Ересек топ картотека



09.25

Сканировано с CamScanner

Ересек топқа арналған қыркүйек айының таңғы жаттығу картотекасы

1-күн
Қолды жоғары көтеріп, терең дем ала отырып созылу.
Қолды жанға жайып, қанат қағу.
Тізені кезекпен жоғары көтеру.
Орнында секіру.

2-күн
Қолды алға созып, «жаңбыр тамшыларын ұстау».
Бүйірге еңкею.
Аяқ ұшымен жүру.
Белді оңға-солға бұру.

3-күн
«Гүл ашылды» — қолды жайып ашу.
«Құстар ұшты» — қолмен қанат қағу.
Тізені бүгіп отырып-тұру.
Жерге еңкейіп, алақанды тигізу.

4-күн
Қолды жоғары көтеріп, терең тыныс алу.
Иықпен алға-артқа айналу.
Жай жүгіріс орнында.
Қолды сермеп секіру.

5-күн
«Аю жүрісі» — еңкейіп жүру.
«Қоян секірісі» — екі аяқпен алға секіру.
«Тырна» — бір аяқта тепе-теңдік сақтау.
«Желкен» — қолды созып алға еңкею.

6-күн
«Күн шықты» — қолды жоғары көтеріп созылу.
«Жаңбыр тамшылары» — саусақпен тықылдату.
«Көбелек» — қолды қағып жүру.
«Шалқанды тарту» — қолды алға-артқа созу.

7-күн
Басты жай айналдыру.
Қолды алға-артқа сермеу.
«Жылан» — жерге созылып жату.
«Жолбарыс» — тіземен еңбектеу.

8-күн
Қолды иыққа қойып, шеңбер айналдыру.
Тізені бүгіп отырып-тұру.
Белді оңға-солға бұру.
Орнында секіру.

9-күн
Алақан соғып, көңілді қадам жасау.
«Құмырсқа» — еңкейіп жүру.
«Балық» — жүзгендей қолды қозғау.
«Жел» — қолды жанға жайып тербелу.

10-күн
«Құстар ұшты» — қолды жайып жүгіру.
«Ағаш» — қолды жоғары көтеріп, тік тұру.

Сканировано с CamScanner

«Жаңбырдан қашу» — жылдам жүгіру.
«Кемпіркосақ» — жанға еңкею.

11-күн

«Күнге қараймыз» — басты жоғары көтеру.
«Бұлттар келеді» — қолды жай айналдыру.
«Жаңбыр жауды» — алақанды соғу.
Орнында секіру.

12-күн

«Қораз» — кеудені алға шығарып, қолды сермеу.
«Қоян» — тізені бүгіп секіру.
«Тырна» — бір аяқта тұру.
«Көбелек» — қолды қағып жүру.

13-күн

Қолды жоғары-төмен сермеу.
«Жер жырту» — отырып-тұру.
«Күн мен ай» — оңға-солға бұрылу.
Қолды алға созып секіру.

14-күн

«Жел соқты» — қолды жайып тербелу.
«Аю жүрісі».
«Құмырска жүрісі» — еңкейіп жүру.
«Шалқанды тарту».

15-күн

«Күн шықты» — қолды созып тұру.
«Бұлт қозғалды» — иықпен айналу.
«Құстар ұшты».
«Балапан» — қолды қағып, тіземен отыру.

16-күн

«Гүл ашылды».
«Жапырақ сыбдырлады» — қолды тербету.
«Жаңбыр тамшылары».
«Кемпіркосақ» — жанға еңкею.

17-күн

«Жылан» — жерге созылып жату.
«Қораз» — кеудені созу.
«Құстар ұшты».
«Қоян секірді».

18-күн

«Күнге қараймыз».
«Желкен» — қолды жайып еңкею.
«Балық» — жүзгендей қолды қозғау.
«Аю жүрісі».

19-күн

«Күн шықты» — созылу.
«Жаңбыр жауды» — алақанды соғу.
«Көбелек ұшты».
«Тырна» — бір аяқта тұру.

Сканировано с CamScanner

Ересек топқа арналған қыркүйек айының серуен жоспары

1-күн

Балалардың дербес әрекеті – допты бір-біріне лақтырып, кім көп рет қағып алатынын санау

Қимылды ойын – «Ақ серек, көк серек» (жеңілдетілген нұсқасы, жылдамдық пен ептілікті дамыту)

Бақылау, зерттеу – алаңдағы ағаш түрлерін ажырату, жапырақ пішіндерін салыстыру

Еңбекке баулу – түскен жапырақтарды түріне қарай сұрыптап жинау

2-күн

Балалардың дербес әрекеті – секіртпемен секіру, әр бала өзінің нәтижесін атайды

Қимылды ойын – «Көкпар» (допты алып қашу)

Бақылау, зерттеу – бұлт түрлерін қарап, қайсысы жауын алып келуі мүмкін екенін болжау

Еңбекке баулу – алаңдағы тастарды жинап, жолды тегістеу

3-күн

Балалардың дербес әрекеті – құмнан көпір, жол, үйшік салып, бірге қосу

Қимылды ойын – «Арқан тартыс» (жеңіл жіппен, топқа бөлу)

Бақылау, зерттеу – құмның құрғақ және ылғалды түрін зерттеу, айырмашылығын айту

Еңбекке баулу – құмсалғыштың бетін тегістеу

4-күн

Балалардың дербес әрекеті – обручпен түрлі қимылдар жасау (домалату, айналдыру)

Қимылды ойын – «Сақина салу» (сақинаны кімге тастағанын табу)

Бақылау, зерттеу – сырғанақ биіктігін көзбен өлшеп, басқа ойын жабдықтарымен салыстыру

Еңбекке баулу – сырғанақ маңын қоқыстан тазалау

5-күн

Балалардың дербес әрекеті – қуыршақтармен рөлдік ойын (дүкен, қонақ күту)

Қимылды ойын – «Теңге ілу» (жерден зат алу)

Бақылау, зерттеу – гүлдердің түсін, иісін сезу және атау

Еңбекке баулу – гүлзар маңын жинау, су құю

6-күн

Балалардың дербес әрекеті – кегли құлату ойыны (доппен дәл тигізу)

Қимылды ойын – «Асық ату» (үлкейтілген асықтармен)

Бақылау, зерттеу – құстардың дауысын тыңдап, қайсысы екенін болжау

Еңбекке баулу – құстарға жем салу

7-күн

Балалардың дербес әрекеті – жалаушалармен түрлі пішіндер жасау

Қимылды ойын – «Жалаушаны әкел» (жүгіру жылдамдығы)

Сканировано с CamScanner

Бақылау, зерттеу – өтіп бара жатқан көліктерді түстеріне қарай санап, нәтижесін айту
Еңбекке баулу – ойыншықтарды орнына қою

8-күн

Балалардың дербес әрекеті – бормен асфальтқа геометриялық пішіндер салу
Қимылды ойын – «Жел мен ағаш» (қимылды бейнелеу)
Бақылау, зерттеу – желдің бағытын байқау, жапырақ қозғалысына қарап айту
Еңбекке баулу – борларды жинау, орнын тазалау

9-күн

Балалардың дербес әрекеті – әткеншекте кезекпен тербелу
Қимылды ойын – «Алға-артқа» (тәрбиеші командасымен)
Бақылау, зерттеу – ағаш бұтақтарының ұзындығын салыстыру
Еңбекке баулу – әткеншек айналасын тазалау

10-күн

Балалардың дербес әрекеті – допты нысанаға дәл лақтыру
Қимылды ойын – «Дәл тигіз» (шеңбер ішіне)
Бақылау, зерттеу – әртүрлі пішіндегі тастарды көру, үлкен/кіші деп бөлу
Еңбекке баулу – қауіпті тастарды жинау

11-күн

Балалардың дербес әрекеті – шеңбермен билеу
Қимылды ойын – «Қара жорға»
Бақылау, зерттеу – шөп биіктігін өлшеу (сызық бойымен салыстыру)
Еңбекке баулу – қураған шөпті жұлу

12-күн

Балалардың дербес әрекеті – велосипедпен немесе самокатпен жарысу
Қимылды ойын – «Кім бірінші?»
Бақылау, зерттеу – орындықтардың түсін, пішінін салыстыру
Еңбекке баулу – орындықтарды сүрту

13-күн

Балалардың дербес әрекеті – құмнан лабиринт жасау
Қимылды ойын – «Мысық пен тышқан» (рөлдік элементпен)
Бақылау, зерттеу – ағаш қабығын қолмен сипап, сезімін сипаттау
Еңбекке баулу – қоқыс жинау

14-күн

Балалардың дербес әрекеті – қуыршақтарға арналған «үй» жасау, жиһазын орналастыру
Қимылды ойын – «Қуыршақтар биі»
Бақылау, зерттеу – өз көлеңкесінің ұзындығын өлшеу (аяқтан басқа дейін)
Еңбекке баулу – қуыршақтардың киімін тазалау

15-күн

Балалардың дербес әрекеті – құмнан көпірлі жол салу

Сканировано с CamScanner

Қимылды ойын – «Поезд келеді»
Бақылау, зерттеу – құмның түсін, құрамын байқау
Еңбекке баулу – жолды тегістеу

16-күн

Балалардың дербес әрекеті – шарды жоғары және алысқа лақтыру, қашықтықты салыстыру
Қимылды ойын – «Кім биік лақтырды?»
Бақылау, зерттеу – күннің бағытын, көлеңкенің өзгеруін қарау
Еңбекке баулу – шарларды жинау

17-күн

Балалардың дербес әрекеті – алаңдағы әр аймақты аралап, ойын орындарын бағалау
Қимылды ойын – «Бақа секіреді» (алысқа секіру)
Бақылау, зерттеу – шөп арасындағы жәндіктердің түрін ажырату
Еңбекке баулу – гүлзарды таптамау, қоршауды тазалау

18-күн

Балалардың дербес әрекеті – пішіндермен ойнау, оларды түсі мен өлшеміне қарай бөлу
Қимылды ойын – «Торғайлар дән тереді»
Бақылау, зерттеу – гүлдің бөліктерін атау: сабағы, жапырағы, күлтесі
Еңбекке баулу – гүлге су құю

19-күн

Балалардың дербес әрекеті – арбамен жапырақ, таяқ жинап тасу
Қимылды ойын – «Арба жарысы»
Бақылау, зерттеу – алаңдағы түстерді санау және атау
Еңбекке баулу – жиналған жапырақты арнайы орынға төгу

1-күн: «Құтқарушылар»

Мақсаты: Жылдамдық пен мақсатқа жету дағдысын қалыптастыру.
Шарты: «Құтқарушылар» (балалар) «зардап шеккендерді» (ойыншықтар) белгіленген аймақтан тасып әкеледі. Уақытпен жарысады.

2-күн: «Кедергілер жолағы»

Мақсаты: Ептілік, төзімділік, кедергіден өту техникасын дамыту.
Шарты: Балалар секіру, еңбектеу, айналып өту сияқты бірнеше кедергіден өтеді.

3-күн: «Қарақшылар мен қазына»

Мақсаты: Зейін, бағдарлау қабілеті және топтық әрекетті дамыту.
Шарты: «Қарақшылар» (бір топ) «қазынаны» (доп, жалауша) қорғайды, екінші топ қазынаны ұрлап әкетуге тырысады.

Сканировано с CamScanner

4-күн: «Санға жет»
Мақсаты: Жүгіру жылдамдығын және сандық білімін дамыту.
Шарты: Алаңға сандар қойылады. Тәрбиеші сан айтады, балалар сол санға жүгіріп барады.

5-күн: «Жасыл жарық – Қызыл жарық»
Мақсаты: Тыңдау, нұсқауды орындау, тоқтау мен жүру дағдыларын дамыту.
Шарты: «Жасыл жарық» – жүгіру, «Қызыл жарық» – тоқтау.

