

«Келісілді»
«Балапан» балалар бөбекжай
бақшасының әдіскері
А.К.Бельгибаева 
«24» 09 2025ж

«Бекітемін»
«Балапан» балалар бөбекжай
бақшасының менгерушісі
К.А.Нурмағанова 
«29» 09 2025ж



Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасының негізінде «Болашақ» жас ерекшелігі әртүрлі жастағы балалар тобының ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Дене тәрбие нұсқаушысы: Жетписбаева С.Т

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2025 - 2026 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы:МКҚК «Балапан»балалар бөбекжай-бақшасы

Топ: «Болашақ» жас ерекшелігі әртүрлі жастағы балалар тобы

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар,4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі:2025 оқу жылы Қыркүйек

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 3 жас	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 4 жас
Қыркүйек	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Негізгі қимылдар: Жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру; әртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру: қол ұстасып, арқаннан ұстап, тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру,	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. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен, содан кейін ұшымен қою, топылдату. 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. бір-бірден сапқа тұру Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту.

		еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге үйрету. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Балаларды сыртқы келбетін бақылауға үйрету; сабынды дұрыс қолдануды, қолды, бетті, құлақты тазалап жууды, жуынғаннан кейін құрғатып сүртуді, орамалды орнына ілуді, тарақты және қол орамалды пайдалануды үйрету. Үстел басында мәдениетті тамақтану дағдыларын қалыптастыру: ас қасықпен шәй қасықты, шанышқыны, майлықты дұрыс қолдану; нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып, шайнау, ауызды толтырып сөйлемей. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, тісті тазалауға, ұқыптылыққа, киіміндегі олқылықтарды байқауға, оларды ересектің көмегімен немесе өз бетінше реттеуге, ас ішу	Дербес қимыл белсенділігі: Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Тамақтану тәртібін сақтаудың және көгөністер мен жемістердің, дәрумендердің адам ағзасына пайдасы туралы түсінік беру. 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, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.
--	--	---	--

		құралдарын орнымен қолдануға баулу. Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Сезім мүшелерін ажыратуға және атауға (көз, құлақ, мұрын, ауыз) үйрету, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру (ұсақ заттарды құлаққа, мұрынға тықпау). Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Тыныс алу жаттығуларын жүргізу.	
--	--	--	--

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы негізінде 2025 - 2026 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Білім беру ұйымы:МКҚК «Балапан»балалар бөбекжай-бақшасы

Топ: «Болашақ» жас ерекшелігі әртүрлі жастағы балалар тобы

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар,4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: 2025 оқу жылы Қазан

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 3 жас	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 4 жас
Қазан	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар. Орнында жүру. Бастапқы қалыпта тұрып, сол (оң) аяқтың тізесін (заттан ұстап) бүгу. Таяныштан ұстап отыру, аяқтың ұшымен тұрып, тартылу. Аяқтың өкшесін алға қою. Аяқтың бақайларын қимылдату (отырып). Негізгі қимылдар: Жүру. Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру, шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. Мәдени-гигиеналық дағдылар. Киіміндегі ұқыпсыздықты байқап, оны өз бетінше, ересектердің көмегімен жоюға, қол орамалды пайдалануға үйретуді жалғастыру. Киініп-шешіну кезінде киімдерін белгілі тәртіппен киюге және шешуге, ілгектің әр түрлерін қолдана білуді жаттықтыру. Киімдерді шкафқа немесе орындыққа ұйқыға жатар алдында ұқыпты жинау білігін бекіту. Жолдасының киіміндегі ұқыпсыздықты көруге және оған өз көмегін ұсынуға үйрету. Жеңдерін өз бетімен түру, жуыну кезінде киімді суламау, жуыну кезінде суды шашыратпау білігін бекіту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары:	Жалпы дамытушы жаттығулар. Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Негізгі қимылдар: Тепе-теңдікті сақтау. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр), арқан бойымен жүру, тура жолмен, бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен жүру. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге үйрету. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Балаларды сыртқы келбетін бақылауға үйрету; сабынды дұрыс қолдануды,қолды, бетті, құлақты тазалап жууды,

