

Бекітілді  
№27 «Ақбота» б/б директоры  
Кошкинова Г.М.

№1 педкөнес  
26.08.2020 жыл



**Мектепке дейінгі ұйымда тәрбие мен оқытудың үлгілік бағдарламасын іске асыру бойынша  
МАД «Ақжелкен» тобының дене шынықтыру оқу қызметінен  
перспективтік жоспары  
2020-2021 оқу жылы**

| № | Бағдарлама мазмұны                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Қолданылатын құрал жабдықтар                             | Сағат саны |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------|
| 1 | Сапқа тұру, аяқтың ұшы, өкшемен жүру, баяу қарқынмен жүруді жүгірумен алмастыру; музыка ырғағына сәйкес және жеңіл жүгіруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындық үстімен жүрген кезде тепе-теңдік сақтауға; затты желке тұсынан оң, сол қолмен лақтыруға үйрету.                                                                           | Гимнастикалық орындық, кегли, заттар, доптар, атрибуттар | 1          |
| 2 | Сапқа тұру, аяқтың ұшы, өкшемен жүру, баяу қарқынмен жүруді жүгірумен алмастыру. Затты желке тұсынан оң, сол қолмен лақтыруға; заттар арасынан еңбектеп жүруге үйрету.                                                                                                                                                                  | Гимнастикалық орындық, кегли, заттар, доптар, атрибуттар | 1          |
| 3 | Сапқа тұру, аяқтың ұшы, өкшемен жүру, баяу қарқынмен жүруді жүгірумен алмастыру. Затты желке тұсынан оң, сол қолмен лақтыруға; заттар арасынан еңбектеп жүруге үйрету.                                                                                                                                                                  | Доптар, кегли не текшелер, атрибуттар                    | 1          |
| 4 | Сапқа, қатарға тұру, бастаушыға қарап түзелу; адымдап, бүгілген тізені жоғары көтере жүруге жаттықтыру; музыка ырғағына сәйкес қимыл жасауға үйрету. Шектеулі зат үстімен жүрген кезде тепе-теңдік сақтауға, адымдап, аяқ ұшымен жүруге; шығыршықтан-шығыршыққа екі аяқпен секіруге үйрету.                                             | Гимнастикалық орындық пен шығыршықтар, атрибуттар        | 1          |
| 5 | Сапқа, тізбекке тұру, бастаушыға қарап түзелу; адымдап, бүгілген тізені жоғары көтере жүгіруге жаттықтыру. Шығыршықтан шығыршыққа екі аяқпен секіруді бекіту. Допты қос қолмен лақтыру, кеудеге қыспай қағып алуды үйрету.                                                                                                              | Шығыршық пен доптар, атрибуттар.                         | 1          |
| 6 | Сапқа, қатарға тұру, бастаушыға қарап түзелу; адымдап, бүгілген тізені жоғары көтере жүруге жаттықтыру; музыка ырғағына сәйкес қимыл жасауға үйрету. Шектеулі зат үстімен жүрген кезде тепе-теңдік сақтауға, адымдап, аяқ ұшымен жүруге; шығыршықтан-шығыршыққа екі аяқпен секіруге үйрету. Допты қос қолмен лақтыру дағдыларын бекіту. | Шығыршық пен доптар, атрибуттар                          | 1          |
| 7 | Сапқа, тізбекке тұру, орында жұптасып тұру; музыкаға сәйкес өкшеден аяқтың ұшына ауыса, қысқа адым және кең адыммен шашырап жүгіру, жұп болып би элементтерін орындауға жаттықтықтыру. Бір-біріне доп лақтыру. Тізенің арасына доп қыстырып секіруге                                                                                    | Жіп, доптар, атрибуттар.                                 | 1          |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                   |   |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | үйрету.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                   |   |
| 8  | Сапқа, тізбекке тұру, бастаушыға қарап түзелу, орында жұптасып тұру; музыкаға сәйкес өкшеден аяқтың ұшына ауыса, қысқа адым және кең адыммен шашырап жүгіру; жұп болып би элементтерін орындауға жаттықтыру. Бір-біріне доп лақтыру. Тізенің арасына доп қыстырып секіруге үйрету. Еңкейтілген тақтайға өрмелеп шығуға үйрету.    | Жіп, доптар, баспалдақ, атрибуттар.                                                               | 1 |
| 9  | Сапқа, тізбекке тұру, бастаушыға қарап түзелу, орында жұптасып тұру; музыкаға сәйкес өкшеден аяқтың ұшына ауыса, қысқа адым және кең адыммен шашырап жүгіру, жұп болып би элементтерін орындауға жаттықтықтыру. Бір-біріне доп лақтыру. Тізенің арасына доп қыстырып секіруге үйрету. Еңкейтілген тақтайға өрмелеп шығуға үйрету. | Жіп, доптар, баспалдақ, атрибуттар.                                                               | 1 |
| 10 | Сапқа тұру, шашырап жүгіру, сапта өз орнын таба жүгіру, белгілі қашықтыққа жүгіруге жаттықтыру. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету.                                                                                                                                                     | Секіртпе, гимнастикалық орындық, заттар.                                                          | 1 |
| 11 | Жүрумен жүгіруге, сапқа тұру, шашырап жүру, сапта өз орынын таба білуге жаттықтыру. Секіртпемен еркін секіру қимылын бекіту. Гимнастикалық орындық үстімен төрттағандап еңбектеуге үйрету. Қимыл үйлесімділігін және ептілікті дамыту.                                                                                            | Секіртпе, гимнастикалық орындық, алма не алмұрт.                                                  | 1 |
| 12 | Жүрумен жүгіруге, сапқа тұру, шашырап жүру, сапта өз орынын таба білуге жаттықтыру. Секіртпемен еркін секіру қимылын бекіту. Гимнастикалық орындық үстімен төрттағандап еңбектеуге үйрету. Заттардан аттап жүруде тепе-теңдік сақтау. Секіртпемен еркін секіруге үйрету.                                                          | Секіртпе, гимнастикалық орындық, алма не алмұрт.                                                  | 1 |
| 13 | Бір қатар сапқа тұру, тізені сәл бүге, қолды жан-жаққа созып арқан үстімен жүру, заттардың арасынан «жыланша» ирелендеп жүгіруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттай жүру, тақтайша, жіп, заттардан секіру.                                                                                               | Гимнастикалық орындық, арқан, доп, ойыншықтар, әр балаға 2 жалаушадан, қимылды ойын бетперделері. | 1 |