6-күн: «Күш сынасу»
Мақсаты: Бұлшық ет күшін, командалық жұмыс дағдысын жетілдіру.
Шарты: Арқан тарту – екі топ бір-бірін өз жағына тартады.

7-күн: «Ұшқыштар»
Мақсаты: Қозғалыс үйлесімділігі мен бағдарлау қабілетін дамыту.
Шарты: Балалар «ұшақ» болып, кедергілер арасымен белгілі бағытта ұшады.

8-күн: «Кім шапшаң доп жеткізеді?»
Мақсаты: Допты басқару дағдысын жетілдіру.
Шарты: Балалар допты аяқпен немесе қолмен белгіленген жерге жеткізеді.

9-күн: «Аңшылық жарыс»
Мақсаты: Жылдамдық, ептілік және көз мөлшерін дамыту.
Шарты: Балалар «аңдарды» (ойыншықтарды) таяқпен «қуып» белгіленген орынға апарады.

10-күн: «Кім дәл тигізеді?»
Мақсаты: Нысанаға дәл тигізу, көз мөлшерін жетілдіру.
Шарты: Допты шеңберге, қорапқа немесе қақпаға дәл түсіру.

11-күн: «Көпірді қорға»
Мақсаты: Стратегиялық ойлау мен топтық әрекетті дамыту.
Шарты: Бір топ көпірді қорғайды, екіншісі өтпек болады.

12-күн: «Секіргіш жол»
Мақсаты: Секіру техникасы мен төзімділікті дамыту.
Шарты: Балалар әр түрлі қашықтықтағы белгілерге бір аяқпен, екі аяқпен секіреді.

Сканировано с CamScanner

13-күн: «Дөңгелек жарыс»
Мақсаты: Жылдамдық пен үйлесімділікті арттыру.
Шарты: Балалар доңғалақты (обруч) айналдырып, белгіленген жерге дейін апарады.

14-күн: «Күзетші мен ұрылар»
Мақсаты: Қуып жету және қашу дағдыларын жетілдіру.
Шарты: Бір бала – күзетші, қалғандары – ұры. Ұрылар күзетшіден қашып, «қазынаны» алып кетуі керек.

15-күн: «Секіріп өт»
Мақсаты: Қимыл дәлдігін, секіру шеберлігін дамыту.
Шарты: Белгіленген биіктіктен немесе ұзындықтан секіріп өту.

16-күн: «Жүк тасушылар»
Мақсаты: Күш, төзімділік және командалық жұмыс.
Шарты: Балалар «жүкті» (қап, доп) топпен белгілі жерге тасиды.

17-күн: «Кім тез жиналады?»
Мақсаты: Уақытты тиімді пайдалану, шапшаңдық.
Шарты: Белгі берілгенде балалар өз командасының «қоймасына» заттарды тез жинайды.

18-күн: «Тосқауылдан өту»
Мақсаты: Ептілік, тепе-теңдік және төзімділік.
Шарты: Арқан астынан еңбектеу, кедергіден секіру, тақтай үстімен жүру.

19-күн: «Футбол мини-матч»
Мақсаты: Ұжымдық ойын дағдыларын жетілдіру, қимыл белсенділігін арттыру.
Шарты: Екі команда арасында қысқа футбол ойыны өткізіледі.

1-күн

- **Таңертең:** Баламен қоштасуды қысқа әрі жылы жасаңыз, ұзақ қоштасу баланы қинауы мүмкін.
- **Кешке:** Үйге қайтқанда баланың күнін сұрап, жақсы жасаған ісін міндетті түрде мақтаңыз.

2-күн

- **Таңертең:** Баланы балабақшаға күліп кіргізуге тырысыңыз, сіздің көңіл-күйіңіз балаға беріледі.
- **Кешке:** «Саған ең ұнаған іс не болды?» деп сұрап, сөйлесуге уақыт бөліңіз.

Сканировано с CamScanner

3-күн

- **Таңертең:** Балаңызға сенім білдіріп, «сен керемет ойнайсың» деп жігерлендіріңіз.
- **Кешке:** Үйге келгенде баланы құшақтап, жылы сөз айтыңыз.

4-күн

- **Таңертең:** Қоштасу кезінде өзіңізді сенімді, сабырлы ұстаңыз.
- **Кешке:** Бала жасаған суретін, қолөнерін бірге тамашалаңыз.

5-күн

- **Таңертең:** Балаға шағын сүйікті ойыншығын әкелуге рұқсат етіңіз.
- **Кешке:** Күні бойы болған жақсы сәттерді бірге талқылаңыз.

6-күн

- **Таңертең:** Балаға «сені кешке күтемін» деп айту арқылы сенім беріңіз.
- **Кешке:** Баланы асықтырмай, оның өз бетінше киінуіне мүмкіндік беріңіз.

7-күн

- **Таңертең:** Баланы топтағы балаларға қосып, «досың күтіп тұр» деп бағыттаңыз.
- **Кешке:** Балаға «достарыңмен жақсы ойнадың ба?» деп әңгімеге тарту.

8-күн

- **Таңертең:** Таңертең өзіңіз асықсаңыз да, балаға байсалды қоштасуды сақтаңыз.
- **Кешке:** Баланы мақтап, жақсы қылығы үшін ата-аналық мақтанышыңызды білдіріңіз.

9-күн

- **Таңертең:** Қоштасу рәсімін қалыптастырыңыз (құшақтау, қол бұлғау).
- **Кешке:** Балаға «ертең тағы да бірге келеміз» деп сенімділік беріңіз.

10-күн

- **Таңертең:** Баламен қысқаша амандасу әнін немесе сөзін қолданыңыз.
- **Кешке:** Кешкі үйге қайтқанда бірге шағын өлең немесе ойын ойнаңыз.

11-күн

- **Таңертең:** Балаға күлімсіреп «бүгін сені қызықты ойын күтіп тұр» деңіз.
- **Кешке:** «Бүгін не үйрендің?» деп сөйлесуді бастау.

12-күн

- **Таңертең:** Баланы балабақшаға сеніммен тапсырып, ұстазға жылы сәлем беріңіз.
- **Кешке:** Балаға күннің соңын жағымды эмоциямен аяқтауға көмектесіңіз.

Сканировано с CamScanner

13-күн

- **Таңертең:** Баланың көңіл-күйін сұрап, қысқа жылы сөз айтыңыз.
- **Кешке:** Балаға бірге әңгімелесу немесе кітап оқу арқылы уақыт арнаңыз.

14-күн

- **Таңертең:** Қоштасарда баланы жігерлендіріп, «сенің қолыңнан келеді» деңіз.
- **Кешке:** Балаға жасаған еңбегін бағалап, шағын сыйлық немесе мақтау сөз айтыңыз.

15-күн

- **Таңертең:** Баланы топқа кіргенде «мұғалімің күтіп тұр» деп ынталандырыңыз.
- **Кешке:** Балаға «бүгін сен үлкен баладай болдың» деп сенім білдіріңіз.

16-күн

- **Таңертең:** Қоштасқанда өзіңіз сенімді болыңыз, бала сізден үлгі алады.
- **Кешке:** Балаңыздың ең кішкентай жетістігін де атап өтіңіз.

17-күн

- **Таңертең:** Баламен қысқа құшақтасып қоштасу әдетін қалыптастырыңыз.
- **Кешке:** Балаға «мен сені сағындым» деп айтыңыз.

18-күн

- **Таңертең:** Балаға «сен бүгін жаңа нәрсе үйренесің» деп қызықтырыңыз.
- **Кешке:** Күн ішінде үйренгенін өзіне әңгімелетіп, тыңдаңыз.

19-күн

- **Таңертең:** Баланың қалауын сұрап, «бүгін не істегің келеді?» деп қызығушылық танытыңыз.
- **Кешке:** Сол қалауын орындағанын атап, бірге қуаныңыз.

Сканировано с CamScanner

Мектепалды топқа таңғы жаттығу (қазан айы, 24 күн)

1-күн
- **Қолды жоғары созып, дем алу – дем шығару** (4 рет).
- **Ықты айналдыру** – алға, артқа (4 рет).
- **Орындарында жүру** – 20 секунд.
- **Қимылды ойын:** «Күн шықты» – қолдарын жоғары көтеріп, секіреді.

2-күн
- **Қолды екі жаққа созу, шапалақ ұру** – 6 рет.
- **Белге қойып, оңға-солға иілу** – 6 рет.
- **Қоян секірісі** – қос аяқпен 8 рет.
- **Қимылды ойын:** «Жаңбырдан қаш» – жүргізушінің белгісінде отырғышқа отырады.

3-күн
- **Басты айналдыру** – оңға-солға (әр бағытта 2 рет).
- **Қолды жоғары созып, еңкею** – 6 рет.
- **Орындарында жүгіру** – 15 секунд.
- **Қимылды ойын:** «Құстар ұшты» – қолдарын қағып, ұшқандай жүгіреді.

4-күн
- **Қолды алға созып, шеңбер жасап айналдыру** – 6 рет.
- **Денені алға иіп, саусақпен еденді ұстау** – 6 рет.
- **Бір аяқпен секіру** – әр аяқпен 4 рет.
- **Қимылды ойын:** «Аю оянды» – балалар аю болып қимыл жасайды.

5-күн
- **Қолды жоғары көтеріп, алақанды шапалақтау** – 6 рет.
- **Оңға-солға бұрылу** – 6 рет.
- **Жылдам жүгіру орнында** – 20 секунд.
- **Қимылды ойын:** «Жел соқты» – қолдарын жайып, алаңда жүгіреді.

6-күн
- **Қолды жоғары көтеріп, алға еңкею** – 6 рет.
- **Ықты көтеру-түсіру** – 6 рет.
- **Қос аяқпен секіру** – 8 рет.
- **Қимылды ойын:** «Қояндар секіреді».

7-күн
- **Қолды жоғары, төмен қозғау** – 6 рет.
- **Белге қойып, оңға-солға еңкею** – 6 рет.
- **Жүріп, аяқ ұшымен көтерілу** – 6 рет.
- **Қимылды ойын:** «Мысық пен торғайлар».

8-күн
- **Қолды алға созып, айналдыру** – 6 рет.
- **Екі қолды белге қойып, денені айналдыру** – 4 рет.
- **Бір орында жүгіру** – 15 секунд.
- **Қимылды ойын:** «Жел мен ағаштар».

Сканировано с CamScanner

9-күн

- **Қолды жоғары көтеріп, алақанды шапалақтау** – 6 рет.
- **Алға еңкею** – 6 рет.
- **Қос аяқпен секіріп алға жылжу** – 6 қадам.
- **Қимылды ойын:** «Құстар мен мысық».

10-күн

- **Қолды жан-жаққа созу** – 6 рет.
- **Орындарында отырып-тұру** – 6 рет.
- **Жүгіріп барып, орнына қайту** – 2 рет.
- **Қимылды ойын:** «Күн мен түн».

11-күн

- **Қолды жоғары көтеріп, дем алу – дем шығару** – 4 рет.
- **Денені оңға-солға бұру** – 6 рет.
- **Аяқты кезекпен жоғары көтеру** – әр аяқпен 4 рет.
- **Қимылды ойын:** «Құстар қайда қонды?».

12-күн

- **Қолды белге қойып, басты айналдыру** – 4 рет.
- **Алға еңкею** – 6 рет.
- **Қоян секірісі** – 8 рет.
- **Қимылды ойын:** «Аю мен қоян».

13-күн

- **Қолды жоғары көтеріп, төмен түсіру** – 6 рет.
- **Иықты алға-артқа айналдыру** – 4 рет.
- **Жылдам жүгіру** – 15 секунд.
- **Қимылды ойын:** «Жел соқты».

14-күн

- **Қолды жан-жаққа созу, шапалақтау** – 6 рет.
- **Белге қойып, оңға-солға иілу** – 6 рет.
- **Аяқпен кезекпен секіру** – әр аяқпен 4 рет.
- **Қимылды ойын:** «Құстар ұшты».

