңбектеуді үйренеміз	Еңбектеу, өрмелеу	Қарапайым еңбектеу қимылын орындайды.
	4. Көңілді доп	Домалату, лақтыру	Доппен ойнауға қызығушылық танытады.
Ақпан	1. Епті балақайлар	Еңбектеу, өрмелеу	Гимнастикалық құралдарды қауіпсіз пайдаланады.
	2. Биікке секірейік	Секіру	Қос аяқпен алға секіреді.
	3. Нысанаға дәлде	Лақтыру	Допты нысанаға қарай лақтырады.
	4. Қимылды ойындар	Жүгіру, секіру	Қимылды ойындарға белсенді қатысады.
Наурыз	1. Көктем келді	Жүру, жүгіру	Қозғалыс қарқынын сақтайды.
	2. Күншуақ	Секіру, жүгіру	Қарапайым секіру жаттығуларын орындайды.
	3. Доппен көңілді ойын	Лақтыру, домалату	Допты берілген бағытта домалатады.
	4. Ұлттық қимылды ойындар	Жүгіру, бағыт өзгерту	Ойынға қызығушылықпен қатысады.
Сәуір	1. Табиғаттағы қозғалыс	Жүру, жүгіру	Кеңістікте қарапайым бағдарланады.
	2. Кедергілер жолағы	Аттап өту, еңбектеу	Кедергілерден ретімен өтеді.
	3. Тепе-теңдік әлемі	Тепе-теңдік сақтау	Тепе-теңдік сақтау дағдысын жетілдіреді.
	4. Көңілді жарыс	Жүгіру, секіру	Қарапайым жарыс элементтеріне қатысады.
Мамыр	1. Спорттық ойындар	Жүгіру, секіру	Негізгі қимылдарды белсенді орындайды.
	2. Доппен жарысамыз	Домалату, лақтыру	Доппен жаттығуларды

			дұрыс орындайды.
	3. Кім епті?	Жүгіру, кедергіден өту	Қимылдарды үйлесімді орындауға тырысады.
	4. Қош бол, оқу жылы!	Жүру, жүгіру, секіру	Жыл бойы меңгерген қимылдарын көрсетеді.