| 14 | Денені түзу ұстау, бұлшықеттерді нығайту, сәл отыра, арқан үстімен жүру, саптан қатарға тұру дағдыларын қалыптастыру, адым ырғақтығына назар аудару.                                                                                                                                                                              | Гимнастикалық орындық, арқан, доп, ойыншықтар, әр балаға 2 жалаушадан, қимылды ойын бетперделері. | 1 |
| 15 | Жүрумен жүгіруге, сапқа тұру, шашырап жүру, сапта өз орынын таба білуге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтың үстімен заттарды аттай жүру, тақтайша, жіп, заттардан секіру дағдыларын бекіту.                                                                                                                                      | Гимнастикалық орындық, арқан, доп, ойыншықтар, әр балаға 2 жалаушадан, қимылды ойын бетперделері. | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                             |   |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---|
| 16 | Балаларды қол ұстасып шеңбер бойы жүруге, жүгіруге жаттықтыру. Аяқты-аяққа таяп қойып шеңбер бойы, оңға, солға, өкшемен, аяқтың ұшымен жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша екі сапқа тұру, қимылды музыкаға сәйкес орындауға жаттықтыру. Басқа дорбаша қойып, еденде созылып жатқан арқан үстінен жүру. Арқаннан бастан жоғары ұстап тұрып, аяқтың ұшына көтерілуге үйрету. Тепе-теңдік және ептілік дағдыларын дамыту.        | Арқан, жіп, дорбашалар, әр балаға 2 текшеден, қимылды ойын бетперделері.    | 1 |
| 17 | Балаларды қол ұстасып шеңбер бойы жүруге, жүгіруге жаттықтыру. Аяқты-аяққа таяп қойып шеңбер бойы оңға, солға, өкшемен, аяқтың ұшымен жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша екі сапқа тұруға жаттықтыру. Арқаннан бастан жоғары ұстап тұрып, аяқтың ұшына көтерілуге үйрету. Доға астынан еңбектеп өтуді үйрету. Доға астынан еңбектеп өтуді үйрету. Тепе-теңдік және ептілік дағдыларын дамыту.                                 | Арқан, жіп, доға, әр балаға 2 текшеден, қимылды ойын бетперделері.          | 1 |
| 18 | Балаларды қол ұстасып шеңбер бойы жүруге, жүгіруге жаттықтыру. Аяқты-аяққа таяп қойып шеңбер бойы, оңға, солға, өкшемен, аяқтың ұшымен жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша екі сапқа тұру, қимылды музыкаға сәйкес орындауға жаттықтыру. . Арқаннан бастан жоғары ұстап тұрып, аяқтың ұшына көтерілуге. доға астынан еңбектеп өтуді, доға астынан еңбектеп өтуді үйретуді пысықтау.                                            | Доға, дорбаша, арқан, жіп ,әр балаға 2 текшеден, қимылды ойын бетперделері. | 1 |
| 19 | Сапқа тұру, қолды алға созып түзелу, заттарды аттай, теріс қараған күйде алға қарай ұмтыла жүру. «Жыланша» ирелеңдеп, белгі бойынша шыр айнала жүгіру, екі қатар сапқа тұру. Еденде созылып жатқан арқан үстімен бір бүйірмен адымдап жүру, биіктіктен екі аяқпен тура секіріп түсуді үйрету.                                                                                                                                | Арқан, заттар, доптар.                                                      | 1 |
| 20 | Сапқа тұру, қолды алға созып түзелу. Заттарды аттай, теріс қараған күйде алға қарай ұмтыла жүру. «Жыланша» ирелеңдеп, белгі бойынша шыр айнала жүгіру, екі қатар сапқа тұру.<br><br>Еденде созылып жатқан арқан үстімен бір бүйірімен адымдап жүру, биіктіктен екі аяқпен тура секіріп түсуді үйрету. Биіктіктен екі аяқпен тура секіріп түсуді, гимнастикалық қабырғаға түрлі тәсілдермен, сатыны аттамай өрмелеуді үйрету. | Қанат, заттар, доптар, гимнастикалық қабырға.                               | 1 |
| 21 | Сапқа тұру, қолды алға созып түзелу, заттарды аттай, теріс қараған күйде алға қарай ұмтыла жүру. «Жыланша» ирелеңдеп, белгі бойынша шыр айнала жүгіру, екі қатар сапқа тұру. Еденде созылып жатқан арқан үстімен бір бүйірімен адымдап жүру, биіктіктен екі аяқпен тура секіріп түсуді үйрету. Биіктіктен екі аяқпен тура секіріп түсуді, гимнастикалық қабырғаға түрлі тәсілдермен, сатыны аттамай өрмелеуді үйрету.        | Арқан, қанат, заттар, доптар, гимнастикалық қабырға.                        | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                           |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 22 | Шеңберге тұру, балаларды қол ұстасып шеңбер бойы жүруге, жүгіруге жаттықтыру. Аяқты-аяққа таяп қойып, шеңбер бойы оңға, солға, өкшемен. Аяқтың ұшымен жүру, жүруді жүгірумен алмастыра жүру. Гимнастикалық адыммен жүру. Қолды түрлі қалыпта ұстап жүгіру музыкаға сәйкес би элементтерін орындау. Орынан ұзындыққа секіру, жартылай бүгілген аяқпен жерге қону, арақашықтықтан дорбашаны тік нысанаға иықтан асырып оң, сол қолмен лақтыруға үйрету. | Гимнастикалық орындық, дорбашалар.                                                        | 1 |
| 23 | Шеңберге тұру, балаларды қол ұстасып шеңбер бойы жүруге, жүгіруге жаттықтыру. Аяқты-аяққа таяп қойып, шеңбер бойы оңға, солға, өкшемен. Аяқтың ұшымен жүру, жүруді жүгірумен алмастыра жүру. Гимнастикалық адыммен жүру. Қолды түрлі қалыпта ұстап жүгіру. Дорбашаны тік нысанға иықтан асыра оң және сол қолмен лақтыруды, қарынмен арқаға құм қапшыққа қойып еңбектеуді үйрету.                                                                     | Гимнастикалық орындық, дорбашалар, құм қапшықтар.                                         | 1 |
| 24 | Қол ұстасып шеңбер бойы жүру, жүгіру, бір-бірден сапқа тұруға жаттықтыру. Педагогтің белгісі бойынша бір орында тұрып оңға, солға бұрылу; Аяқты-аяққа таяп қойып, шеңбер бойы оңға, солға, өкшемен. Аяқтың ұшымен жүру, жүруді жүгірумен алмастыра жүру. Гимнастикалық адыммен жүру. Қолды түрлі қалыпта ұстап жүгіру. Дорбашаны тік нысанға иықтан асыра оң және сол қолмен лақтыруды, қарынмен арқаға құм қапшыққа қойып еңбектеуді үйрету.         | Гимнастикалық орындық, дорбашалар, құм қапшықтар.                                         | 1 |