		балаларды серуен кезінде ультракүлгін сәуленің әсерінен ауа, су шараларының үйлесімділігімен шынықтыру; Дербес қимыл белсенділігі. Ересектердің көрсетуі бойынша кейбір қимылдарды орындайды, қимыл белсенділігіне жағымды эмоциялық қарым-қатынас білдіреді, бұрын игерген қимылдарды өздігінен орындай алады. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедке отырғызу, ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсіру, ересектердің көмегімен және өзбетімен рөлді басқару;	жуынғаннан кейін құрғатып сұртуді, орамалды орнына ілуді, таракты және қол орамалды пайдалануды үйрету. Үстел басында мәдениетті тамақтану дағдыларын қалыптастыру: ас қасықпен шәй қасықты, шанышқыны, майлықты дұрыс қолдану; нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып, шайнау, ауызды толтырып сөйлемеу. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, тісті тазалауға, ұқыптылыққа, киіміндегі олқылықтарды байқауға, оларды ересектің көмегімен немесе өз бетінше реттеуге, ас ішу құралдарын орнымен қолдануға баулу. Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Сезім мүшелерін ажыратуға және атауға (көз, құлақ, мұрын, ауыз) үйрету, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру (ұсақ заттарды құлаққа, мұрынға тықпау). Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Тыныс алу жаттығуларын жүргізу.
--	--	---	--

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2025 - 2026 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Білім беру ұйымы:МКҚК «Балапан»балалар бөбекжай-бақшасы

Топ: «Болашақ» жас ерекшелігі әртүрлі жастағы балалар тобы

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар,4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: 2025 оқу жылы Қараша

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 3 жас	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 4 жас
Қараша	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар Доптарды бір қолынан екінші қолына салу,алдына,артқа апару,басынан Жоғары көтеру;қолдарына лдына немесе басынан жоғары,артына апарып шапалақтау;допты бір-біріне басынан жоғары(артқа және алға)беру,жан-жаққа(солға-оңға) бұрылу;аяқтың ұшына көтерілу,аяқты алға қарай қою,аяқты жан-жаққа,артқа қою; Негізгі қимылдар: Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5—2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру (1-1,5 метр қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5—2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. Қимылды ойындар Кеңістікті бағдарлауға,«жүгір»,«құста»,«тұр»белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу.Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру,тамақтану,жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру.	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. 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. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау

		Балаларды сыртқы келбетін ақылауға үйрету;сабынды дұрыс қолдануды,қолды,бетті,кұлақты тазалап жууды,жуынғаннан кейін құрғатып сүртуді,орамалды орнына ілуді,тарақты және қол орамалды пайдалануды үйрету. Үстел басында мәдениетті тамақтану дағдыларын қалыптастыру: ас қасық пен шәй қасықты,шанышқыны,майлықты дұрыс қолдану;нанды үгітпеу,тамақты ауызды жауып,шайнау,ауызды толтырып сөйлемей. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге,тісті тазалауға,ұқыптылыққа,киіміндегі ол қылықтарды байқауға,оларды ересектің көмегімен немесе өз бетінше реттеуге,ас ішу құралдарын орнымен қолдануға баулу. Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Денсаулықтың құндылығы туралы түсінікті дамыту;ауырмауға,денсаулықты сақтауға ынталандыру, «салауатты өмір салты» және оны ұстану туралы алғашқы үсініктер беру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Серуенде қимылды ойындармен дене жаттығуларына қатысуға қызығушылықты арттыру	Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту. 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. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау, Дене тәрбиесі құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру 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, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю.
--	--	--	--

			Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.
--	--	--	---

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2025 - 2026 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы:МКҚК «Балапан»балалар бөбекжай-бақшасы

Топ: «Болашақ» жас ерекшелігі әртүрлі жастағы балалар тобы

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар,4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: 2025 оқу жылы Желтоқсан

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 3 жас	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 4 жас
Желтоқсан	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта);аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта);қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Негізгі қимылдар: Еңбектеу, өрмелеу. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу, еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр), көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр). Қимылды ойындар Кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Отырғанқалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. 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 басқаұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Негізгі қимылдар: Еңбектеу, өрмелеу: 10 метрге 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. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау.