15-күн

- **Қолды жоғары созып, денені алға еңкейту** – 6 рет.
- **Басты оңға-солға бұру** – әр бағытта 2 рет.
- **Қос аяқпен секіру** – 8 рет.
- **Қимылды ойын:** «Қояндар орманда».

16-күн

- **Қолды алға созып, айналдыру** – 6 рет.
- **Денені айналдыру** – 4 рет.
- **Орында жүгіру** – 20 секунд.
- **Қимылды ойын:** «Күн шықты».

17-күн

Сканировано с CamScanner

- **Қолды жоғары көтеріп, алақанды шапалақтау** – 6 рет.
- **Алға еңкею** – 6 рет.
- **Орындарында отырып-тұру** – 6 рет.
- **Қимылды ойын:** «Мысық пен торғай».

18-күн
- **Қолды белге қойып, басты айналдыру** – 4 рет.
- **Қолды жан-жаққа созып, бұрылу** – 6 рет.
- **Жүгіру орнында** – 15 секунд.
- **Қимылды ойын:** «Жаңбырдан қаш».

19-күн
- **Қолды жоғары көтеріп, дем алу – дем шығару** – 4 рет.
- **Иықпен айналдыру** – алға-артқа 4 рет.
- **Аяқты кезекпен көтеру** – әр аяқпен 4 рет.
- **Қимылды ойын:** «Аю оянды».

20-күн
- **Қолды жоғары көтеру, төмен түсіру** – 6 рет.
- **Белге қойып, оңға-солға бұрылу** – 6 рет.
- **Қос аяқпен секіру** – 8 рет.
- **Қимылды ойын:** «Құстар қайда қонды?».

21-күн
- **Қолды жан-жаққа созу** – 6 рет.
- **Алға еңкею** – 6 рет.
- **Жүгіру орнында** – 20 секунд.
- **Қимылды ойын:** «Құстар мен мысық».

22-күн
- **Қолды жоғары көтеріп, алақанды шапалақтау** – 6 рет.
- **Басты оңға-солға бұру** – әр бағытта 2 рет.
- **Отырғышқа отырып-тұру** – 6 рет.
- **Қимылды ойын:** «Жел мен ағаш».

23-күн
- **Қолды белге қойып, денені айналдыру** – 4 рет.
- **Қолды алға созып, айналдыру** – 6 рет.
- **Қоян секірісі** – 8 рет.
- **Қимылды ойын:** «Күн мен түн».

24-күн
- **Қолды жоғары көтеріп, дем алу – дем шығару** – 4 рет.
- **Алға еңкею, саусақпен еденді ұстау** – 6 рет.
- **Жүгіру орнында** – 20 секунд.
- **Қимылды ойын:** «Құстар ұшты».

Сканировано с CamScanner

Мектепалды топ үшін қазан айына серуен жоспары

1-күн

Дербес әрекет: Балалар күрделі конструктордан қала макетін құрастырады.

Қимылды ойын: «Эстафета». Балалар топқа бөлініп, таяқшаны бір-біріне беріп жүгіріп өтеді.

Бақылау: Күзгі ағаштарды бақылау, жапырақтың түсу себебін талқылау.

Еңбекке баулу: Жапырақтарды жинап, қапқа салып, аумақты тазалау.

2-күн

Дербес әрекет: Табиғи материалдардан (жапырақ, жаңғақ, таяқша) аңдардың бейнесін жасау.

Қимылды ойын: «Кім ұзақ секіреді?». Балалар ұзындыққа секіріп, нәтижелерін салыстырады.

Бақылау: Бұлттарды бақылау, жаңбыр әкелетін бұлттарды ажырату.

Еңбекке баулу: Гүлдердің түбін қопсыту, құрағандарын жұлу.

3-күн

Дербес әрекет: Бор арқылы асфальтқа геометриялық пішіндер салып, сурет құрастыру.

Қимылды ойын: «Аңшылар мен қояндар» (күрделенген түрі). Қояндар ұяларына жетуі тиіс.

Бақылау: Құстардың топтасып ұшуын қарау, жылы жаққа кету себебін талқылау.

Еңбекке баулу: Құм алаңын тазалау, құралдарды реттеу.

4-күн

Дербес әрекет: Үстел үсті ойындары (лото, домино).

Қимылды ойын: «Арқаннан секіру» жарысы.

Бақылау: Желдің бағытын бақылау (қағаз, жапырақ арқылы).

Еңбекке баулу: Жапырақтарды сыпырып, арбаға жинау.

5-күн

Дербес әрекет: Қағаздан ұшақ жасап, жарыс ұйымдастыру.

Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».

Бақылау: Шөптің сарғаюын қарау.

Еңбекке баулу: Шөп арасындағы қоқыстарды жинау.

6-күн

Дербес әрекет: Борлармен әріптер, сандар жазу.

Қимылды ойын: «Жүгіріп жет». Балалар старттан мәре сызығына дейін жарысады.

Бақылау: Жаңбырдан кейінгі жерді бақылау (шалшық, иіс, дымқылдық).

Еңбекке баулу: Алаңды сумен жууға қатысу.

7-күн

Дербес әрекет: Түрлі түсті ленталардан өрнек жасау.

Қимылды ойын: «Жылдам поезд». Балалар пойыз болып жүреді.

Бақылау: Жапырақтардың түсін талдау (сары, қызыл, қоңыр).

Еңбекке баулу: Орындықтарды сүрту.

8-күн

Дербес әрекет: Құмға таяқшамен сурет салу.

Қимылды ойын: «Жалаушаны әкел». Балалар белгі бойынша жүгіріп барып, жалаушаны алып келеді.

Бақылау: Күннің жылуын сезіну.

Еңбекке баулу: Құм ойыншықтарын жинау.

9-күн

Дербес әрекет: Қуыршақ арбасын сүйреп ойнау.

Қимылды ойын: «Кім шапшаң жетеді?».

Сканировано с CamScanner

Мектепалды топ үшін қазан айына серуен жоспары

1-күн

Дербес әрекет: Балалар күрделі конструктордан қала макетін құрастырады.

Қимылды ойын: «Эстафета». Балалар топқа бөлініп, таяқшаны бір-біріне беріп жүгіріп өтеді.

Бақылау: Күзгі ағаштарды бақылау, жапырақтың түсу себебін талқылау.

Еңбекке баулу: Жапырақтарды жинап, қапқа салып, аумақты тазалау.

2-күн

Дербес әрекет: Табиғи материалдардан (жапырақ, жаңғақ, таяқша) аңдардың бейнесін жасау.

Қимылды ойын: «Кім ұзақ секіреді?». Балалар ұзындыққа секіріп, нәтижелерін салыстырады.

Бақылау: Бұлттарды бақылау, жаңбыр әкелетін бұлттарды ажырату.

Еңбекке баулу: Гүлдердің түбін қопсыту, құрағандарын жұлу.

3-күн

Дербес әрекет: Бор арқылы асфальтқа геометриялық пішіндер салып, сурет құрастыру.

Қимылды ойын: «Аңшылар мен қояндар» (күрделенген түрі). Қояндар ұяларына жетуі тиіс.

Бақылау: Құстардың топтасып ұшуын қарау, жылы жаққа кету себебін талқылау.

Еңбекке баулу: Құм алаңын тазалау, құралдарды реттеу.

4-күн

Дербес әрекет: Үстел үсті ойындары (лото, домино).

Қимылды ойын: «Арқаннан секіру» жарысы.

Бақылау: Желдің бағытын бақылау (қағаз, жапырақ арқылы).

Еңбекке баулу: Жапырақтарды сыпырып, арбаға жинау.

5-күн

Дербес әрекет: Қағаздан ұшақ жасап, жарыс ұйымдастыру.

Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».

Бақылау: Шөптің сарғаюын қарау.

Еңбекке баулу: Шөп арасындағы қоқыстарды жинау.

6-күн

Дербес әрекет: Борлармен әріптер, сандар жазу.

Қимылды ойын: «Жүгіріп жет». Балалар старттан мәре сызығына дейін жарысады.

Бақылау: Жаңбырдан кейінгі жерді бақылау (шалшық, иіс, дымқылдық).

Еңбекке баулу: Алаңды сумен жууға қатысу.

7-күн

Дербес әрекет: Түрлі түсті ленталардан өрнек жасау.

Қимылды ойын: «Жылдам поезд». Балалар пойыз болып жүреді.

Бақылау: Жапырақтардың түсін талдау (сары, қызыл, қоңыр).

Еңбекке баулу: Орындықтарды сүрту.

8-күн

Дербес әрекет: Құмға таяқшамен сурет салу.

Қимылды ойын: «Жалаушаны әкел». Балалар белгі бойынша жүгіріп барып, жалаушаны алып келеді.

Бақылау: Күннің жылуын сезіну.

Еңбекке баулу: Құм ойыншықтарын жинау.

9-күн

Дербес әрекет: Қуыршақ арбасын сүйреп ойнау.

Қимылды ойын: «Кім шапшаң жетеді?».

Сканировано с CamScanner

Бақылау: Жаңбыр тамшыларын бақылау.
Еңбекке баулу: Гүлдерге су құю.
10-күн
Дербес әрекет: Конструктордан көпір, мұнара жасау.
Қимылды ойын: «Арқан тартыс».
Бақылау: Шөптің сарғаюын салыстыру.
Еңбекке баулу: Құраған шөпті жұлу, жинау.
11-күн
Дербес әрекет: Пазлдардан күз көрінісін құрастыру.
Қимылды ойын: «Қасқыр мен қоян».
Бақылау: Ағаш діңін зерттеу, оның қаттылығын сезіну.
Еңбекке баулу: Құмды күрекшелермен тегістеу.
12-күн
Дербес әрекет: Доппен жұптасып ойнау.
Қимылды ойын: «Кім шапшаң?».
Бақылау: Бұлттардың қозғалысын қарау.
Еңбекке баулу: Ойыншықтарды орнына қою.
13-күн
Дербес әрекет: Бор арқылы күзгі сурет салу.
Қимылды ойын: «Жылан».
Бақылау: Жапырақтың пішінін салыстыру.
Еңбекке баулу: Жапырақтарды жинап, бөшкеге салу.
14-күн
Дербес әрекет: Конструктордан «көлік аялдамасы» жасау.
Қимылды ойын: «Кім тез жетеді?».
Бақылау: Құстардың ұшуы, дыбыстары.
Еңбекке баулу: Құстарға дән шашу.
15-күн
Дербес әрекет: Қағаздан жапырақ қиып жасау.
Қимылды ойын: «Күн мен түн».
Бақылау: Күннің шығуын қарау.
Еңбекке баулу: Құмды тегістеу.
16-күн
Дербес әрекет: Дөңгелектермен жарысу.
Қимылды ойын: «Жаңбырдан қаш».
Бақылау: Ағаш бұтақтарын қарау.
Еңбекке баулу: Жапырақтарды қапқа жинау.
17-күн
Дербес әрекет: Құмнан қамал жасау.
Қимылды ойын: «Қояндар секіреді».
Бақылау: Құраған және жасыл шөпті салыстыру.
Еңбекке баулу: Шөпті жинау.
18-күн
Дербес әрекет: Қуыршақтармен ойнау (рөлдік ойын).
Қимылды ойын: «Құстар мен мысық».
Бақылау: Күннің бұлт арасынан шығуын бақылау.
Еңбекке баулу: Құралдарды жуу, тазалау.
19-күн
Дербес әрекет: Доппен эстафета ойнау.
Қимылды ойын: «Жүгіріп қаш».