| 25 | Екі шеңберге тұру. Бір орында тұрып жан-жаққа секіре бұрылу. Баяу жүру, теріс қарап алға қарай жүруді жүгірумен алмастыру, тәрбиешінің тапсырмасын орындай жүру. Бір-біріне қақтығыспай, бірінің артынан бірі жұптасып, «жыланша» ирелендеп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстінде арасы екі қадам алыс қойылған доптардан аттап жүру. Алға қарай бір аяқтан екінші аяққа ауысып, секіруді үйрету. Тепе-теңдік және ептілік дағдыларын дамыту.         | Гимнастикалық орындық, толтырылған доптар, таспалар.                                      | 1 |
| 26 | Екі шеңберге тұру, 2-3 қатар сапқа тұру, тізбекпен баяу жүру, теріс қарап алға қарай жүру, жүруді жүгірумен алмастыру, бір орында тұрып, жан-жаққа секіре бұрыла, тәрбиешінің тапсырмасын орындай жүруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындық үстімен, баладан екі қадам алыста тұрған, құм толтырылған доптардан аттап жүруді бекіту. Арқан баспалдақпен бір тәсілмен өрмелеуге үйрету.                                                                 | Гимнастикалық орындық, толтырылған доптар, таспалар, толтырылған доптар, арқан баспалдақ. | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                           |   |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 27 | Екі шеңберге тұру. Бір орында тұрып жан-жаққа секіре бұрылу. Баяу жүру, теріс қарап алға қарай жүруді жүгірумен алмастыру, тәрбиешінің тапсырмасын орындай жүру. Бір-біріне қақтығыспай, бірінің артынан бірі жұптасып, «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен, баладан екі қадам алыста тұрған, құм толтырылған доптардан аттап жүруді бекіту. Арқан баспалдақпен бір тәсілмен өрмелеуге үйрету.                                                   | Гимнастикалық орындық, толтырылған доптар, таспалар, толтырылған доптар, арқан баспалдақ. | 1 |
| 28 | Бір қатар сапқа тұру, бір-бірден бір қатар сапқа тұру. Бірінші, екіншіге есептеу. Сапта аяқтың ұшымен бум, кедір-бұдыр жерлермен жүру. 10-15 м жарыса жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын допты алдынан қолдан-қолға ауыстыра жүру, алға қарай жылжып допты қос қолмен лақтырып, қайта қағып алуға үйрету. Қимыл үйлесімділігін, ептілік пен шапшаңдықты дамыту.                                                                                      | Гимнастикалық орындық, доп, шығыршық.                                                     | 1 |
| 29 | Бір қатар сапқа тұру, бір-бірден бір қатар сапқа тұру. Бірінші, екіншіге есептеу. Сапта аяқтың ұшымен бум, кедір-бұдыр жерлермен жүру. 1 мин дейін шамалы қарқынмен жүру, жүгіру. Алға қарай жылжып, допты қос қолмен лақтырып, қайта қағып алу тәсілдерін бекіту. Гимнастикалық қабырғаның басына дейін өрмелеу, басқа аралыққа ауысып төмен түсуге үйрету. Қимыл үйлесімділігін, ептілік пен шапшаңдықты дамыту.                                                     | Гимнастикалық орындық, доп, шығыршық.                                                     | 1 |
| 30 | Бір қатар сапқа тұру, бір-бірден бір қатар сапқа тұру. Бірінші, екіншіге есептеу. Сапта аяқтың ұшымен бум, кедір-бұдыр жерлермен жүру. 10-15 м жарыса жүгіру. Гимнастикалық қабырғаның басына дейін өрмелеу, басқа аралыққа ауысып төмен түсуге үйрету. Қимыл үйлесімділігін, ептілік пен шапшаңдықты дамыту.                                                                                                                                                          | Гимнастикалық орындық, доп, шығыршық.                                                     | 1 |
| 31 | Қол ұстасып шеңбер бойы жүру, жүгіру, бір-бірден сапқа тұруға жаттықтыру. Тәрбиешінің белгісі бойынша бір орында тұрып оңға, солға бұрылу. Қысқа және кең адыммен «ізді» баса жүру, шашырап, заттардың арасымен жүру, жұптасып, бағытты өзгерте жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен жеңіл жүгіру, орындықтың аяғында қолды алға созып отыру, тұру, белгіленген орынға секіріп түсуді, гимнастикалық орындық үстінен етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжуды үйрету. | Гимнастикалық орындық, бор, гимнастикалық таяқшалар.                                      | 1 |
| 32 | Қолды ұстасып бойы жүру, жүгіру, бір-бірден сапқа тұруға жаттықтыру. Тәрбиешінің белгісі бойынша бір орында тұрып оңға, солға бұрылу. Қысқа және кең адыммен «ізді» баса жүру, шашырап, заттардың арасымен жүру, жұптасып, бағытты өзгерте жүгіру. Қимыл                                                                                                                                                                                                               | Гимнастикалық орындық, бор, гимнастикалық таяқшалар                                       | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                             |   |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | үйлесімділігін дамыту.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                             |   |
| 33 | Қол ұстасып шеңбер бойы жүру, жүгіру, бір-бірден сапқа тұруға жаттықтыру. Тәрбиешінің белгісі бойынша бір орында тұрып оңға, солға бұрылу. Қысқа және кең адыммен «ізді» баса жүру, шашырап, заттардың арасымен жүру, жұптасып, бағытты өзгерте жүгіру. Биіктіктен белгіленген орынға секіріп түсу.                                                                                                                                          | Гимнастикалық орындық, бор, гимнастикалық таяқшалар                                                                                         | 1 |
| 34 | Екі қатар сапқа тұру, бірінің артынан бірі аяқты жоғары көтере, алға соза жүру, шапшаң жылдамдықта шашырап, белгі бойынша тоқтай жүгіру, ұлттық би элементтерін орындау. Екі аяқпен жылжи секіруді, тізбектеліп және тізерлеп тұрып допты бібіріне қос қолымен басынан асыра лақтыруды үйрету.                                                                                                                                               | Текшелер.                                                                                                                                   | 1 |
| 35 | Жүру, жүгіру, сапта бірінің артынан бірі аяқты жоғары көтере, алға соза жүру, шапшаң жылдамдықта шашырап, бірнеше қатарға тұру, бұрыштарды кеспей жүгіру, жаттықтыру жұмыстарын жалғастыру. Екі аяқпен алға секіріп жүруді бекіту. Алақан салынған қағазды басып жүруді үйрету.                                                                                                                                                              | Текшелер.                                                                                                                                   | 1 |
