

«Арай» балабақшасының меңгерушісі
Самаева М.С

Самаева М.С



2025-2026 оқу жылына жылдық жоспар
Дене шынықтыру нұсқаушысы:
Гаас А.В

Мақсаты: балалардың физикалық және психологиялық денсаулығын нығайту үшін жағдай жасау және қорғау.

Тапсырмалар:

Оқытылатын:

- Дене шынықтыру, дене шынықтыру және дене дамуы арқылы дене белсенділігін арттыру және салауатты өмір салтын қалыптастыру, әлеуметтік бейімделу.
- Қозғалыс қабілеттерін жақсарту (жүгіру, секіру, жорғалау және т.б. Дене бітімін және дене қалпын жақсарту, сонымен қатар физикалық реакция деңгейінде жаттығулар.

Сауықтыру:

- балаларды салауатты өмір салтымен таныстыру;
- дене тәрбиесі арқылы балалардың денсаулығын жақсартуға ықпал ету;

Дамытушылық:

- дене қасиеттерінің (ептілік, жылдамдық, икемділік, тепе-теңдік, көз, күш және төзімділік) дамуына ықпал ету;
- белсенділік пен жалпы өнімділікті арттыру;

Тәрбиелік:

- дене шынықтыру сабағына қызығушылықты дамыту;
- балаларда режимді сақтау әдетін, күнделікті дене шынықтыру жаттығулары мен ойындарды өткізу қажеттілігін дамытуға ықпал ету.

№	Жұмыстың, іс-әрекеттің мазмұны	Өткізілетін уақыты
I. Әдістемелік жұмыс		
1	Жыл бойына перспективалық жоспарда ұйымдастырылатын іс-әрекеттерді жоспарлау.	Қыркүйек
2	Циклограммаға апталық іс-әрекеттер кестесін құру.	1 жыл ішінде
3	Жаңа әдістемелік әдістемелік әдебиеттермен танысу	1 жыл ішінде
4	Өзін-өзі тәрбиелеу тақырыбы бойынша жұмыс	1 жыл ішінде
5	Балалардың дене дайындығына диагностика жүргізу. Дене дамуы бойынша мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың мазмұнын меңгеруін бақылау	1 жыл ішінде
II. Дене шынықтыру және сауықтыру жұмыстары.		
1	Тыныс алу жаттығулары, саусақ жаттығулары, өздігінен массаж жасау.	1 жыл ішінде
III. Күнделікті өмірде физикалық даму.		
1	Таңғы жаттығу	Күнделікті
2	Таза ауада және залда дене шынықтыру сабақтарын өткізу	Кесте бойынша

3	Балалардың дербес қозғалыс белсенділігі	Күнделікті
4	Спорттық ойын-сауықтар мен іс-шаралар	Аптасына 1 рет
5	Дене шынықтыру және денсаулық мерекелері	Жылына 2 рет
6	Денсаулық аптасы	Жылына 1 рет

**IV.Спорттық демалысты, ойын-сауықты, спорттық шараларды
ұйымдастыру жоспары**

№ п/п	Іс-шара атауы	Тобы	Өткізілетін уақыты
1	Спорттық ойын-сауық «Жапырақтар сары болып ұшады»	Кіші «Балбөбек» тобы	Қыркүйек
2	Спорттық ойын-сауық «Денсаулық пен спорт бір-бірімен қатар жүреді»	Аралас «Болашақ» тобы	
3	Спорттық ойын-сауық «Біз күзгі жапырақтарымыз»	Ортаңғы «Ақ бота» тобы	
4	Спорттық ойын-сауық «Көңіл көтеру уақыты»	Ересек «Еркемай» тобы , Ересек «Непоседы» тобы	
5	Спорттық ойын-сауық «Барлығы стадионға»	Мектепалды «Фиксики» тобы	
6	Спорттық ойын-сауық «Күзгі серуен»	Кіші «Балбөбек» тобы	Қазан
7	Спорттық ойын-сауық «Күзгі мезгіл»	Аралас «Болашақ» тобы	
8	Спорттық ойын-сауық «Біз дене тәрбиесімен доспыз – бізге аурулар қорқынышты емес»	Ортаңғы «Ақ бота» тобы	
9 10	Спорттық ойын-сауық «Сенің саулығың туралы қамқор боламын»	Ересек «Еркемай» тобы, Ересек «Непоседы» тобы	
11	Спорттық ойын-сауық «Егер досыңмен жолға шықсаң»	Мектепалды «Фиксиски» тобы	
12	Спорттық ойын-сауық «Теремок»	Кіші «Балбөбек» тобы	Қараша
13	Спорттық ойын-сауық «Доп күні»	Аралас «Болашақ» тобы	
14	Спорттық ойын-сауық «Орманның ашық жерінде»	Ортаңғы «Ақ бота» тобы	
15	Спорттық ойын-сауық «Біз денсаулығымызды сақтаймыз»	Ересек «Еркемай» тобы, Ересек «Непоседы» тобы	
16	Спорттық ойын-сауық «Күлкілі жарыстар»	Мектепалды «Фиксики» тобы	