Сканировано с CamScanner

Бақылау: Желдің соғуын анықтау.
Еңбекке баулу: Сыпырғышпен аумақты тазалау.
20-күн
Дербес әрекет: Конструктормен «қала көшесін» жасау.
Қимылды ойын: «Кім ұстады?».
Бақылау: Ағаш діңіндегі қынапы бақылау.
Еңбекке баулу: Алаңды қоқыстан тазарту.
21-күн
Дербес әрекет: Құмнан жол, көпір жасау.
Қимылды ойын: «Құстар қайда қонды?».
Бақылау: Күзгі күннің қысқаруын әңгімелеу.
Еңбекке баулу: Жапырақтарды үйіп жинау.
22-күн
Дербес әрекет: Кубиктерден «үй ішін» құрастыру.
Қимылды ойын: «Қарлығаш ұшты».
Бақылау: Ағаш бұтақтарының жалаңаштанып қалуын карау.
Еңбекке баулу: Құралдарды жинау.
23-күн
Дербес әрекет: Шарлармен ойын (жарыс, кім ұзағырақ ұстайды).
Қимылды ойын: «Құстар ұшты».
Бақылау: Аспанды бақылау.
Еңбекке баулу: Қоқыстарды жинау.
24-күн
Дербес әрекет: Құмнан әңгіме ойлап шығару (мысалы, «қамалдағы ханзада»).
Қимылды ойын: «Қояндар мен қасқыр».
Бақылау: «Күзгі жапырақтар». Түстерін, пішіндерін салыстыру.
Еңбекке баулу: Жапырақтарды сыпырып, қапқа жинау.
Мектепалды топқа ата-аналарға кеңес (қазан айы, 24 күн)

1-күн
Таңертең: «Баланы балабақшаға көңілді әкелу үшін жол бойы онымен әңгімелесіп, жылы сөз айтыңыз.»
Кешке: «Үйге барған соң балаңыздан бүгінгі серуенде не байқағанын сұрап көріңіз.»
2-күн
Таңертең: «Балаңызды жылы шыраймен шығарып салыңыз – оның күні шуақты басталады.»
Кешке: «Үйде бірге кітап оқып, суреттер бойынша әңгіме құрастырыңыз.»
3-күн
Таңертең: «Бүгін ауа райы салқындады, балаға жылы киім кигізуді ұмытпаңыз.»
Кешке: «Кешке бірге серуендеп, күзгі табиғатты бірге бақылауға тырысыңыз.»
4-күн
Таңертең: «Балаға сүйікті ойыншығын бермеңіз, ол алаңдатуы мүмкін.»
Кешке: «Үйде балаға көмектесетін шағын тапсырма беріңіз (мысалы, ойыншық жинау).»
5-күн
Таңертең: «Бала балабақшаға келгенде өзін қауіпсіз сезінуі үшін жылы құшақтап шығарып салыңыз.»
Кешке: «Үйде баламен бірге сурет салыңыз немесе қолөнер жасаңыз.»
6-күн

Сканировано с CamScanner

Таңертең: «Баланы асықтырмай, сабырлы түрде киіндіріп әкелу – оның көңіл-күйіне әсер етеді.»
Кешке: «Үйде бірге ән айтып, өлең жаттауға тырысыңыз.»
7-күн
Таңертең: «Баланың көңілін көтеретін жылы сөз айтыңыз.»
Кешке: «Үйде бірге тақпақ жаттаңыз немесе жаңа сөздер үйретіңіз.»
8-күн
Таңертең: «Балаға пайдалы таңғы ас беруді ұмытпаңыз.»
Кешке: «Баладан бүгін кандай ойын ойнағанын сұраңыз.»
9-күн
Таңертең: «Балаңызды күлімдеп шығарып салыңыз – бұл оған қуат береді.»
Кешке: «Үйде бірге ертегі оқыңыз, рөлдерді бөлісіп ойнаңыз.»
10-күн
Таңертең: «Балаңызға «сен ақылдысың, бәрін жасай аласың» деп сенім білдіріңіз.»
Кешке: «Кешке бірге үстел үсті ойынын ойнаңыз.»
11-күн
Таңертең: «Баланы әкелгенде тәрбиешіге сәлемдесуге үйретіңіз.»
Кешке: «Үйде балаға кешкі ас дайындауға көмектесуге мүмкіндік беріңіз.»
12-күн
Таңертең: «Балаңызға күлімдеп қоштасып, қол бұлғаңыз.»
Кешке: «Баладан бүгінгі серуеннен не ұнағанын сұраңыз.»
13-күн
Таңертең: «Баланың киімі таза әрі ыңғайлы болуына мән беріңіз.»
Кешке: «Үйде балаға қысқа ертегі оқып беріңіз.»
14-күн
Таңертең: «Балаңызға «сәтті күн тілеймін» деп айтыңыз.»
Кешке: «Үйде балаға сурет салуға немесе мозаика жинауға көмектесіңіз.»
15-күн
Таңертең: «Балаңызға жылы сөз айтып, қуанышты көңілмен шығарып салыңыз.»
Кешке: «Үйде бірге қысқа қимылды ойын ойнаңыз.»
16-күн
Таңертең: «Балаға өзін еркін сезінуіне мүмкіндік беріңіз, асықтырмаңыз.»
Кешке: «Балаға бүгінгі әсерін сурет арқылы жеткізуге көмектесіңіз.»
17-күн
Таңертең: «Балаға жылы киім кигізіп, ыңғайлы аяқ киімін қараңыз.»
Кешке: «Үйде бірге тақпақ қайталап, жаттауға көмектесіңіз.»
18-күн
Таңертең: «Балаңызға сенім білдіріңіз, «сен бәрін орындай аласың» деп айтыңыз.»
Кешке: «Үйде бірге құрастыру ойындарын ойнаңыз.»
19-күн
Таңертең: «Балаға көтеріңкі көңіл күй сыйлаңыз.»
Кешке: «Үйде бірге ертегі кейіпкерлерін дауысқа салып ойнаңыз.»
20-күн
Таңертең: «Баланы жылы сөзбен шығарып салыңыз.»
Кешке: «Үйде баламен бірге сурет альбомын қарап, әңгімелесіңіз.»
21-күн
Таңертең: «Балаға жылы құшақ сыйлаңыз.»
Кешке: «Балаға шағын үй шаруасына көмектесуге мүмкіндік беріңіз.»
22-күн

Сканировано с CamScanner

Таңертең: «Балаңызды асықтырмай, көңілді әкеліңіз.»
Кешке: «Үйде бірге қимылды ойын ойнаңыз.»
23-күн
Таңертең: «Балаға «балабақшада жақсы күн өткіз» деп тілек айтыңыз.»
Кешке: «Баладан бүгін не үйренгенін сұраңыз.»
24-күн
Таңертең: «Балаға күлімдеп қараңыз, жылы сөз айтыңыз.»
Кешке: «Балаға бірге ән айтуға немесе өлең жаттауға уақыт бөліңіз.»

Қазан айына арналған 24 күндік қимылды ойындар жоспары (мектепалды топ)
1-күн
Атауы: Арқан тартыс
Мақсаты: Күш пен төзімділікті дамыту, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.
Еңбек әрекеті: Спорттық құралдарды орналастыру.
Қимылды ойын: Балалар екі топқа бөлініп, арқанды тартады. Қай топ сызықтан асыра тартса, жеңімпаз атанады.
2-күн
Атауы: Допты дәл жеткіз
Мақсаты: Қолдың ептілігін, дәлдікті дамыту.
Еңбек әрекеті: Доптарды жинау.
Қимылды ойын: Балалар бір-біріне допты домалатады. Белгіленген жерге кім тез жеткізсе, сол жеңеді.
3-күн
Атауы: Жалаушаны ал
Мақсаты: Жылдамдық пен батылдықты дамыту.
Еңбек әрекеті: Жалаушаларды орнату.
Қимылды ойын: Ортаға қойылған жалаушаны екі бала жарыса жүгіріп алып келеді.
4-күн
Атауы: Кім тез жинайды?
Мақсаты: Шапшаңдық, зейінді дамыту.
Еңбек әрекеті: Кубиктерді, ойыншықтарды бөлу.
Қимылды ойын: Балалар шашылған ойыншықтарды белгі бойынша тез жинайды.
5-күн
Атауы: Кедергіден өт
Мақсаты: Ептілікті, батылдықты дамыту.
Еңбек әрекеті: Кедергілерді орнату.
Қимылды ойын: Балалар белгіленген кедергілерден (сызық, шеңбер, қақпа) кезекпен өтеді.
6-күн
Атауы: Кім жылдам жүгіреді?
Мақсаты: Жүгіру шапшаңдығын арттыру.
Еңбек әрекеті: Жүгіру жолын тазалау.
Қимылды ойын: Балалар топпен жарысып жүгіріп өтеді.
7-күн
Атауы: Допты жоғары лақтыр
Мақсаты: Қол қимылдарын дамыту, дәлдікке үйрету.
Еңбек әрекеті: Доптарды жинау.
Қимылды ойын: Балалар допты жоғары лақтырып, қайта қағып алуы тиіс.

Сканировано с CamScanner

8-күн
Атауы: Жүгіріп барып белгіге тию
Мақсаты: Жылдамдық, шапшаңдықты дамыту.
Еңбек әрекеті: Белгі орнату.
Қимылды ойын: Балалар белгіленген жерге барып, қолымен тиіп қайтады.
9-күн
Атауы: Топпен жарыс
Мақсаты: Ұжымшылдықты, бәсекелестікті дамыту.
Еңбек әрекеті: Спорт құралдарын орнына қою.
Қимылды ойын: Балалар екі топқа бөлініп, кезекпен жарысады (жүгіру, секіру).
10-күн
Атауы: Кедергі арқылы секіру
Мақсаты: Секіру дағдыларын жетілдіру.
Еңбек әрекеті: Кедергі қою.
Қимылды ойын: Балалар бір-бірлеп кедергіден секіреді.
11-күн
Атауы: Кім тез жүреді?
Мақсаты: Төзімділікті дамыту.
Еңбек әрекеті: Жолды сыпыру.
Қимылды ойын: Балалар белгіленген жерге дейін жүгіреді, қайта оралады.
12-күн
Атауы: Жалаушаны жеткіз
Мақсаты: Шапшаңдық, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.
Еңбек әрекеті: Жалаушаларды жинау.
Қимылды ойын: Бір бала жалаушаны келесі балаға береді, тізбек бойынша соңғысы мәреге жеткізеді.
13-күн
Атауы: Қарлығаштар мен қыран
Мақсаты: Сақтық пен ептілікті дамыту.
Еңбек әрекеті: Құстарға жем шашу.
Қимылды ойын: Балалар қарлығаш болып ойнайды, қыран шыққанда паналайды.
14-күн
Атауы: Шеңберден шықпа
Мақсаты: Зейінді, ережені орындауды дамыту.
Еңбек әрекеті: Шеңбер сызықтарын сызу.
Қимылды ойын: Балалар шеңбер ішінде жүреді, белгі берілгенде тоқтап қалады. Шеңберден шыққан бала ойыннан шығады.
15-күн
Атауы: Жылдам қояндар
Мақсаты: Жылдам секіруге тәрбиелеу.
Еңбек әрекеті: Шөп жинау.
Қимылды ойын: Қояндар белгіленген орынға секіріп барады.
16-күн
Атауы: Кім шапшаң?
Мақсаты: Жарыс арқылы төзімділікті дамыту.
Еңбек әрекеті: Ойын алаңын реттеу.
Қимылды ойын: Балалар жарысып жүгіріп, мәреге кім бірінші жетеді.
17-күн
Атауы: Жануарларды құтқар
Мақсаты: Ептілік, қиялды дамыту.