| 36 | Екі қатар сапқа тұру, бірінің артынан бірі аяқты жоғары көтере, алға соза жүру, шапшаң жылдамдықта шашырап, белгі бойынша тоқтай жүгіру, ұлттық би элементтерін орындау. Екі аяқпен алға секіріп жүруді бекіту. Алақан салынған қағазды басып жүруді үйрету.                                                                                                                                                                                 | Текшелер.                                                                                                                                   | 1 |
| 37 | Екі қатар сапқа тұру, бір орында тұрып бұрылу, баяу жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша бағытты өзгерте алға, артқа, аяқты-аяққа таяп қойып, бүйірмен жүру.Еңкейтілген тақтай үстінен кедергілерді биіктігі 10 см тақтайшаларды аттай жүгіру. Қимыл үйлесімділігін дамыту.                                                                                                                                                                     | Еңкейтілген тақтай, биіктігі 10 см тақтайшалар, алақан салынған қағаздар, құм салынған дорбаша, гимнастикалық орындық, арқаға ілетін дорба. | 1 |
| 38 | Балаларды тізбекпен жүруге, жүгіруге, жүгіру кезінде түрлі тапсырмалар орындауға, тәрбиешінің белгісі бойынша бағытты өзгерте алға, артқа, аяқты-аяққа таяп қойып, бүйірмен жүруге, орында бұрылу қимылдарын орындауға жаттықтыру. Заттар арқылы оң және сол бүйірмен екі аяқпен алға қарай секіріп жүруді бекіту. Гимнастикалық орындық үстінен арқаға дорба іліп алып жүгіруді, қолды жерге тигізбей жіптің астынан еңбектеп өтуді үйрету. | Құм салынған дорбаша, гимнастикалық орындық, арқаға ілетін дорба, жіп.                                                                      | 1 |
| 39 | Екі қатар сапқа тұру, бір орында тұрып бұрылу, баяу жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Еңкейтілген тақтай, биіктігі 10 см                                                                                                          | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                          |   |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | бағытты өзгерте алға, артқа, аяқты-аяққа таяп қойып, бүйірмен жүру, жануарлар жүрісін бейнелей жүгіру. Алақан салынған қағазды басып еңбектеп жүруді бекіту. Қимыл үйлесімділігін дамыту.                                                                                                                                                                                                                              | тақтайшалар, алақан салынған қағаздар, құм салынған дорбаша, гимнастикалық орындық, арқаға ілетін дорба. |   |
| 40 | Заттарды аттай, теріс қарап алға қарай жүру, қысқа және кең адыммен бастаушыны ауыстыра жүру, қол ұстасып шеңбер бойы шашырап жүгіруге, сапқа тұру, саптан екі шеңбер құруға жаттықтыру. Гимнастикалық орындық үстімен жүріп, оң-сол жақпен допты еденге соғып және қос қолмен қағып ала жүруді, нысанаға асықты дәлдеп лақтыруды үйрету.                                                                              | Гимнастикалық орындық, доп, асық, дорбаша, тас, әр балаға 2 гантельден.                                  | 1 |
| 41 | Кедергілер арасынан, заттарды аттай, теріс қарап алға қарай, қол ұстасып шеңбер бойы, қол ұстасып шеңбер бойы, шашырап, тоқтамай жүгіру, қысқа және кең адыммен бастаушыны ауыстыра жүруге, сапқа тұру, саптан 2 шеңбер құруға, қағып алу тәсілдеріне жаттықтыру. Допты жерге соғып, қос қолмен қағып алу дағдыларын бекіту.                                                                                           | Гимнастикалық орындық, доп, асық, дорбаша, тас, әр балаға 2 гантельден.                                  | 1 |
| 42 | Заттарды аттай, теріс қарап алға қарай жүру, қысқа және кең адыммен бастаушыны ауыстыра жүру, қол ұстасып шеңбер бойы шашырап жүгіруге, сапқа тұру, саптан екі шеңбер құруға жаттықтыру. Нысанаға асықты дәлдеп лақтыруды, баспен допты итеріп, жалаушаға дейін еңбектеуді үйрету.                                                                                                                                     | Гимнастикалық орындық, доп, асық, дорбаша, тас, әр балаға 2 гантельден.                                  | 1 |
| 43 | Тізбекпен жүру, арқан, жіп үстінен тура, бүйірмен жүру, ирелендеп жүгіру, белгі бойынша бағытты өзгерте баяу жүгіру, бір аяқтан екінші аяққа кезектестіре секіре жүгіру, тәрбиешінің белгісі бойынша бір орында тұрып шыр айнала бұрылуға жаттықтыру, гимнастикалық адыммен жүру. Орындықтан секіріп түсуді, биіктікке секіруді үйрету. Бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршық ішіне лақтыруды үйрету.                 | Арқан, жіп, өрілген жіп, шығыршық.                                                                       | 1 |
| 44 | Тізбекпен жүру, арқан, жіп үстінен тура, бүйірмен жүру, ирелендеп жүгіру, белгі бойынша бағытты өзгерте баяу жүгіру, бір аяқтан екінші аяққа кезектестіре секіре жүгіру, тәрбиешінің белгісі бойынша бір орында тұрып шыр айнала бұрылуға жаттықтыру, гимнастикалық адыммен жүру. Бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршық ішіне лақтыруды үйрету. Қолды жерге тигізбей шығыршықтан тура және бір бүйірмен өтуді үйрету. | Арқан, жіп, өрілген жіп, шығыршық.                                                                       | 1 |
| 45 | Тізбекпен жүру, арқан, жіп үстінен тура, бүйірмен жүру, ирелендеп жүгіру, белгі бойынша бағытты өзгерте баяу жүгіру, бір аяқтан екінші аяққа кезектестіре секіре жүгіру, тәрбиешінің                                                                                                                                                                                                                                   | Арқан, жіп, өрілген жіп, шығыршық.                                                                       | 1 |



|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                        |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---|