17	Спорттық ойын-сауық «Қысқы көңіл көтерулер»	Кіші «Балбөбек» тобы	Желтоқсан
		Аралас «Болашақ» тобы	
		Ортаңғы «Ақбота» тобы	
		Ересек «Еркемай» тобы, Ересек «Непоседы» тобы	
		Мектепалды «Фиксиски» тобы	
18	Спорттық ойын-сауық «Спортпен айналысуды жақсы көремін»	Кіші «Балбөбек» тобы	Қаңтар
		Аралас «Болашақ» тобы	
		Ортаңғы «Ақбота» тобы	
		Ересек «Еркемай» тобы, Ересек «Непоседы» тобы	
		Мектепалды «Фиксиски» тобы	
19	Спорттық ойын-сауық «Мен спортпен айналысуды жақсы көремін!»	Кіші «Балбөбек» тобы	Ақпан
		Аралас «Болашақ» тобы	
		Ортаңғы «Ақбота» тобы	
		Ересек «Еркемай» тобы, Ересек «Непоседы» тобы	
		Мектепалды «Фиксиски» тобы	
20	Спорттық ойын-сауық «Қыс пен көктем қалай кездескен»	Кіші «Балбөбек» тобы	Наурыз
		Аралас «Болашақ» тобы	
		Ортаңғы «Ақбота» тобы	
		Ересек «Еркемай» тобы	

		тобы, Ересек «Непоседы» тобы	
21	Спорттық ойын-сауық «Біз күнге қарай қадам басып келе жатырмыз!»	Мектепалды «Фиксики» тобы	
22	Спорттық ойын-сауық «Көктемгі ойындар»	Кіші «Балбөбек» тобы	Сәуір
	Спорттық ойын-сауық «Күлкі күні»	Аралас «Болашақ» тобы	
23	Спорттық ойын-сауық «Денсаулық күні»	Ортаңғы «Ақбота» тобы	
		Ересек «Еркемай» тобы, Ересек «Непоседы» тобы	
24	Спорттық ойын-сауық «Түсті шарлар!»	Мектепалды «Фиксики» тобы	
25	Спорттық ойын-сауық «Спортпен шұғылданғанды ұнатамын» Спорттық ойын-сауық «Менің көңілді, жарқын допым»	Кіші «Балбөбек» тобы	Мамыр
		Аралас «Болашақ» тобы	
		Ортаңғы «Ақбота» тобы	
26		Ересек «Еркемай» тобы, Ересек «Непоседы» тобы	
27	Спорттық ойын-сауық «Балалардың сиқырлы елі»	Мектепалды «Фиксики» тобы	

Тәрбиешілермен жұмыс

	Балабақшадағы спорттық шаралар туралы үнемі хабардар ету.	1 жыл ішінде
2.	Дене қасиеттерін дамыту мақсатында балалармен жеке жұмыс жүргізуге кеңес беру	1 жыл ішінде
3.	Мектепке дейінгі білім беру ұйымдарының педагогикалық кеңестері мен педагогикалық ұжымының жұмысына қатысу	1 жыл ішінде
4.	Барлық жас топтары бойынша мониторинг нәтижелерін талқылау	Қыркүйек, қаңтар, мамыр
5.	«Мектепке дейінгі білім беру мекемесінің денсаулығын жақсартудың дамытушы педагогикасындағы мұғалімнің рөлі» кеңесі	Қазан
6.	«Дене тәрбиесі» тармағының «Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың үлгілік оқу бағдарламасының» міндеттерін іске асыру барысында дене шынықтыру нұсқаушысы мен мектепке дейінгі тәрбиешілер арасындағы өзара іс-қимыл» консультациясы.	Қараша
7.	Буклет «Әжемнің садығындағы ойындар»	Желтоқсан
8.	«Мектепке дейінгі білім беру ұйымдарындағы бірлескен спорттық іс-шаралар мен мерекелер салауатты және берік отбасын қалыптастырудың тиімді нысаны ретінде» кеңесі	Қаңтар
9.	Консультация «Денсаулық және біз! Мектеп жасына дейінгі балаларды салауатты өмір салтын ұстануға қалай үйрету керек»	Ақпан
10.	Мектепке дейінгі білім берудің мемлекеттік білім беру стандарттарына сәйкес мектепке дейінгі білім беру мекемесінде дамып келе жатқан пәндік-кеңістіктік ортаны құру: топта балалардың өз бетінше қимыл әрекеті үшін жағдай жасау	Наурыз
11.	«Мектеп жасына дейінгі балалардың моторикасын дамытуға ойын тәсілі» кеңес	Сәуір
12.	Балалардың физикалық дамуы мен физикалық дайындығын диагностикалау	Мамыр

Сторінка	
----------	--