Сканировано с CamScanner

Еңбек әрекеті: Ойыншықтарды жинау.
Қимылды ойын: Балалар ойыншық жануарларды «құтқарып», белгіленген жерге жеткізеді.
18-күн
Атауы: Допты нысанаға тигіз
Мақсаты: Дәлдікті, көз мөлшерін дамыту.
Еңбек әрекеті: Нысана орнату.
Қимылды ойын: Балалар допты белгіленген нысанаға лақтырады.
19-күн
Атауы: Жылдам жүгіру эстафетасы
Мақсаты: Топпен жарысуға, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.
Еңбек әрекеті: Спорт құралдарын орнына қою.
Қимылды ойын: Балалар топқа бөлініп, эстафета ойнайды.
20-күн
Атауы: Аю мен балалар
Мақсаты: Ептілік, сақ болуды дамыту.
Еңбек әрекеті: Жапырақ теру.
Қимылды ойын: Балалар ойнап жүреді, «Аю шықты!» дегенде қаша жөнеледі.
21-күн
Атауы: Шеңберді айнала жүгір
Мақсаты: Жүгіруді дамыту, төзімділікке үйрету.
Еңбек әрекеті: Шеңбер сызу.
Қимылды ойын: Балалар шеңберді айнала жүгіріп, белгі берілгенде тоқтайды.
22-күн
Атауы: Топпен секіру
Мақсаты: Ұжымдық әрекетті, секіруді дамыту.
Еңбек әрекеті: Арқан әкелу.
Қимылды ойын: Балалар бір арқаннан кезекпен секіреді.
23-күн
Атауы: Жылдам допшылар
Мақсаты: Қол икемділігін, ұйымшылдықты дамыту.
Еңбек әрекеті: Доптарды жинау.
Қимылды ойын: Допты тізбек бойымен бір-біріне беріп, соңғы бала мәреге жеткізеді.
24-күн
Атауы: Кедергілер алаңы
Мақсаты: Ептілік, батылдыққа тәрбиелеу.
Еңбек әрекеті: Кедергі орнату.
Қимылды ойын: Балалар әртүрлі кедергіден өтіп, мәреге жетеді.

Сканировано с CamScanner

ЕРЕСЕК ТОП таңғы жаттығу қараша

Мақсаты: Дене икемділігін арттыру, тепе-теңдік пен бағыт сезімін дамыту, қимыл үйлесімділігін жетілдіру.

Ұзақтығы: 7–10 минут.

1-күн. «Күнге сәлем»

Тік тұрамыз, қолды жоғары көтеріп – “Күнге сәлем!”

Қолды айналдырамыз (ықық жаттығуы).

Денемізді оңға, солға бұрамыз.

Еңкейіп, қолмен жерге тигіземіз.

Терең дем алып, дем шығарамыз.

2-күн. «Жел соғып тұр»

Қолды жоғары көтеріп, оңға-солға тербелеміз.

Денені бұрып, қолды артқа созамыз.

Еңкейіп, “жел қатты” деп қимыл жасаймыз.

Аяқ ұшымен көтерілу.

Тыныс алу.

3-күн. «Қар ұшты»

Қолды жоғары көтеріп, айналдырамыз.

Еңкейіп, қар жинаймыз.

Қарды жоғары лақтырамыз.

Секіру жаттығуы.

Тыныс алу.

4-күн. «Құстар аспанда»

Қолмен қанат қағамыз.

Шеңбер бойымен жүгіреміз.

“Қонды!” – еңкейеміз.

“Ұшты!” – қайта айналамыз.

Терең дем шығарамыз.

5-күн. «Жел қатты»

Денені оңға-солға бұру.

Қолды алға, артқа айналдыру.

Тізені бүгіп, түзелу (3 рет).

Секіру.

Тыныс алу.

6-күн. «Қарлы орман»

Ауыр қадаммен жүру.

Еңкейіп, “қар домалатамыз”.

Қолмен жоғары көтеріп, “аққала жасаймыз”.

Секіру.

Терең дем шығару.

7-күн. «Күн шықты, жылыту уақыты»

Қолды жоғары көтеру, созылу.

Белге айналмалы қимыл.

Сканировано с CamScanner

Тізе бүгу, түзелу.
Аяқ ұшымен көтерілу.
Терең дем алу.
8-күн. «Құстар ұшады»
Қолмен қанат қағу.
Аяқпен серпілу.
Шеңбер бойымен жүру.
Төмен еңкею, "қондық".
Дем шығару.
9-күн. «Жапырақтар биі»
Қолды жоғары көтеріп, айналамыз.
Белді айналдырамыз.
Еңкейіп, қолмен еденге тигізу.
Түзеліп, дем шығару.
10-күн. «Жел мен күн»
Қолды жоғары көтеру.
Денені оңға-солға бұру.
Қолды айналдыру (алға-артқа).
Аяқпен жеңіл жүру.
Тыныс алу.
11-күн. «Қар домалатамыз»
Еңкейіп, қар домалатамыз (айналмалы қимыл).
Қолды жоғары көтеріп, "қар тастаймыз".
Секіреміз.
Тыныс шығарамыз.
12-күн. «Аю мен қоян»
Ауыр қадаммен жүреміз – "аю жүріп келеді".
Секіру – "қоян секірді".
Еңкею – "қоян тығылды".
Терең дем алу.
13-күн. «Желмен жарысамыз»
Жеңіл жүгіру (10 секунд).
Қолды айналдыру.
Тізе көтеріп, серпілу.
Тыныс алу жаттығуы.
14-күн. «Қысқы орман»
Қолды жоғары көтеріп, айналу.
Белге қол қойып, еңкею.
Аяқ ұшымен көтерілу.
"Қар ұсталық" – дем шығару.
15-күн. «Қар жауып тұр»
Қолмен қар ұстау.
Төмен еңкейіп, қар жинау.

Сканировано с CamScanner

Секіру – "қар лақтырамыз!".
Тыныс алу.
16-күн. «Күн мен бұлт»
Қолды жоғары көтеру – "күн шықты".
Еңкейіп – "бұлт келді".
Қолды айналдыру.
Тыныс шығару.
17-күн. «Қарлы дала»
Қолды айналдыру.
Белге еңкею.
Екі рет секіру.
Тыныс алу жаттығуы.
18-күн. «Таңғы сергіту»
Қолмен жоғары көтеріп, созылу.
Белді айналдыру.
Тізе бүгіп, түзелу (санау: 1–4).
Секіру.
Дем шығару.
19-күн. «Жел және қар»
Қолды жоғары көтеру.
Денені оңға-солға тербету.
Қолмен қар ұстау.
Тыныс шығару.
20-күн. «Қыс келді»
Қолды жоғары көтеріп, айналу.
Еңкею.
Қол мен аяқ үйлесімінде серпілу.
Секіру.
Терең дем алу.

Сканировано с CamScanner

❀ ҚАРАША АЙЫНА АРНАЛҒАН ҚИМЫЛДЫ ОЙЫНДАР (ЕРЕСЕК ТОП – 4 ЖАС)

1-күн. «Жел соғады»

Міндеті: Желдің бағытымен қозғалу арқылы балалардың бағдарлау және қимыл үйлесімділігін дамыту.
Шарты: Тәрбиеші «жел оңнан соғады», «жел солдан соғады» дегенде балалар сол бағытқа қарай жүгіреді. «Жел басылды» десе, бәрі қимылсыз тұрып қалады.

2-күн. «Күзгі жапырақтар»

Міндеті: Табиғатты бақылауға баулу, қимылды ептілікпен орындауға үйрету.
Шарты: Балалар алаңда жапырақ теріп жүреді. Тәрбиеші «жел соқты» дегенде — жапырақтар «ұшады» (жүгіріп айналады), «жаңбыр жауды» десе — тізерлеп отырады.

3-күн. «Қарлығаштар жылы жаққа ұшады»

Міндеті: Топпен бір бағытта қозғалу, тәртіптілікке баулу.
Шарты: Балалар қатарға тұрып, қолдарын жайып ұшқан құстар сияқты жүгіріп өтеді. Тәрбиеші «жел қатты» десе — тізерлей отырады.

4-күн. «Аю қыстауға дайындалады»

Міндеті: Күш пен төзімділікті дамыту, үлкен қозғалыс бұлшықеттерін жетілдіру.
Шарты: Балалар «аюлар» болып, «жем» (доп, кубик) жинап, өз «індеріне» (шеңбер ішіне) апарып қояды.

5-күн. «Жаңбыр тамшылары»

Сканировано с CamScanner

Міндеті: Есту қабілетін дамыту, музыкалық ырғақты сезіну.
Шарты: Музыка жай ойнағанда — балалар жай жүреді, қаттырақ ойнағанда — жүгіріп қозғалады. Музыка тоқтаса — қатып қалады.

6-күн. «Жолмен жүреміз»

Міндеті: Тепе-теңдікті сақтау, дәл жүріске дағдылану.
Шарты: Балалар арқан немесе сызылған сызық бойымен құлап қалмай жүреді. Тәрбиеші кейде бағытты өзгертеді.

7-күн. «Құстар мен жем»

Міндеті: Шапшаңдық пен дәлдік дағдыларын дамыту.
Шарты: Балалар «құстар», ал доптар – «дәндер». Тәрбиеші белгі бергенде балалар «дәндерді» жинап, өз ұяларына (шелектерге) апарады.

8-күн. «Күзгі орманға саяхат»

Міндеті: Табиғатқа қызығушылықты арттыру, қимылды бейнелеу.
Шарты: Балалар орманда жүргендей болып, «ағаш», «жапырақ», «жел» қимылдарын көрсетеді.

9-күн. «Қояндар орман ішінде»

Міндеті: Секіру арқылы аяқ бұлшықеттерін дамыту.
Шарты: Балалар «қояндар» секілді екі аяқпен секіріп жүреді, тәрбиеші «қасқыр!» дегенде тығылады.

10-күн. «Түлкіден қаш»

Міндеті: Жылдамдық пен реакцияны дамыту.
Шарты: Бір бала – «түлкі», қалғандары – «қояндар». Тәрбиеші белгі бергенде түлкі қояндарды қуып жетуге тырысады.

Сканировано с CamScanner

11-күн. «Жапырақ жинаймыз»

Міндеті: Қимылды белсенді ету, еңбекке баулу.
Шарты: Балалар шашылып жатқан қағаз жапырақтарды тез жинап, себетке салады. Кім көп жинайды — сол жеңімпаз.

12-күн. «Құстарға жем шашу»

Міндеті: Ұсақ моториканы, дәлдік пен қамқорлық сезімін дамыту.
Шарты: Балалар кішкене дән (допшалар) алып, оларды себетке дәл тастайды.

13-күн. «Желкенді кеме»

Міндеті: Бірлесе әрекет етуге үйрету, тепе-теңдік сақтау.
Шарты: Балалар қол ұстасып, үлкен мата астында «кеме» болып қозғалады. «Жел қатты» десе, кеме шайқалады.

14-күн. «Қар ұшқыны»

Міндеті: Әдемілік пен жеңіл қимылды сезінуге баулу.
Шарты: Балалар ақ шарларды жоғары лақтырып, қар ұшқынын бейнелейді. Музыка тоқтағанда, бәрі қозғалысты тоқтатады.

15-күн. «Күн мен бұлт»

Міндеті: Назарды дамыту, тыңдай білуге үйрету.
Шарты: Тәрбиеші «күн» десе – балалар қолдарын көтеріп жүгіреді, «бұлт» десе – отыра қалады.

16-күн. «Күзгі желмен жарыс»

Міндеті: Жылдамдық пен төзімділікті арттыру.
Шарты: Тәрбиеші «жел оңнан соқты» десе, балалар оңға қарай жүгіріп, «жел солдан соқты» десе, солға бұрылады.

Сканировано с CamScanner

17-күн. «Кім тез тығылады?»

Міндеті: Реакция мен қимыл шапшаңдығын дамыту.
Шарты: Тәрбиеші «жауын жауды!» дегенде балалар ағаштың артына немесе орындық артына тығылады.

18-күн. «Қарлы жаңбыр»

Міндеті: Ойын арқылы көңіл көтеру, қимылды үйлестіру.
Шарты: Тәрбиеші ақ қағаз қиықтарын жоғары лақтырады. Балалар оларды ұстап, айнала жүгіреді.

19-күн. «Достық шеңбері»

Міндеті: Ұжымдық әрекет, бір-біріне достық қарым-қатынас қалыптастыру.
Шарты: Балалар қол ұстасып шеңбер жасап, айнала қозғалады, ән айтады немесе тілек айтады.