|    | <p>белгісі бойынша бір орында тұрып шыр айнала бұрылуға жаттықтыру, гимнастикалық адыммен жүру. Орындықтан секіріп түсуді, биіктікке секіруді үйрету. Бір қолмен дорбашаны төменнен шығыршық ішіне лақтыруды үйрету. Алған білімдерін бекіту.</p>                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                        |   |
| 46 | <p>Бір тізбекпен жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша аяқтың ұшымен, өкшемен, белгі бойынша шыр айнала бұрылып жүру, заттардың арасынан шашырай, 2 минутқа дейін жүгіру. Бұрыштарда шыр айнала бұрылып жүру, тізбекпен келе жатып бір-бірден жан-жаққа тарауға, қолды жерге тигізбей шығыршықтан тура және бүйірмен өтуге жаттықтыру. Кедір-бұдыр тақтай үстімен жүруді, гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға биіктіктен секіріп түсуді үйрету.</p>                                         | Кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық орындық, доп.                        | 1 |
| 47 | <p>Музыка әуенімен тізбекте бір-бірден жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша аяқтың ұшымен, өкшемен, белгі бойынша шыр айнала бұрылып жүру, шашырай, ирелеңдеп 2 минутқа дейін жүгіруге, кедір-бұдыр тақтай үстімен жүруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға сәл бүгілген аяқпен жайлап секіріп түсуді бекіту.</p>                                                                                                                                                            | Кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық орындық, доп.                        | 1 |
| 48 | <p>Бір тізбекпен жүру, тәрбиешінің белгісі бойынша аяқтың ұшымен, өкшемен, белгі бойынша шыр айнала бұрылып жүру, заттардың арасынан шашырай, 2 минутқа дейін жүгіру. Бұрыштарда шыр айнала бұрылып жүру, тізбекпен келе жатып бір-бірден жан-жаққа тарауға, қолды жерге тигізбей шығыршықтан тура және бүйірмен өтуге жаттықтыру. Гимнастикалық орындықтан белгіленген орынға сәл бүгілген аяқпен жайлап секіріп түсуді бекіту.</p>                                                            | Кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық орындық, доп.                        | 1 |
| 49 | <p>Тізбекпен тізені жоғары көтере адымдап, сырғанап «шаңғышылар» қимылы, тапсырманы баяу, шапшаң қалыпта орындай жүруге жаттықтыру, қимыл үйлесімділігін дамыту. Шаңғымен қатарға тұру, аяқты-аяққа тақап қойып жүру. Шаңғышы жүрісін имитациялау, «қарлы кедергілерді» секіре асып жүгіру. Қар кесегін нысанаға иық тұсынан оң-сол қолмен лақтыру. Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын қар кесегін артынан қолдан-қолға ауыстыра жүруді, жүгіріп келіп ұзындыққа секіруді үйрету.</p> | Гимнастикалық орындық, мақта қар кесегі, құм дорбаша, доптар.          | 1 |
| 50 | <p>Тізбекпен тізені жоғары көтере адымдап, сырғанап «шаңғышылар» қимылы, тапсырманы баяу, шапшаң қалыпта орындай жүруге жаттықтыру, қимыл үйлесімділігін дамыту. Шаңғымен қатарға тұру, аяқты-аяққа тақап қойып жүру. Шаңғышы жүрісін имитациялау, «қарлы кедергілерді» секіре асып жүгіру. Жүгіріп келіп, ұзындыққа секіруді бекіту.</p>                                                                                                                                                       | Гимнастикалық орындық, мақта қар кесегі, құм дорбаша, доптар, доғалар. | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                               |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---|
|    | Қатарынан қойылған доғаның астымен қолына доп ұстап, еңбектеп өтуді үйрету.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                               |   |
| 51 | Тізбекпен тізені жоғары көтере адымдап, сырғанай «шаңғышылар» қимылы, тапсырманы баяу, шапшаң қалыпта орындай жүруге жаттықтыру, қимыл үйлесімділігін дамыту.<br>Шаңғымен қатарға тұру, аяқты-аяққа тақап қойып жүру. Шаңғышы жүрісін имитациялау, «қарлы кедергілерді» секіре асып жүгіру. Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын қар кесегін артынан қолдан-қолға ауыстыра жүруді, жүгіріп келіп ұзындыққа секіруді үйрету. | Гимнастикалық орындық, мақта қар кесегі, құм дорбаша, доптар. | 1 |
| 52 | Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапқа тұру, аяқты-аяққа тақап қойып алға, шетке қарай жүруге, тізені жоғары көтере, қос санын сабалай баяу жүгіруді жүрумен алмастыру, қимылды өз жұбымен келесі орындауға жаттықтыру. Қатарынан қойылған доғаның астымен қолына доп ұстап, еңбектеп өтуді бекіту. Допты қос қолдап заттар арасымен алып жүруді үйрету.                                                                            | Атрибуттар, доға, доптар.                                     | 1 |
| 53 | Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапқа тұру, аяқты-аяққа тақап қойып алға, шетке қарай жүруге, тізені жоғары көтере, екі санды сабалай баяу жүгіруді жүрумен алмастыру, қимылды өз жұбымен келесі орындауға жаттықтыру. Допты қос қолдап заттар арасымен алып жүруді бекіту. 3-4 доғаның астымен төрттағандап допты басымен итеріп еңбектеуді үйрету.                                                                               | Атрибуттар, доға, доптар.                                     | 1 |
| 54 | Қолды екі жаққа созып, бір қатар сапқа тұру, аяқты-аяққа тақап қойып алға, шетке қарай жүруге, тізені жоғары көтере, екі санды сабалай баяу жүгіруді жүрумен алмастыру, қимылды өз жұбымен келесі орындауға жаттықтыру. Допты қос қолдап заттар арасымен алып жүруді бекіту. 3-4 доғаның астымен төрттағандап допты басымен итеріп еңбектеуді пысықтау.                                                                             | Атрибуттар, доға, доптар.                                     | 1 |
| 55 | Жүру барысында жұптасып, қайта сапқа тұру, конькиші жүрісін имитациялау, адымдап жүру. Жұптасып түрлі жылдамдықпен тоқтамай жүгіруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындық үстімен арқаға дорба іліп алып еңбектеуді, жүгіріп келіп биіктікке секіруді, сақинаны лақтырып, таяққа кигізуді үйрету. Көз мөлшері, ептілік және қимыл белсенділігін дамыту.                                                                                | Қимылды ойын бетпердесі, жіп, сақина.                         | 1 |