Спорттық жаттығулар:
Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау.

Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру.
Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Балаларды сыртқы келбетін бақылауға үйрету; сабынды дұрыс қолдануды, қолды, бетті, құлақты тазалап жууды, жуынғаннан кейін құрғатып сүртуді, орамалды орнына ілуді, таракты және қол орамалды пайдалануды үйрету. Үстел басында мәдениетті тамақтану дағдыларын қалыптастыру: ас қасықпен шәй қасықты, шанышқыны, майлықты дұрыс қолдану; нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып, шайнау, ауызды толтырып сөйлемей.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.
Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, тісті тазалауға, ұқыптылыққа, киіміндегі олқылықтарды байқауға, оларды ересектің көмегімен немесе өз бетінше реттеуге, ас ішу құралдарын орнымен қолдануға

Қимылды ойындар.
Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту.

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.

Дербес қимыл белсенділігі:
Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау, Дене тәрбиесі құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру

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, тісін тазалауға үйрету. Таракты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту.

Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.
Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту.

Сауықтыру-шынықтыру шаралары:
Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.

		баулу. Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Денсаулықтың құндылығы туралы түсінікті дамыту; ауырмауға, денсаулықты сақтауға ынталандыру, «салауатты өмір салты» және оны ұстану туралы алғашқы түсініктер беру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтыру шараларын жүргізуде балалардың денсаулық жағдайын ескере отырып, жеке тәсілді жүзеге асыру. Шынықтыру шараларын жүргізу, жаттығулар мен массаж жасау.	
--	--	---	--

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2025 - 2026 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы:МКҚК «Балапан»балалар бөбекжай-бақшасы

Топ: «Болашақ» жас ерекшелігі әртүрлі жастағы балалар тобы

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар,4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: 2026 оқу жылы Қаңтар

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 3 жас	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 4 жас
Қаңтар	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар Қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); Аяқты бұғу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптанбұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). Отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы кадаммен жүру. Негізгі қимылдар: Секіру. Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып, құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру, 15-20 сантиметр биіктіктен секіру, ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру, сызықтан секіру, тұрған орнынан ұзындыққа сантиметр қашықтыққа секіру. Қимылды ойындар Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына апару: қолдарды төмен түсіру; белге қою, кеуде тұсына қою; қолдарын алға-артқа сермеу; 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. 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;48 аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Шаңғымен жүру: шаңғымен бірінің артынан бірі жүру; ересектердің көмегімен шаңғыны киіп, шешу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерінсаналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру:

		енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбедеңсырғанау. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларынқалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Балаларды сыртқы келбетін бақылауға үйрету; сабынды дұрыс қолдануды,қолды, бетті, құлақты тазалап жууды, жуынғаннан кейін құрғатып сүртуді, орамалды орнына ілуді, тарақты және қол орамалды пайдалануды үйрету. Үстел басында мәдениетті тамақтану дағдыларын қалыптастыру: ас қасықпен шәй қасықты, шанышқыны, майлықты дұрыс қолдану; нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып, шайнау, ауызды толтырып сөйлемей Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, тісті тазалауға, ұқыптылыққа, киіміндегі олқылықтардыбайқауға, оларды	Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Дербес қимыл белсенділігі: Балалардың доптармен, қозғалатын ойыншықтармен, құрсаулармен ойындарын қолдау, Дене тәрбиесі құралдарын, спорттық және қимылды ойындарға арналған атрибуттарды пайдалануға ынталандыру 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, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.
--	--	---	---