20-күн. «Күзбен қоштасу»

Міндеті: Қиялды дамыту, көңілді көңіл-күй қалыптастыру.
Шарты: Балалар түрлі түсті орамалдармен билеп, «күз» бейнесін бейнелейді. Соңында бәрі «Күзге рахмет!» деп хормен айтады.

Серуен картотекасы қараша айы

1-күн

Дербес әрекет: Балалар өз бетінше күрек, шелек алып, аула тазалау жұмысына белсенді араласады. Бірі жапырақ жинайды, бірі шелектерге салады.
Бақылау: Күздің соңғы күндері. Аспан сұр, күн сирек көрінеді, жел суық. Балалардан сұрау: «Қараша айында ауа райы қандай?», «Ағаштарда не қалды?»
Еңбекке баулу: Жиналған жапырақтарды арнайы орынға жинау.

Сканировано с CamScanner

Қимылды ойын: «Жел соқты» — тәрбиеші жел бағытын айтады, балалар соған қарай иіледі не жүгіреді.

2-күн

Дербес әрекет: Құстарды бақылап, олардың даусын еліктеу.
Бақылау: Құстар неге жылы жаққа ұшады? Торғайлар неге қалады? Тәрбиеші түсіндіреді: торғайлар адамға жақын өмір сүреді, жылы жаққа ұшпайды.
Еңбекке баулу: Құстарға жем салғыш жасау немесе дайын ыдысқа жем салу.
Қимылды ойын: «Құстар мен мысық» — балалар торғай болып ұшады, тәрбиеші мысық рөлінде.

3-күн

Дербес әрекет: Допты бір-біріне лақтыру және қағып алу.
Бақылау: Күннің ерте бататынын, аспанның тез қараңғыланатынын байқау. Балалармен талқылау: «Күн неге тез батады?».
Еңбекке баулу: Ойыннан кейін құралдарды жинау.
Қимылды ойын: «Күн мен бұлт» — «Күн шықты» дегенде жүгіреді, «бұлт келді» дегенде тығылады.

4-күн

Дербес әрекет: Арбамен жиналған жапырақтарды тасу.
Бақылау: Жел бағытын анықтау: орамалды желге тосып көру, «Қай жақтан соғып тұр?» сұрағы.
Еңбекке баулу: Қоқыс пен бұтақтарды жинау.
Қимылды ойын: «Жел мен ағаштар» — тәрбиеші жел рөлінде, балалар ағаш болып шайқалады.

5-күн

Дербес әрекет: Табиғи материалдармен сурет құрастыру (жапырақтан күн, бұтақтан үй).

Сканировано с CamScanner

Бақылау: Жердің дымқылданғанын байқау, балаларға «Неліктен жер дымқыл?» сұрағын қою.
Еңбекке баулу: Жиналған материалдарды бір жерге жинау.
Қимылды ойын: «Жапырақтар ұшады» — балалар жапырақтарша айналып жүгіреді.

6-күн

Дербес әрекет: Топтасып жүгіру, шеңбер құрып ойнау.
Бақылау: Аспандағы бұлттардың түр-түсін ажырату: ақ, сұр, қою.
Еңбекке баулу: Ауладағы ұсақ бұтақтарды жинау.
Қимылды ойын: «Бұлттар жүреді» — балалар бұлттардың қозғалысын қимылмен бейнелейді.

7-күн

Дербес әрекет: Балаларға киімін реттеп, өздігінен киінуге үйрету.
Бақылау: Суық ауаның тынысқа әсерін сезіну: «Тыныс алғанда не сеземіз?».
Еңбекке баулу: Қолғап, бас киім, шарфты дұрыс кию дағдысын бекіту.
Қимылды ойын: «Жылынып алайық» — жүгіру, секіру, алақан шапалақтау.

8-күн

Дербес әрекет: Балалар жұптасып жүреді, бір-біріне көмектеседі.
Бақылау: Күн шыққанда не өзгереді? Жарық көбейе ме? Ауа жылына ма?
Еңбекке баулу: Құстардың жем салғышын тазалап, жаңадан дән салу.
Қимылды ойын: «Құстар жем тереді» — балалар еңкейіп, қолмен қимыл жасайды.

9-күн

Дербес әрекет: Таяқшалармен қар бетіне сызықтар салу.
Бақылау: Қырау мен шықтың айырмашылығын көрсету.

Сканировано с CamScanner

Еңбекке баулу: Қырауды бұтақтардан сілкілеу.
Қимылды ойын: «Ізбен жүр» — тәрбиеші із салады, балалар қайталайды.

10-күн

Дербес әрекет: Қар ұшқынын ұстап көру.
Бақылау: Алғашқы қардың түсуі, оның еріп кетуін бақылау.
Еңбекке баулу: Қарды бір жерге жинауға қатысу.
Қимылды ойын: «Қар ұшып түр» — балалар айналып, қолдарын жайып ойнайды.

11-күн

Дербес әрекет: Қардан кішкене домалақ жасау, бірігіп қар адам пішінін жасау.
Бақылау: Қардың құрылысын сипаттау: жұмсақ, суық, ериді.
Еңбекке баулу: Қардан жол салуға көмектесу.
Қимылды ойын: «Қар домалату» — балалар бірге қимыл жасайды.

12-күн

Дербес әрекет: Балалар шеңбермен жүгіреді, ырғаққа сай қозғалады.
Бақылау: Күннің сирек шығатынын, күн сәулесінің әлсіздігін байқау.
Еңбекке баулу: Құралдарды орнына қою, ойыншықтарды жинау.
Қимылды ойын: «Күн шықты — күн батты».

13-күн

Дербес әрекет: Топталып ойын ұйымдастыру (жүгіру, секіру).
Бақылау: Желдің күші — «қатты» және «баяу» ұғымдарын салыстыру.
Еңбекке баулу: Жел ұшырып кеткен жапырақтарды жинау.
Қимылды ойын: «Жел соқты» — тәрбиеші "қатты" немесе "баяу" деп айтады.

14-күн

Сканировано с CamScanner

Дербес әрекет: Құстардың жем жеуін бақылау, даусын тыңдау.
Бақылау: Құстар не жейді? Оларға не ұнайды?
Еңбекке баулу: Жем салғышты тазалап, жаңа жем салу.
Қимылды ойын: «Торғайлар мен мысық» ойыны.

15-күн

Дербес әрекет: Доппен жұптасып ойнау.
Бақылау: Ағаш бұтақтарының жалаңаштанып қалғанын көру.
Еңбекке баулу: Бұтақтарды жинау, бір жерге қою.
Қимылды ойын: «Ағаш пен жел» — жел соққанда еңкейіп, тынғанда түзелу.

16-күн

Дербес әрекет: Табиғатты сипаттау: «Аспан қандай?», «Ауа қандай?»
Бақылау: Қараша айында не өзгерді? Жердің түсі, аспанның түсі?
Еңбекке баулу: Алаңды таза ұстау, құралдарды жинау.
Қимылды ойын: «Жылынып алайық» — жүгіру, секіру.

17-күн

Дербес әрекет: Қар бетінде сурет салу.
Бақылау: Қар үстіндегі іздердің қай жануарға ұқсайтынын табу.
Еңбекке баулу: Қарды күрекшемен тазалау.
Қимылды ойын: «Ізбен жүр».

18-күн

Дербес әрекет: Қар жинап, оны арбамен тасу.
Бақылау: Қардың ауыр-жеңілдігін салыстыру.
Еңбекке баулу: Ауладағы қарды жинау.
Қимылды ойын: «Қар алып кел».

19-күн

Сканировано с CamScanner

Дербес әрекет: Балалар топпен қозғалып, серуен бағытында жүреді.
Бақылау: Күн сәулесінің қар үстінде жарқырағанын бақылау.
Еңбекке баулу: Құралдарды орнына қою.
Қимылды ойын: «Күн мен қар» — күн шыққанда жүгіреді, бұлт келгенде тоқтайды.

20-күн

Дербес әрекет: Табиғатты қорытынды бақылау: қыска дайындық туралы әңгіме.
Бақылау: Адамдар мен жануарлардың қыста қалай өмір сүретіні туралы түсінік беру.
Еңбекке баулу: Құстарға тағы жем беру, аула тазалау.
Қимылды ойын: «Қыс келді» — балалар жел, қар, күннің қозғалысын бейнелейді.

Сканировано с CamScanner

ЕРЕСЕК ТОП ата анаға кеңес

Мақсаты: Байқағыштық, еңбекке ынта, қарым-қатынас мәдениетін дамыту.

1–5 күн
Баладан ауа райын, табиғатты сұраңыз, бұл ойлауын дамытады.
Таңертең сабырлы әңгіме баланы тыныштандырады.
Балаға киімін өзі дайындауға рұқсат беріңіз.
Кешке «Бүгін не үйрендің?» деген сұрақ қойыңыз.
Тәртіпті болған сәттерін ерекше атап өтіңіз.

6–10 күн
Үйде қарапайым еңбекке қатыстырсаңыз (үстел жинау, гүлге су құю), жауапкершілігі артады.
Баламен бірге сурет салу, ән айту шығармашылық қабілетін дамытады.
Таңертең асықтырмай, сабырмен шығарып салыңыз.
Кешке күннің бір қызықты сәтін бірге еске түсіріңіз.
Баланың сұрақтарына жауап беруден шаршамаңыз.

11–15 күн
Баланың ойымен санасыңыз, «сен қалай ойлайсың?» деп сұраңыз.
Киімін дұрыс киюге және өз заттарын реттеуге дағдыландырыңыз.
Дұрыс сөйлеуін қалыптастыру үшін кітап оқу, тақпақ жаттау пайдалы.
Кешке баланың сезімін тыңдауға уақыт бөліңіз.
Әдептілік әдетін бекітіңіз: «сәлем», «рақмет», «рұқсат».

16–20 күн
Баланың жетістіктерін байқап, жиі мадақтаңыз.
Күн тәртібін бұзбауға тырысыңыз.
Баланың өз пікірін айтуына мүмкіндік беріңіз.
Кешке тыныш ойын немесе ертегі – жақсы демалыс.
Денсаулығын нығайту үшін таза ауа мен дұрыс тамақтану маңызды.

Сканировано с CamScanner

Ересек тобына арналған желтоқсан айының таңғы жаттығу картотекасы

1-күн

1. Тыныс жаттығулары: "Қарды үрле" — мұрынмен терең дем алып, ауызбен баяу үрлеу.

2. Қол жаттығулары: Қолды жоғары көтеру — жанға түсіру (10 рет).

3. Дене бұру: Оңға–солға бұрылу (8 рет).

4. Сергіту: "Қар жауып тұр" қимылды ойыны.

2-күн

1. Тыныс: "Шамды үрлеу" — жеңіл, үздіксіз дем шығару.

2. Аяқ жаттығулары: Орнында жүру, тізені жоғары көтеру (20 сек).

3. Қол-аяқ үйлестіру: Қолды айналдыру (8 рет).

4. Сергіту: "Аққала жасайық" ойыны.

3-күн

1. Тыныс: Терең дем алып, қолды жоғары созу — демді шығарып еңкею.

2. Қол: Қолды алға созып, жұдырық түю-жазу (10 рет).

3. Дене: Еңкею — тізеге, аякка (8 рет).

4. Сергіту: Музыкамен қысқы қимылдар.

4-күн

1. Тыныс: "Қар ұшқынын ұшырайық" — жеңіл үрлеу.

2. Аяқ: Ұсақ қадам, үлкен қадам (20 сек).

3. Арқа: Қолды белге қойып, денені артқа шалқайту (6 рет).

4. Сергіту: "Кім жылдам?" жеңіл жүгіру.

5-күн

1. Тыныс: Кеудені кең ашып дем алу.

2. Қол: Жанға созып, жоғары көтеру (10 рет).

3. Дене: Шалқаю–еңкею (6 рет).

4. Сергіту: "Қар лақтыру" қимылы.

6-күн

1. Тыныс: Мұрынмен дем алу — ауызбен шығару.