| 56 | Жүру барысында жұптасып, қайта сапқа тұру, конькиші жүрісін имитациялау, адымдап жүру. Жұптасып түрлі жылдамдықпен тоқтамай жүгіруге жаттықтыру. Гимнастикалық орындық үстімен арқаға дорба іліп алып еңбектеуді, жүгіріп келіп биіктікке секіруді, сақинаны лақтырып, таяққа кигізуді үйрету. Көз мөлшері, ептілік және қимыл белсенділігін дамыту.                                                                                | Қимылды ойын бетпердесі, жіп, сақина, гимнастикалық орындық.  | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                  |   |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 57 | Жүру барысында жұптасып, қайта сапқа тұру, конькиші жүрісін имитациялау, адымдап жүру. Жұптасып түрлі жылдамдықпен тоқтамай жүгіруге жаттықтыру. Қимыл блсенділігін дамыту, қызығушылығын арттыру.                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Қимылды ойын бетпердесі, жіп, сақина, гимнастикалық орындық.                                     | 1 |
| 58 | Зал бойы бұрыштарды кеспей, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру, сапқа тұру, бір саптан үш сапқа тұру, қолды алға созып, сап түзеу, шашырап, ирелендеп, белгі бойынша бастаушыны ауыстыра жүгіруге жаттықтыру. Тепе-теңдік сақтай еңкейтілген тақтай үстімен аяқты-аяққа тақап қойып жүруді, допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыруды үйрету. Ептілік пен қимыл белсенділігін дамыту.                                                                                                         | Еңкейтіліп қойылған тақтай, дорба, жалаушалар, қимылды ойындардың бетперделері.                  | 1 |
| 59 | Зал бойы бұрыштарды кеспей, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру, сапқа тұру, бір саптан үш сапқа тұру, қолды алға созып, сап түзеу, шашырап, ирелендеп, белгі бойынша бастаушыны ауыстыра жүгіруге жаттықтыру. Тепе-теңдік сақтай еңкейтілген тақтай үстімен аяқты-аяққа тақап қойып жүруді, допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыруды үйрету. Гимнастикалық орындық үстімен арқаға дорбаны іліп алып, екі қолмен тартылып жылжуды, допты бір-біріне қос қолмен бастан асыра лақтыруды үйрету. | Еңкейтіліп қойылған тақтай, дорба, жалаушалар, қимылды ойындардың бетперделері, жалаушалар.      | 1 |
| 60 | Зал бойы бұрыштарды кеспей, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру, сапқа тұру, бір саптан үш сапқа тұру, қолды алға созып, сап түзеу, шашырап, ирелендеп, белгі бойынша бастаушыны ауыстыра жүгіруге жаттықтыру. Ептілік пен қимыл белсенділігін дамыту.                                                                                                                                                                                                                                                   | Еңкейтіліп қойылған тақтай, дорба, жалаушалар, қимылды ойындардың бетперделері, жалаушалар.      | 1 |
| 61 | Денені түзу ұстап, еркін жүру, жүгіру, үш қатар сап құрып, қолды алға соза сапты түзеу, «жыланша» ирелендеп бағдарсыз жүру, орта қарқында белгі бойынша жүру, жүруді жүгірумен алмастыру. Көтеріңкі қойылған заттың үстімен жүруді, шахмат тәрізді қойылып, құм толтырылған доптар үстінен қос аяқтап секіру.                                                                                                                                                                                    | Көтеріңкі зат(тақтай), құм толтырылған қапшықтар, қысқа таяқшалар.                               | 1 |
| 62 | Денені түзу, тізені, жамбасты көтере еркін, қолды түрлі қалыпта ұстап ритмикалық жүру, жүгіруді, тізбекте келе жатып, үш қатар сапқа тұруды, «жыланша» ирелендеп бағдарсыз жүруді, орта қарқында, белгі бойынша жүрумен алмастыра жүгіруге жаттықтыру. Өрмелеп гимнастикалық қабырғаға ауысу және сатыларды жібермей төменге түсуді үйрету. Екі аяқпен шахмат тәрізді қойылып, құм толтырылған доптар үстінен қос аяқтап секіру. Қимылды музыкаға сәйкес орындауға үйрету.                       | Көтеріңкі зат(тақтай), құм толтырылған қапшықтар, қысқа таяқшалар, себет, гимнастикалық қабырға. | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                  |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 63 | Денені түзу, тізені, жамбасты көтере еркін, қолды түрлі қалыпта ұстап ритмикалық жүру, жүгіруді, тізбекте келе жатып, үш қатар сапқа тұруды, «жыланша» ирелеңдеп бағдарсыз жүруді, орта қарқында, белгі бойынша жүрумен алмастыра жүгіруге жаттықтыру. Көтеріңкі заттың үстімен жүруді, екі аяқпен шахмат тәрізді қойылған, толтырылған доптар үстінен қос аяқтап секіруді үйрету. Жүгіру кезінде балалардың дене сымбатына көңіл аудару. | Көтеріңкі зат(тақтай), құм толтырылған қапшықтар, қысқа таяқшалар, себет, гимнастикалық қабырға. | 1 |
| 64 | Үш метр жерге дейін көзді жұмып жүруге, қолды жан-жаққа соза шеңбер құрып тұруға, ұзын «жыланша» ирелеңдеп жүгіуге және белгі бойынша жартылай отыру, тез тұрып, жүгіруді жалғастыруға жаттықтыру.Еңкейтілген тақтай үстіне жүгіріп шығып, төмен қарай адымдап түсуді, оң және сол аяқты кезектестіре секіруді, музыкаға сәйкес бейнелі қимылдарды жасап көрсетуді үйрету.                                                                | Еңкейтілген тақтай, шығыршықтар, қимылды ойынның бетпердесі.                                     | 1 |
| 65 | Үш метр жерге дейін көзді жұмып жүруге, қолды жан-жаққа соза шеңбер құрып тұруға, ұзын «жыланша» ирелеңдеп жүгіуге және белгі бойынша жартылай отыру, тез тұрып, жүгіруді жалғастыруға жаттықтыру.Тізбекте тізерлеп тұрып, допты бір-біріне қос қолмен басынан асыра лақтыруды үйрету.                                                                                                                                                    | Доптар, шығыршықтар, қимылды ойын бетперделері.                                                  | 1 |
| 66 | Үш метр жерге дейін көзді жұмып жүруге, қолды жан-жаққа соза шеңбер құрып тұруға, ұзын «жыланша» ирелеңдеп жүгіуге және белгі бойынша жартылай отыру, тез тұрып, жүгіруді жалғастыруға жаттықтыру.Тізбекте тізерлеп тұрып, допты бір-біріне қос қолмен басынан асыра лақтыруды үйрету, музыкаға сәйкес бейнелі қимылдарды жасап көрсетуді үйрету.                                                                                         | Доптар, шығыршықтар, қимылды ойын бетперделері.                                                  | 1 |