		ересектің көмегімен немесе өз бетінше реттеуге, ас ішу құралдарын орнымен қолдануға баулу. Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының пайдасы туралы түсінік қалыптастыру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.	
--	--	--	--

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2025 - 2026 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы:МКҚК «Балапан»балалар бөбекжай-бақшасы

Топ: «Болашақ» жас ерекшелігі әртүрлі жастағы балалар тобы

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар,4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: 2026 оқу жылы Ақпан

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 3 жас	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 4 жас
Ақпан	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен);заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта);аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта);отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы кадаммен жүру. Негізгі қимылдар: Сапқа тұру, қайта сапқа тұру. Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау.	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолдарын алға-артқа сермеу; қолды иыққа қойып, шынтақтарын бүгіп, қолдарын айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу.Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Қатарынан 4-5 рет жартылайотыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Негізгі қимылдар: Лақтыру, домалату, қағып алу: заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан), 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет). Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар. Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын

		Қимылды ойындар Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбедеңсырғанау. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларын қалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Балаларды сыртқы келбетін бақылауға үйрету; сабынды дұрыс қолдануды, қолды, бетті, құлақты тазалап жууды, жуынғаннан кейін құрғатып сүртуді, орамалды орнына ілуді, тарақты және қол орамалды пайдалануды үйрету. Үстел басында мәдениетті тамақтану дағдыларын қалыптастыру: ас қасықпен шәй қасықты, шанышқыны, майлықты дұрыс қолдану; нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып, шайнау, ауызды толтырып сөйлемей. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және	ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Дербес қимыл белсенділігі: Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту. Балалардың жас және жеке ерекшеліктерін ескере отырып, ағзаға түсетін салмақты реттеу. 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, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаю. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.
--	--	---	--

шешінуге, тісті тазалауға,
ұқыптылыққа, киіміндегі
олқылықтардыбайқауға, оларды
ересектің көмегімен немесе өз
бетінше реттеуге, ас ішу
құралдарын орнымен қолдануға
баулу.

**Салауатты өмір салты
дағдыларын қалыптастыру.**

Дене белсенділігі (таңертеңгі
жаттығу, шынықтыру, спорттық
және қимылды ойындар) мен
ұйқының пайдасы туралы түсінік
қалыптастыру.

**Сауықтыру-шынықтыру
шаралары:**

Балаларды үй-жайда жеңіл
киіммен жүруге үйрету. Күн
тәртібіне сәйкес олардың таза
ауада болу ұзақтығын қамтамасыз
ету.

Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2025 - 2026 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары

Білім беру ұйымы:МКҚК «Балапан»балалар бөбекжай-бақшасы

Топ: «Болашақ» жас ерекшелігі әртүрлі жастағы балалар тобы

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар,4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: 2026 оқу жылы Наурыз

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 3 жас	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 4 жас
Наурыз	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу;аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; Негізгі қимылдар: Жүгіру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. Домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық), төменнен екі қолмен көлденең	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Негізгі қимылдар: 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. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерінсаналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру.

		нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру (1-1,5 метр қашықтық), аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату. Допты жоғары лақтыру, төмен еденге (жерге) соғу, қағып алу. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңғажәне солға бұрылып тебу. Спорт залда Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларынқалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Балаларды сыртқы келбетін бақылауға үйрету; сабынды дұрыс қолдануды,қолды, бетті, құлақты тазалап жууды, жуынғаннан кейін	Құлап қалған кезде өзіне қарапайым көмек көрсетуге, науқастанған кезде ересектерге жүгінуге баулу. Дербес қимыл белсенділігі: Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту. Балалардың жас және жеке ерекшеліктерін ескере отырып, ағзаға түсетін салмақты реттеу. Ауа-райының жағдайларын ескеріп, таза ауада балалардың қимылдарды орындауы үшін жағдайлар жасау. 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, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаюды пысықтау. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сұрту дағдыларын дамыту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаюды. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүруді. Тыныс алу жолдарын шынықтыруды дамыту
--	--	--	--

кұрғатып сұртуді, орамалды орнына ілуді, тарақты және қол орамалды пайдалануды үйрету. Үстел басында мәдениетті тамақтану дағдыларын қалыптастыру: ас қасықпен шәй қасықты, шанышқыны, майлықты дұрыс қолдану; нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып, шайнау, ауызды толтырып сөйлемей.

Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары.

Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, тісті тазалауға, ұқыптылыққа, киіміндегі олқылықтарды байқауға, оларды ересектің көмегімен немесе өз бетінше реттеуге, ас ішу құралдарын орнымен қолдануға баулу.

Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру.

Дене мүшелері мен ағза жүйесін нығайтатын жаттығулармен таныстыру.

Өзінің денсаулық жағдайы туралы ересектерге айту, науқастанған кезде дәрігерге қаралып, емделу қажеттігін білу.

Сауықтыру-шынықтыру шаралары:

Күн тәртібіне сәйкес балалардың күнделікті таза ауада болуын қамтамасыз ету.

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2025 - 2026 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы:МКҚК «Балапан»балалар бөбекжай-бақшасы

Топ: «Болашақ» жас ерекшелігі әртүрлі жастағы балалар тобы

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар,4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: 2026 оқу жылы Сәуір

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 3 жас	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 4 жас
Сәуір	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар Қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта) Қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Негізгі қимылдар: Еңбектеу, өрмелеу. 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу, еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр), көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу және одан түсу (биіктігі 1,5 метр).	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына апару: қолдарды төмен түсіру; белге қою, кеуде тұсына қою; қолдарын алға-артқа сермеу. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. 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. Негізгі қимылдар: Тепе-теңдікті сақтау: сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, сызықтардың, арқанның, тақтайдың, гимнастикалық скамейканың, бөрененің бойымен жүру, қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылу; қырлы, көлбеу тақтай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру; қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан, үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5–6 доп арқылы кезекпен) аттап өту. Жүгіру: аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп, адымдап жүгіру, сапта бір-бірден, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; түрлі тапсырмаларды

		Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңғажәне солға бұрылып тебу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларынқалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Балаларды сыртқы келбетін бақылауға үйрету; сабынды дұрыс қолдануды,қолды, бетті, құлақты тазалап жууды, жуынғаннан кейін құрғатып сүртуді, орамалды орнына ілуді, тарақты және қол орамалды пайдалануды үйрету. Үстел басында мәдениетті тамақтану дағдыларын қалыптастыру: ас қасықпен шәй қасықты, шанышқыны, майлықты дұрыс қолдану; нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып, шайнау, ауызды толтырып сөйлемей.	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. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерінсаналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Дербес қимыл белсенділігі: Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту.Балалардың жас және жеке ерекшеліктерін ескере отырып, ағзаға түсетін салмақты реттеу. Ауа-райының жағдайларын ескеріп, таза ауада балалардың қимылдарды орындауы үшін жағдайлар жасау. 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, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаюды дамыту.
--	--	--	--

		Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, тісті тазалауға, ұқыптылыққа, киіміндегі олқылықтардыбайқауға, оларды ересектің көмегімен немесе өз бетінше реттеуге, ас ішу құралдарын орнымен қолдануға баулу. Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Дене мүшелері мен ағза жүйесін нығайтатын жаттығулармен таныстыру. Өзінің денсаулық жағдайы туралы ересектерге айту, науқастанған кезде дәрігерге қаралып, емделу қажеттігін білу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Ересектің көмегімен шынықтыру тәсілдерін орындау дағдыларын қалыптастыру. Тыныс алу жаттығуларын жасау.	Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаюды. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүруді. Тыныс алу жолдарын шынықтыруды жасату
--	--	---	---

**Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу жоспары және мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасы
негізінде 2025 - 2026 оқу жылына арналған ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Білім беру ұйымы:МКҚК «Балапан»балалар бөбекжай-бақшасы