2. Аяқ: Бір орында секіру (10 рет).

3. Қол: Қолды айналдыру — алға/артқа (8 рет).

4. Сергіту: «Қояндар секірсін».

7-күн

1. Тыныс: Терең дем алу, қолды жоғары созу.

2. Дене: Қиғаш еңкею (әр жакка 6 рет).

3. Аяқ: Тізені бүгу–жазу (8 рет).

4. Сергіту: "Аю ояды".

8-күн

1. Тыныс: "Жылы бу" — алаканға үрлеу.

2. Қол: Қол сермеу (10 рет).

3. Дене: Белді айналдыру (6 рет).

4. Сергіту: Мұз айдынында сырғанау қимылдары.

9-күн

1. Тыныс: Қыска, жиі тыныс шығару.

2. Аяқ: Табанды көтеру–түсіру (10 рет).

3. Арқа: "Мысық–жуас мысық" (6 рет).

4. Сергіту: "Аққала бұзбай жүр".

10-күн

1. Тыныс: Қолды жоғары көтеріп дем алу.

2. Қол: Шапалақ соғу — жоғары, алға (10 рет).

Сканировано с CamScanner

3. Дене: Отырып-тұру (6 рет).
4. Сергіту: Қысқы әуенмен қимыл.
11-күн
1. Тыныс: Үлкен қар шарын үрлеу.
2. Аяқ: Аяқ ұшымен жүру (20 сек)
3. Дене: Иық айналдыру (8 рет).
4. Сергіту: «Тиіннің қимылы».
12-күн
1. Тыныс: "Шырша шамы" үрлеу.
2. Қол: Қолды жоғары көтеру, айналдыру (8 рет).
3. Дене: Бүйірге еңкею (әр жаққа 6 рет).
4. Сергіту: «Шырша айналу».
13-күн
1. Тыныс: Терең дем — баяу шығару.
2. Аяқ: Жеңіл жүгіру (20 сек).
3. Қол: Қолды айқастырып ашу (8 рет).
4. Сергіту: «Қармен ойнайық».
14-күн
1. Тыныс: "Бу шығару".
2. Дене: Белді бұру (8 рет).
3. Қол: Қолды белге қойып, шынтақпен айналдыру (6 рет).
4. Сергіту: "Мұз үстінде жүріс".
15-күн
1. Тыныс: Терең дем алып, қолды көтеру.
2. Аяқ: Секіріп қону (8 рет).
3. Қол: Қолды жоғары созу–түсір (10 рет).
4. Сергіту: «Қар жауады» қимылдары.
16-күн
1. Тыныс: Қыска дем алу — ұзақ шығару.
2. Дене: Денені айналдыру (6 рет)
3. Аяқ: Тізені жоғары көтеріп жүру (20 сек)
4. Сергіту: «Желтоқсан желі».
17-күн
1. Тыныс: Ерін арқылы баяу үрлеу.
2. Қол: Қолмен қар жұмыршақ жасау қимылы.
3. Дене: Еңкею — бір аяққа (әр аяққа 6 рет).
4. Сергіту: «Қар шарын домалату».
18-күн
1. Тыныс: Ауызбен терең дем шығару.
2. Аяқ: Бір орында тыныш секіру (10 рет).
3. Қол: Шеңбер бойымен айналдыру (8 рет).
4. Сергіту: «Қардағы іздер».
19-күн
1. Тыныс: Қолды жая дем алу.
2. Дене: Еңкею — алақанмен еденге тию (6 рет).
3. Аяқ: Табанмен домалау (10 рет).
4. Сергіту: «Қарлы орман».
20-күн
1. Тыныс: Мұрынмен дем алу — қыска шығару.
2. Қол: Айқастырып ашу–жабу (10 рет).

Сканировано с CamScanner

3. Дене: Белді айналдыру (8 рет)
4. Сергіту: "Шырша жанында би"
21-күн
1. Тыныс: Тынысты реттеу — баяу, бірқалыпты
2. Аяқ: Сырғанау имитациясы (20 сек)
3. Қол: Иықты көтеру–түсіру (8 рет)
4. Сергіту: «Қар жинаймыз»
22-күн
1. Тыныс: Қар ұшқынын үрлеу
2. Дене: Денені оңға–солға айналдыру (8 рет)
3. Қол: Қолды жоғары созу–айналдыру (6 рет)
4. Сергіту: «Ақ жолақпен жүру»
23-күн
1. Тыныс: Қолды кең жайып дем алу
2. Аяқ: Тізені бүгіп секіру–түсу (8 рет)
3. Дене: Бүйірге созылу (6 рет)
4. Сергіту: «Қыс келбеті».

Ересек тобына арналған желтоқсан айының 23 күндік серуен картотекасы

1-күн
Дербес әрекет:
Балалар қарды екі алақанмен қысып көріп, оның қасиеттерін сезінеді. Үлкен және кіші шарлар домалатып, оларды біріктіріп үлкен қар шеңбер жасайды. Қардың тығыздығын, жабыспауын, тез еруін байқау арқылы тактильді сезім мен ұсақ моторика дамиды
Бақылау:
«Қар қандай?» – балалар қарды алақанға салып ұстайды, оның салмағын, суықтығын, ерігіштігін бақылап, уақыт өлшейді. Қардың жеңіл және ылғалды түрлерін салыстырады
Еңбекке баулу:
Алаңдағы негізгі жолдарды кардан тазалау. Қар күрегімен дұрыс жұмыс істеуді, бірге еңбек етуді үйренеді
Қимылды ойын:
«Қар домалату жарысы» – жылдамдық, күш, ептілік дағдысын дамытады.

2-күн
Дербес әрекет:
Балаларға кардан жануар мүсіндері, шағын үйлер, жұлдызша, жүрек жасау ұсынылады. Мүсіндеу кезінде қарды әртүрлі күшпен басып, формасын сақтауды үйренеді.
Бақылау:
Желдің бағытын бақылау: қар ұшқынының қозғалысына қарап желдің қайдан соғып тұрғанын анықтау. Желдің қарға әсерін талдау.
Еңбекке баулу:
Баспалдақ, жол жиектерін тазалау.
Қимылды ойын:
«Аю мен аңдар».

3-күн
Дербес әрекет:

Сканировано с CamScanner

Қарға таяқшамен күрделі фигуралар: ирек сызықтар, көпірлер, бір-бірімен байланысқан жолдар салу.
Бақылау:
Қысқы ағаштардың ерекшелігі: жапыраксыз, бұтақтарындағы қар, дің түсі. Ағаш түрлерін салыстыру
Еңбекке баулу:
Құстарға жем салғышты тазалап, толтыру.
Қимылды ойын:
«Қар ойыншықтары».

4-күн
Дербес әрекет:
Қардан ұзын және тар, кең жолдар салу. Балалар маршрутты өздері жоспарлайды.
Бақылау:
Бұлттың қозғалысы, түсі, пішінінің өзгеруі.
Еңбекке баулу:
Ойын алаңының ортасын тазарту.
Қимылды ойын:
«Секір де жүгір».

5-күн
Дербес әрекет:
Қатты қар мен ұлпа қарды салыстыру, оның айырмашылығын сезіну.
Бақылау:
Қар қалың, орташа, жұқа түскен аймақтарды анықтау.
Еңбекке баулу:
Шана жолын тазарту.
Қимылды ойын:
«Қар лақтыру».

6-күн
Дербес әрекет:
Сырғанаудан із қалдыру. Түрлі жүру түрлерін байқап көру: сырғанау, жай жүру, тез жүру.
Бақылау:
Мұздың қалай қататынын тәжірибе арқылы бақылау.
Еңбекке баулу:
Мұзды жерлерге құм себу.
Қимылды ойын:
«Мұз үстімен жүріп көр».

7-күн
Дербес әрекет:
Аққала құрастыру. Бас–дене–аяқ бөліктерін сәйкестендіру.
Бақылау:
Қыста кездесетін құстарды бақылау (торғай, суықторғай).
Еңбекке баулу:
Жем салғышқа дән салу.
Қимылды ойын:
«Құстар мен қыран».

Сканировано с CamScanner

8-күн
Дербес әрекет:
Қарға жануар іздерін салу: қоян, түлкі, қасқыр.
Бақылау:
Жануарлардың нақты іздерін суреттермен салыстыру.
Еңбекке баулу:
Қарды бір жерге жинап, тегістеу.
Қимылды ойын:
«Ізді тап»

9-күн
Дербес әрекет:
Қалыптармен кардан күрделі пішіндер жасау.
Бақылау:
Желдің карды қалай қозғалтуын бақылау.
Еңбекке баулу:
Жолды кардан тазарту.
Қимылды ойын:
«Жел соқты».

10-күн
Дербес әрекет:
Кардан үлкен лабиринт салу.
Бақылау:
Аспан түсінің өзгерісін бақылау.
Еңбекке баулу:
Жолдарды кенейту.
Қимылды ойын:
«Тез жинал!».

11-күн
Дербес әрекет:
Қатты, жұмсақ, суланған карды колмен тексеру.
Бақылау:
Қарлы жер бедерін зерттеу.
Еңбекке баулу:
Мұз қатқан жерді айналып тазалау.
Қимылды ойын:
«Желмая».

12-күн
Дербес әрекет:
Қар шеңберлері мен жолақтар жасау.
Бақылау:
Кардың жұқа–қалың түсу ерекшелігі.
Еңбекке баулу:
Сырғанақ жолын тазарту.
Қимылды ойын:
«Қар астында кім?».

Сканировано с CamScanner

13-күн
Дербес әрекет:
Қардың тығыз аймағын тауып, оның себебін талдау.
Бақылау:
Қар үлпасын үлкейтіп қарау.
Еңбекке баулу:
Күм салғышты тазалау.
Қимылды ойын:
«Қуып жет».

14-күн
Дербес әрекет:
Қар астына зат жасырып, оны табу.
Бақылау:
Ағаш бұтақтарындағы қардың орналасуын бақылау.
Еңбекке баулу:
Бұтақтарды кардан тазарту.
Қимылды ойын:
«Ағаш астынан өт».

15-күн
Дербес әрекет:
Қарға үлкен геометриялық пішіндер салып, күрделі жолдар құру.
Бақылау:
Қардың дыбыстық ерекшеліктерін салыстыру.
Еңбекке баулу:
Орындықтарды кардан тазарту.
Қимылды ойын:
«Қар түйіршігін тап».

16-күн
Дербес әрекет:
Тығыз кардан бекініс жасау.
Бақылау:
Күн жарықтығының кыс мезгілінде өзгеруін бақылау.
Еңбекке баулу:
Қауіпсіз жүретін жол қалыптастыру.
Қимылды ойын:
«Шанамен сырғанау».

17-күн
Дербес әрекет:
Қар жолымен лабиринт жоспарлау.
Бақылау:
Қардың еру–қату циклін бақылау.
Еңбекке баулу:
Кардан үйінді жасау.
Қимылды ойын:
«Қарлы жолмен жүру».

Сканировано с CamScanner

18-күн
Дербес әрекет:
Қарды ыспен алып қысу, оның өзгеруін сезіну.
Бақылау:
Мұзды жерді ажырату, қауіпсіздік ережелерін түсіну.
Еңбекке баулу:
Мұзды аймақтарға құм себу.
Қимылды ойын:
«Сырғанау жарысы».

19-күн
Дербес әрекет:
Қарда еркін қозғалып, жылдам жүгіру, тоқтау жаттығулары.
Бақылау:
Қардың күнге шағылысу қасиетін бақылау.
Еңбекке баулу:
Құстарға дән шашу.
Қимылды ойын:
«Кім тез?».

20-күн
Дербес әрекет:
Қардан дуал, биік мүсін жасау.
Бақылау:
Желдің қарды қалай көтеріп, ұшыратынын бақылау.
Еңбекке баулу:
Қарды күреу.
Қимылды ойын:
«Жел мен жолаушы».