| 67 | Жіпті екі қолға кезек-кезек ауыстыра ұстап, кең адыммен жүруге жаттықтыру. Жүру барысында сапқа тұру, 2-3 сап құрып тұру, аяқты түзу алға сермей, кең адымдап жүгіру, жеңіл жүгіру, кеңістікті бағдарлай білуге үйрету. Еденде созылып жатқан арқан үстімен бір қырымен жүру. Шапшаңдылыққа үйрету.                                                                                                                                       | Арқан, доптар, атрибуттар, жіп.                                                                  | 1 |
| 68 | Тепе-теңдік сақтап, қолды желке тұсында ұстап жүру. Бір қатар саптан төрт қатарға тұру. Аралыққа жүгіруге жаттықтыру. Музыка ырғағына сәйкес өзіндік би қимылдарын ойлап табу және оны орындатуға ынталандыру.<br><br>Еңкейтілген тақтай үстімен денені түзу ұстап жүру. Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту. Қатарынан қойылған таяқшалардан секіру.                                                             | Арқан, доптар, атрибуттар, жіп, тақтайшалар.                                                     | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                     |   |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 69 | Жіпті екі қолға кезек-кезек ауыстыра ұстап, кең адыммен жүруге жаттықтыру. Жүру барысында сапқа тұру, 2-3 сап құрып тұру, аяқты түзу алға сермей, кең адымдап жүгіру, жеңіл жүгіру, кеңістікті бағдарлай білуге үйрету. Қолды шеңбердің жоғары шетіне тигізбей, оң және сол жақ бүйірімен шығыршықтан өтуді үйрету.                                                                                | Арқан, шығыршық, атрибуттар.                                                        | 1 |
| 70 | Жүгірумен жүруді алмастыру, бір қатар саптан бірнеше қатар сапқа тұру, қолды созу арқылы арақашықтықты сақтау. Екі шеңбер бойы, аяқтың ұшымен бір-біріне қарама-қарсы жеңіл, кібіртектеп жүгіру. Қолды шеңбердің жоғары шетіне тигізбей, оң және сол жақ бүйірмен, шығыршықтан өтуді бекіту.                                                                                                       | Шығыршық, резеңке және толтырылған доптар, атрибуттар.                              | 1 |
| 71 | Жіпті қол ауыстыра ұстап үлкен адыммен жүруге, бір қатар саптан бірнеше қатар сапқа тұру, қолды созу арқылы арақашықтықты сақтау. Аяқты түзу алға сермей, кең адымдап жүгіруге, жеңіл жүгіруге, музыкаға сәйкес ритммен жүруге жаттықтыру. Дене сымбаттылығын қалыптастыру мақсатында жұмыс жасау.                                                                                                 | Резеңке доптар, арқан, баспалдақ, атрибуттар, құм толтырылған доптар.               | 1 |
| 72 | Жіпті қол ауыстыра ұстап үлкен адыммен жүруге, бір қатар саптан бірнеше қатар сапқа тұру, қолды созу арқылы арақашықтықты сақтау. Аяқты түзу алға сермей, кең адымдап жүгіруге, жеңіл жүгіруге, музыкаға сәйкес ритммен жүруге жаттықтыру. Дене сымбаттылығын қалыптастыру мақсатында жұмыс жасау. Допты қос қолдап алға қарай алып жүруге, арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеуге үйрету. | Резеңке доптар, арқан, баспалдақ, атрибуттар, құм толтырылған доптар.               | 1 |
| 73 | Тәрбиеші белгісі бойынша қолды түрлі қалыпта ұстап жүру. Басқа қимыл түрлерімен үйлестіре жүгіру. Жүгіру барысында бір саптан үш сапқа тұру. Түрлі жануарлардың қимылын бейнелей білу дағдыларын дамыту. Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеуді бекіту.                                                                                                                                    | Гимнастикалық орындық, құм дорбашалар, ұзын секіртпе, текшелер, қимылды бетпердесі. | 1 |
| 74 | Тәрбиешінің белгісі бойынша секіру, жүреден отыру, тоқтау, басқа қимыл түрлерімен жүгіру. Жануарлар қимылын бейнелей білу дағдыларын дамыту. Ұзын секіртпеден қос аяқтап бекіту.                                                                                                                                                                                                                   | Гимнастикалық орындық, құм дорбашалар, ұзын секіртпе, текшелер, қимылды бетпердесі  | 1 |
| 75 | Белгі бойынша тоқтау, жүгіру барысында бір саптан 3 сапқа тұрып жаттықтыру. Жануарлар қимылын бейнелей білу дағдыларын дамыту. Басқа дорбаша қойып, гимнастикалық орындық үстімен дене-тұлғаны түзу ұстап жүруге үйрету.                                                                                                                                                                           | Гимнастикалық орындық, құм дорбашалар, ұзын секіртпе, текшелер, қимылды бетпердесі  | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                          |   |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---|
| 76 | Бастаушыны ауыстыра отырып, қарқынды өзгерте оңға, солға аяқты-аяққа таяп қойып жүгіру, бір қатардан екі қатарға тұру және қайта кері тұру. Өкшеден аяқтың ұшына ауыса, баяу белгі бойынша секіре бұрылып жүгіруге, би қимылдарын орындауға жаттықтыру.                                                                                                                                                      | Кеспек ағаш, үлкен гимнастикалық доптар, еңкейтілген тақтай, атрибуттар. | 1 |
| 77 | Бір қатардан екі қатарға тұру, кері тұру. Өкшелен аяқтың ұшына ауыса, жай, белгі бойынша секіре бұрылып жүгіруге, би қимылдарын орындауға жаттықтыру. Тізерлеп тұрып допты бір-біріне қос қолымен басынан асыра лақтыруды үйрету.                                                                                                                                                                            | Атрибуттар, кеспек ағаш, үлкен гимнастикалық доптар.                     | 1 |