Топ: «Болашақ» жас ерекшелігі әртүрлі жастағы балалар тобы

Балалардың жасы: 3 жастағы балалар,4 жастағы балалар

Жоспардың құрылу кезеңі: 2026 оқу жылы Мамыр

Айы	Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 3 жас	Ұйымдастырылған іс-әрекеттердің міндеттері 4 жас
Мамыр	Дене тәрбиесі	Жалпы дамытушы жаттығулар Қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптан бұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта) Қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Негізгі қимылдар: Сапқа тұру, қайта сапқа тұру. Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыканың сүйемелдеуімен орындау.	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына апару: қолдарды төмен түсіру; белге қою, кеуде тұсына қою; қолдарын алға-артқа сермеу. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. 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. Негізгі қимылдар: Лақтыру, домалату, қағып алу: заттардың арасымен доптарды, құрсауларды бір-біріне домалату; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес), оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан), 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет). Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар:

		Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңғажәне солға бұрылып тебу. Мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру. Күнделікті өмірде гигиеналық дағдыларды сақтау қажеттігін білу. Тамақтанар алдында қолды жуу, таңертең және кешке тісті тазалау дағдыларынқалыптастыру. Мәдени-гигиеналық дағдыларды жетілдіру, тамақтану, жуыну кезінде қарапайым мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру. Балаларды сыртқы келбетін бақылауға үйрету; сабынды дұрыс қолдануды,қолды, бетті, құлақты тазалап жууды, жуынғаннан кейін құрғатып сүртуді, орамалды орнына ілуді, тарақты және қол орамалды пайдалануды үйрету. Үстел басында мәдениетті тамақтану дағдыларын қалыптастыру: ас қасықпен шәй қасықты, шанышқыны, майлықты дұрыс қолдану; нанды үгітпеу, тамақты ауызды жауып, шайнау, ауызды толтырып сөйлемейу.	Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерінсаналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Салауатты өмір салты туралы ұғымдарды кеңейту. Дене белсенділігі (таңертеңгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Дербес қимыл белсенділігі: Балаларды педагогпен бірге жаттығуларды орындауға, қимылды ойындарға қатысуға тарту.Балалардың жас және жеке ерекшеліктерін ескере отырып, ағзаға түсетін салмақты реттеу. Ауа-райының жағдайларын ескеріп, таза ауада балалардың қимылдарды орындауы үшін жағдайлар жасау. 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, тісін тазалауға үйрету. Тарақты, қол орамалды пайдалана білуді бекіту. Тамақтану әдебін сақтау. Тамақты асықпай шайнау, асхана құралдарын (қасық, шанышқы), майлықты дұрыс қолдану, тамақтанып болғаннан кейін ауызды шаюды дамыту. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларын: өз бетінше киіну мен шешінуді, тісін тазалауды жетілдіру. Киімдерді жинау, ілу, ересектің көмегімен оларды тазалау, құрғату. Бейнелеу әрекетінен соң құтыларды, қылқаламдарды жуу, үстелді сүрту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаюды. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен
--	--	---	--

		Өзіне-өзі қызмет көрсету дағдылары. Өзіне-өзі қызмет көрсетуге деген ұмтылысын қолдау: белгілі реттілікпен киінуге және шешінуге, тісті тазалауға, ұқыптылыққа, киіміндегі олқылықтардыбайқауға, оларды ересектің көмегімен немесе өз бетінше реттеуге, ас ішу құралдарын орнымен қолдануға баулу. Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Дене мүшелері мен ағза жүйесін нығайтатын жаттығулармен таныстыру. Өзінің денсаулық жағдайы туралы ересектерге айту, науқастанған кезде дәрігерге қаралып, емделу қажеттігін білу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Ересектің көмегімен шынықтыру тәсілдерін орындау дағдыларын қалыптастыру. Тыныс алу жаттығуларын жасау.	жалаң аяқ жүруді. Тыныс алу жолдарын шынықтыруды жасату
--	--	---	--