21-күн
Дербес әрекет:
Қарға әріп, фигура, таңба салу.
Бақылау:
Табиғи дыбыстарды тыңдау: жел, құс, аяқ астындағы кар сықыры.
Еңбекке баулу:
Қарды шелектеп тасу, бөлу.
Қимылды ойын:
«Іздер арқылы тап».

22-күн
Дербес әрекет:
Қар ұлпасын үлкейткішпен қарау (мүмкін болса).
Бақылау:
Қар бөлшектерінің пішіні, құрылымы.
Еңбекке баулу:
Ойын алаңын тазалау.
Қимылды ойын:
«Қар ұшқыны».

Сканировано с CamScanner

23-күн
Дербес әрекет:
Қардан өз қалауымен фигура, мүсін жасау.
Бақылау:
Қысқы табиғаттың толық көрінісін бақылау: аспан, ағаш, қар, мұз, іздер.
Еңбекке баулу:
Қар үйінділерін тегістеу.
Қимылды ойын:
«Қыс келбеті».

Ересек топқа арналған қимылды ойындар

1-күн. *«Қар төбешігіне шық»*
Міндеті: Күш пен тепе-теңдікті дамыту.
Шарты: Балалар кардан жасалған немесе жасанды төбешікке кезекпен шығып, қайта түседі. Құламай, тепе-теңдік сақтауы керек.
2-күн. *«Қояндар қардан секіреді»*
Міндеті: Секіру және бағдарлау дағдыларын жетілдіру.
Шарты: Еденге немесе қарға шеңберлер салынады. Балалар қоянша бір шеңберден екіншісіне секіреді.
3-күн. *«Түлкі мен үйректер»*
Міндеті: Тыңдау, жылдам қимылдау және бағытты өзгерту.
Шарты: «Түлкі ұйықтап жатыр» – балалар жай жүреді. «Оянды!» дегенде үйректер өз "көліне" қашады.
4-күн. *«Қар лақтыр»*
Міндеті: Дәлдік пен қол бұлшықеттерін дамыту.
Шарты: Балалар қағаз қарларды нысанаға (шеңберге немесе шелектің ішіне) дәл тигізіп лақтырады.
5-күн. *«Тиіндер жаңғақ жинайды»*
Міндеті: Жинақылық, шапшаңдық.
Шарты: Балалар шашылған доптарды «жаңғақ» деп жинап, себетке салады. Кім көп жинаса, сол жеңімпаз.
6-күн. *«Қасқырдан қаш»*
Міндеті: Қашу, бағыт сезімін жетілдіру.
Шарты: Бір бала — қасқыр. Қалғандары белгі берілгенде ағаштардың артына немесе шеңберге тығылады.
7-күн. *«Шанамен жарыс»*
Міндеті: Күш пен төзімділікті арттыру.
Шарты: Балалар жұппен бірігіп, біреуі шананы тартып, екіншісі отырады. Белгіленген жерге дейін жарысады.
8-күн. *«Аңдар ізінен»*
Міндеті: Бақылағыштық, есте сақтау қабілетін дамыту.
Шарты: Қар үстіне аңдардың ізі бейнеленеді. Балалар ізге қарап, қай аң екенін табады.
9-күн. *«Қарлы өткел»*
Міндеті: Тепе-теңдік сақтау.
Шарты: Арқанмен немесе сызықпен салынған жол бойымен жүріп өту.

Сканировано с CamScanner

10-күн. *«Қарды кім тез домалатады?»*
Міндеті: Ептілік пен бірлесе әрекет ету.
Шарты: Балалар топпен бірігіп «қар добын» домалатып, үйіндіге жеткізеді.
11-күн. *«Тоғайдағы аңдар»*
Міндеті: Қимыл үйлесімін дамыту
Шарты: Балалар әртүрлі аңның қозғалысын салып, қимылмен бейнелейді.
12-күн. *«Қар жауып тұр»*
Міндеті: Ырғақ сезімін дамыту.
Шарты: Музыка әуеніне сәйкес қол қимылдарын қар жаугандай баяу орындайды.
13-күн. *«Қар жиналған жол»*
Міндеті: Дұрыс жүру, тепе-теңдік.
Шарты: Балалар бір-бірінің артынан тұрып, «қарлы жолмен» сүрінбей жүреді.
14-күн. *«Аюдың інін тап»*
Міндеті: Кеңістікті бағдарлау.
Шарты: Балалар «орманда» жүреді. «Қасқыр келеді!» десе, «інге» тығылады.
15-күн. *«Қармен белгі сал»*
Міндеті: Шығармашылық пен қозғалыс үйлесімін дамыту.
Шарты: Балалар таяқшамен қар үстіне сурет немесе сызықтар салады.
16-күн. *«Жел соқты»*
Міндеті: Денені еркін қозғалту.
Шарты: «Жел соқты» десе – бір бағытқа жүгіріп, «жел тынды» десе – тоқтайды.
17-күн. *«Қар көпірінен өт»*
Міндеті: Тепе-теңдік сақтау.
Шарты: Тақтайша немесе арқан үстімен құламай өту.
18-күн. *«Кім тез жасырынады?»*
Міндеті: Шапшаңдық пен зейін.
Шарты: Белгі бойынша балалар белгіленген орындарға тығылады.
19-күн. *«Аңдар шанамен сырғанайды»*
Міндеті: Қиял мен қозғалыс үйлесімін дамыту.
Шарты: Балалар жануарлар кейіпінде шанамен сырғанап ойнайды.
20-күн. *«Қар добын лақтыр»*
Міндеті: Дәлдікке баулу.
Шарты: Балалар допты шеңбер ішіне немесе сызық ар жағына лақтырады.
21-күн. *«Қар астында не бар?»*
Міндеті: Тапқырлықты дамыту.
Шарты: Тәрбиеші «қар» астына ойыншық жасырады, балалар тауып атын атайды.
22-күн. *«Жаңа жылдық көңіл күй»*
Міндеті: Би, қимыл және шаттық арқылы ұжымдық сезімді қалыптастыру.
Шарты: Балалар шырша айналасында би билеп, өлең айтып, қимылмен ойнайды.

Желтоқсан айына арналған ата-аналарға 23 күндік таңертеңгі және кешкі кеңестер
1-күн
Таңертең:
Балаңызға жылы сөз айтып шығарып салыңыз. Позитивті сөз күні бойы сенім береді.
Кешке:
Күні қалай өткенін тыңдаңыз. Тыңдалған бала өзін бағалы сезінеді.

2-күн
Таңертең:

Сканировано с CamScanner

Баланы асықтырмай киінуге мүмкіндік беріңіз – бұл оның дербестігін дамытады.
Кешке:
Бүгін қандай жаңа нәрсе үйренгенін бірге талқылаңыз.

3-күн
Таңертең:
Баланың көңіл-күйіне мән беріп, қысқа құшақтап шығарып салыңыз.
Кешке:
Балаңызбен 5 минут сапалы уақыт өткізіңіз – әңгіме, ойын, бірге күлу.

4-күн
Таңертең:
Балаға өзін-өзі күту дағдыларын ақырындап үйретіңіз: аяқ киімін өзі шешу, жинау.
Кешке:
Күннің жақсы өткен бір сәтін атап өтіп, мақтап қойыңыз.

5-күн
Таңертең:
Балаға достарымен жақсы қарым-қатынаста болудың маңызын ескертіңіз.
Кешке:
Бүгін кімге көмектескенін немесе кім көмектескенін сұраңыз.

6-күн
Таңертең:
Балаға «сен бүгін жақсы нәтиже көрсетесің» деп сенім сыйлаңыз.
Кешке:
Үй тапсырмасы болмаса да, бірге кітап қарап, 5 минут оқуға уақыт бөліңіз.

7-күн
Таңертең:
Балаға өзінің эмоциясын айтуға рұқсат беріңіз. «Қалай сезініп тұрсың?» деп сұраңыз.
Кешке:
Бірге тыныш ойын ойнап, күнді жайлы аяқтауға көмектесіңіз.

8-күн
Таңертең:
Баланың танымдық қызығушылығын ояту үшін: «Бүгін не үйренгім келеді?» деп сұраңыз.
Кешке:
Бір шағын жетістігін міндетті түрде атап өтіп, мақтаңыз.

9-күн
Таңертең:
Балаға балабақшадағы тәртіпті сақтау қажеттігін еске түсіріңіз, бірақ қысымсыз.
Кешке:
Күн ішіндегі қиындықтарын жылы қабылдап, қолдау көрсетіңіз.

10-күн
Таңертең:
Баланы күлімсіреп шығарып салу – оның өзін қауіпсіз сезінуіне әсер етеді.

Сканировано с CamScanner

Кешке:
Бірге тыныш әуен тыңдап, эмоционалды күйін реттеуге көмектесіңіз.

11-күн
Таңертең:
«Сен мейірімдісің», «сен ақылдысың» сияқты бекітуші сөздер айтыңыз.
Кешке:
Бүгін қандай жақсы әрекет жасағанын сұрап, талқылаңыз.

12-күн
Таңертең:
Баланың киімін өзі таңдауға кішкене мүмкіндік беріңіз – бұл жауапкершілік сезімін арттырады.
Кешке:
Бірге үй жинаудың кішкентай бөлігін орындаңыз – еңбек тәрбиесін қалыптастырады.

13-күн
Таңертең:
Балаға жай ғана жылы сөздер жеткізіңіз: «Мен сені жақсы көремін».
Кешке:
Баланыздың күні қалай өткенін тыңдап, сөзін бөлмей қабылдаңыз.

14-күн
Таңертең:
Балаға «достармен бөлісу – жақсы қасиет» екенін айтыңыз.
Кешке:
Бүгін кіммен ойнағанын, не бөліскенін сұраңыз.

15-күн
Таңертең:
Сәл-пәл қиындықтармен күресу үшін балаға: «Сенің қолыңнан келеді» деп айтыңыз.
Кешке:
Бірге шығармашылық жұмыс жасаңыз: сурет салу, жапсырмалар жабыстыру.

16-күн
Таңертең:
Баланың ұйқысы қанық екеніне көз жеткізіңіз. Ұйқы – тәртібіне әсер етеді.
Кешке:
Ұйықтар алдында телефонсыз, теледидарсыз 15 минут тыныш уақыт өткізіңіз.

17-күн
Таңертең:
Балаға сәл еркіндік беріңіз: рюкзагын, ойнағысы келетін ойыншығын өзі таңдасын.
Кешке:
Күннің бір қиын сәтін талдап, оны қалай дұрыс шешуге болатынын түсіндіріңіз.

18-күн
Таңертең:
Балаға жағымды тілектер айтып, оның өзін сенімді сезінуіне көмектесіңіз.
Кешке:

Сканировано с CamScanner

Бірге қарапайым дене қимылы немесе созылу жаттығуларын жасаңыз.

19-күн
Таңертең:
Баланың топта сыпайы сөйлеуі мен тыңдай білуін ескертіңіз.
Кешке:
«Бүгін не нәрсе сені қуантты?» деп сұраңыз.

20-күн
Таңертең:
Балаңыздың өзіне сенімді болуына аз ғана мотивация жеткілікті — жылы сөз айтыңыз.
Кешке:
Бір жағымды әдет қалыптастырыңыз: бірге күннің 3 жақсы сәтін атау.

21-күн
Таңертең:
Балаға сабырлы болуды ескертіңіз, асықпай әрекет етуге ынталандырыңыз.
Кешке:
Бірге тыныс алу жаттығуын жасап, күнді тыныш аяқтаңыз.
22-күн
Таңертең:
Балаңызбен қысқа ғана әзіл немесе күлімдеу оның көңілін бірден көтереді.
Кешке:
Отбасылық дәстүр құрыңыз: 5 минуттық бірге әңгіме.

23-күн
Таңертең:
Бүгінгі күннің жақсы өтетініне сенім беріп шығарыңыз.
Кешке:
Балаңыздың бүгінгі ең жақсы сәтін бірге атап өтіп, құшақтап қойыңыз.

Сканировано с CamScanner