| 78 | Бастаушыны ауыстыра отырып, қарқынды өзгерте оңға, солға аяқты-аяққа таяп қойып жүгіру, бір қатардан екі қатарға тұру және қайта кері тұру. Өкшеден аяқтың ұшына ауыса, баяу белгі бойынша секіре бұрылып жүгіруге, би қимылдарын орындауға жаттықтыру. Шахмат тәрізді қойылған кеспек ағаштардың үстінен қос аяқпен секіруді бекіту. Шапшаңдылыққа үйрету.                                                  | Атрибуттар, кеспек ағаш, үлкен гимнастикалық доптар.                     | 1 |
| 79 | Бір қатар сапқа тұру, бірінші, екінші, үшіншіге есептеу, аяқты-аяққа тақап қойып түзелу. Музыкалық белгі бойынша қимыл бағытын өзгерте жүгіру. Қос аяқтап алға қарай жылжи секіру. Түрлі жүрулер: байсалды адымдап, аяқтан аяққа ауыса секіре, маршпен жүруге жаттықтыру. Қос аяқтап оң жаққа 180 градусқа бұрылып, содан соң сол жаққа бұрылып секіруді, шығыршықты домалату және оның ішінен өтуді үйрету. | Әр балаға орындық, шығыршық, атрибуттар.                                 | 1 |
| 80 | Түрлі жүрулер: байсалды адымдап, аяқтан аяққа ауыса секіре, маршпен жүруге жаттықтыру. Еңкейтілген бөрене үстімен дене тұлғасын түзу ұстап, тепе-теңдік сақтап жүруді, шығыршықты домалатып және оның ішінен өтуді, қолды ауыстыра отырып, гимнастикалық орындық үстімен допты домалатуды үйрету.                                                                                                            | Әр балаға орындық, шығыршық, атрибуттар.                                 | 1 |
| 81 | Бір қатар сапқа тұру, бірінші, екінші, үшіншіге есептеу, аяқты-аяққа тақап қойып түзелу. Музыкалық белгі бойынша қимыл бағытын өзгерте жүгіру. Қос аяқтап алға қарай жылжи секіру. Түрлі жүрулер: байсалды адымдап, аяқтан аяққа ауыса секіре, маршпен жүруге жаттықтыру. Елтілікке және қимылды ойындарды шапшаң ойнауға дағдыландыру.                                                                      | Гимнастикалық орындық, құрсау, атрибуттар.                               | 1 |
| 82 | Тізбекте бір-бірден жүру. Өздігінен бір және екі шеңберге тұру. Тізені бүге, жартылай отырып жүру. Тапсырмаларды орындай, заттардың арасымен жүгіру. Шектеулі зат үстімен адымдап, аяқтың ұшымен жүру кезінде денені тік ұстап, тепе-теңдік сақтап жүруді бекіту. Арқаннан ұстап тұрып, адымдап жүруді үйрету.                                                                                               | Гимнастикалық орындық, бөрене, арқан, қимылды ойын бетперделері.         | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                     |   |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 83 | Өздігінен бір, екі шеңберге тұру. Тізені бүге, жартылай отырып жүру. Музыка ырғағына сәйкес өздігінен ұлттық билердің қарапайым қимылдарын орындауға жаттықтыру. Арқаннан ұстап тұрып, аяқпен адымдау. Дорбашаны бір қолмен шығыршыққа лақтыру.                                                                                                                       | Гимнастикалық орындық, бөрене, арқан, қимылды ойын бетперделері.                    |   |
| 84 | Тізбекте бір-бірден жүру. Өздігінен бір және екі шеңберге тұру. Тізені бүге, жартылай отырып жүру. Тапсырмаларды орындай, заттардың арасымен жүгіру. Шектеулі зат үстімен адымдап, аяқтың ұшымен жүру кезінде денені тік ұстап, тепе-теңдік сақтап жүруді бекіту. Арқаннан ұстап тұрып, адымдап жүруді үйрету. Иық, мойын, аяқ бұлшықеттерін дамыту.                  | Еңкейтіліп қойылған тақтай, шығыршық, атрибуттар.                                   | 1 |
| 85 | Тізені бүкпей, аяқты түзу, нық басып жүру. «Жыланша ирелеңдеп» жүгіру. Жұптасып тұру және қайта сапқа тұру. Жай жүгіруден жүруге ауысу. Гимнастикалық шығыршықпен жұмыс: ілініп тұру, теңселу, ыршып түсу, допты қос қолмен жоғары лақтыру, алақанды шапалақтап, допты қағып алу дағдыларын бекіту.                                                                   | Еңкейтіліп қойылған тақтайшалар, атрибуттар, шығыршық.                              | 1 |
| 86 | Таяқшаны артта, қолтық астынан өткізіп, арқаға тақап, иықты тік ұстап жүру. Сапта бір-бірден тұрып, сапқа үштен тұру. 120-200 м-ге 2-3 реттен жүрумен алмастыра жүгіру. Музыкаға сәйкес қолұстасып, жұптасып жүру, жүгіруге жаттықтыру. Берілген жерге дейін жарыса еңбектеп жүру, гимнастикалық орындық астынан өту. Жүру кезінде қол мен аяқты үйлесімді қимылдату. | Гимнастикалық орындық, гимнастикалық таяқша, доптар, қысқа секіртпе, резеңке таспа. | 1 |
| 87 | Тепе-теңдік сақтап, қолды желке тұсында ұстап жүру. Бір қатар саптан төрт қатарға тұру. Аралыққа жүгіруге жаттықтыру. Музыка ырғағына сәйкес өзіндік би қимылдарын ойлап табу және оны орындатуға ынталандыру. Еңкейтілген тақтай үстімен денені түзу ұсынап жүруді қадағалау.                                                                                        | Кегли, еңкейтілген тақтай, саты, таяқшалар, атрибуттар.                             | 1 |
| 88 | Қолды желке тұсында ұстап, тепе-теңдік сақтап жүру. Бір қатар тізбекпен келе жатып, төрт қатар тізбекпен жүру. Аралыққа жүгіруге жаттықтыру. Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту. 3-4 м қашықтықтан дорбашаны себетке лақтыру. Допты жоғары лақтырып, бір қолмен қағып алу.                                                                   | Кегли, еңкейтілген тақтай, саты, таяқшалар, атрибуттар, әр балаға 2 құм дорбаша.    | 1 |
| 89 | Бағытты өзгерте заттардың арасымен жүру. Бір қатар тұру, қатарда тұрып орында оңға, солға бұрлу. Ирелеңдеп жүгіру. Ұстау және жалтара жүгіру. Музыкаға сәйкес адымды шапалақпен үйлестіре жүруге жаттықтыру. Екі жағынан қозғалтпай ұстап тұрған және теңселіп тұрған                                                                                                 | Заттар (ойыншықтар), шығыршық, секіртпе, ілулі арқан, кедергілер, доға, атрибуттар. | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                       |   |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | секіртпеден секіруді бекіту.                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                       |   |
| 90 | Бір қатарға тұру, қатарда тұрып орында оңға, солға бұрылу. Музыкаға сәйкес еркін ұлттық би элементтерін , би қимылдарын орындау. Гимнастикалық шығыршықпен жұмыс: ілініп тұру, теңселу, ыршып түсу. Гимнастикалық қабырғаға іліне тұрып, аяқты алға, жан-жаққа созу, біріктіру. | Доп, гимнастикалық шығыршықпен, гимнастикалық қабырға, шығыршық, толтырылған кіші доптар, атрибуттар. | 1 |