**"Алтын кілт" бөбекжай бақшасы**

 **Қимылды ойындар жинағы**

 **"Шаңырақ" ортаңғы тобы**

**Тәрбиеші: Асқарова Алманұр**

**№1. "Қонаққа барамыз" қимылды ойыны**

**№2. "Аяғыңдысулап алма" қимылды ойыны**

**№3. "Қақпаға кіргіз" қимылды ойыны**

**№4. "Өз үйшігіңді тап" қимылды ойыны**

**№5. "Тауық пен балапандар" қимылды оыны**

**№6. "Мысық пен торғайлар" қимылды ойыны**

**№7."Пойыз" қимылды ойыны**

**№8."Ойыншықты алып кел" қимылды ойыны**

**№9."Әткеншек"қимылды ойыны**

**№10."Қоймадағы тышқандар" қимылды ойындар**

**№11."Көпірдегі қонжық" қимылды ойыны**

№12.**"Аяқтар" қимылды ойыны**

**№13."Қияр" қимылды ойыны**

№14.**"Бәйге" қимылды ойыны**

**№15."Тақия тастамақ" қимылды ойыны**

№16.**"Батырлар" қимылды ойыны**

№17.**"Арқан тартыс" қимылды ойыны**

№18.**"Қонаққа барамыз" қимылды ойыны**

№19.**"Ұядағы құстар" қимылды ойыны**

**№20."Нысанаға тигіз" қимылды ойыны**

№21.**"Түзу жолмен" қимылды ойыны**

**№22."Батпақтағы бақалар" қимылды ойыны**

**№23."Көжектер" қимылды ойыны**

**№24."Түрлі-түсті көліктер" қимылды ойыны**

№25.**"Өз түсіңді тап" қимылды ойыны**

№26.**"Тауық қорадағы түлкі" қимылды ойыны**

№27.**"Мысық пен тышқан" қимылды ойыны**

№28.**"Аюдың апанында" қимылды ойыны**

**№29."Көпіршік" аз қимылды ойыны**

**№30."Асықтар" аз қимылды ойыны**

№31.**"Даусынан таны" қимылды оыны**

№32.**"Сұр көжек" аз қимылды ойыны**

**№33."Маймылдар" аз қимылды ойыны**

**№34."Қайда екенін тап" аз қимылды ойыны**

**№35."Тықыр қайдан шықты" аз қимылды ойыны**

**№36."Кімнің дауысы?" аз қимылды ойыны**

**№37."Тыныштық" аз қимылды ойыны**

**Тыныс алу жаттыңулары**

**№1."Әуе шары"**

**№2."Самал жел соқты"**

**№3."Шырақты үрле"**

**№4."Тыныш-қатты"**

**№5."Сорғы"**

**№6."Аманбысың, Алтын Күн!"**

**№7."Атқыш"**

**№8."Тікұшақ"**

**№9."Саңырауқұлақ"**

**№10."Шаңғышы"**

**№11."Сиыр"**

**№12."Тыныс ал"**

**№13."Шар үрлейміз"**

**№14."Жылтырақтар сусылдайды"**

**№15."Бетіңнен сүйемін"**

**№16."Шар жарылды"**

**№17."Пойызбен келеміз"**

**№18."Масалар ұшып келді"**

**№19."Айналмаққа (вертушка) үрле"**

**№20"Көпіршікті үрлейміз"**

**Тыныс алуды қалпына келтіруге арналған жаттығулар**

**№1."Біз санаймыз"**

**№2."Пойыз"**

**№3."Торғайлар"**

**№4."Жапырақтар" жаттығуы**

**№5."Табиғат дыбыстары" фонограммасымен жайлау сәті**

**№6."Сымбатымыз әдемі" ойын-жаттығуы**

**№7."Құс ауласы"**

**№8."Кішкентай кеме"**

**№9."Баяу музыка әуенімен өлең оқылу кезіндегі жайлану сәті".**

**№1."Қонаққа барамыз" қимылды ойынның әдістемелік куәлігі**

**Білімберу саласы:** "Денсаулық"

**Бөлімі:**Денешынықтыру

**Мақсаты:**әртүрлі бағытта жүру мен жүгіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:** балаларды белгілі бір бағытқа шағын топпен шашрай жүру мен жүгіруге үйрету;

мұғалімнің белгісімен бір-біріне тиіп кетпей, жылдам жүгіру дағдыларын дамыту;

біріккен ойын барысында қатар-құрбыларына достық ниетпен қарауға тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауылдағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдығы:**бала санына сәйкес ойыншықтар.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Ойыншықтар залдың әр шетіне орналасқан орындықтардың үстіне қойылған. Балалар мұғалімнің жанында, залдың ортасында тұрады.Мұғалім "Біз қазір қонаққа барамыз" деген соң, балалар ойыншықтарға жақындап, олармен сәлемдеседі. Мұғалімнің: "Кеш болды, үйге қайту керек" деген сөзінен кейін, мұғалімге қарай жүгіреді.

№2.**"Аяғыңдысулап алма" қимылды ойыны**

**Білімберу саласы:**"Денсаулық"

**Бөлімі:**Денешынықтыру

**Мақсаты:**тепе-теңдікті сақтап жүруге жаттықтыру.

**Міндеттері:**балаларды заттардың үстімен жүруге үйрету; жүру барысында тепе-теңдікті сақтау дағдылырын дамыту; ойын барысында бір-біріне достықпен қарауға тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:**топ бөлмесі, зал ауылдағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдығы:**ағаш текшелер.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Текшелер баладан бір қадам қашықтыққа қойылған.

 Мұғалім балаларға текшелердің тастар екенін айтып, тек қана осы тастарды басып қана бұлақтан өту керектігін түсіндіреді.

 Ойыншы екі текше-кірпішке тұрады.Белгі бойынша текше-кірпіштерді басып, алға жүреді. Текше-кірпіштерді басып жүріп, еденге жерге тиіп кетпей, 10 метр қашықтықты жылдам жүріп өтуге тырысады.

 Екі ойыншының арасында жарыс өткізуге болады.

**№3."Қақпаға кіргіз" қимылды ойыны**

**Білімберу саласы:**"Денсаулық"

**Бөлімі:**Денешынықтыру

**Мақсаты:**Балаларды допты домалатуға жаттықтыру.

**Міндеттері:**Балаларды допты қақпаға домалатуға үйрету; қақпаға домалату барысында допты қатты серпу дағдыларын, меңгергендіктерін, ептілікткрін ұсақ қол қимылдарынжетілдіру;

батылдыққа тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдығы:** доптар,доғалар.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

 Мұғалім балаларға алдарында тұрған доғалардың қақпалар екенін, допты қақпаға кіретіндей етіп домалату керектігін түсіндіреді.

 Балалар қатарға тұрады. бәрі допты алып, бір мезгілде қақпаларға қарай домалатады.

**№4."Өз үйшігіңді тап" қимылды ойыны**

**Білімберу саласы:**"Денсаулық"

**Бөлімі:**Денешынықтыру

**Мақсаты:**Балаларға кеңістікте бағдарлай білуді үйрету.

**Міндеттері:**Мұғалімнің белгісі бойыншашашрай жүгіруді үйрету;

белгі бойынша қозғалыс әрекетін өзгерту, кеңістікте бағдарлау, бір-біріне тиіп кетпей, жылдам жүгіру дағдыларын дамыту;

достарын сыйлай білуге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:**топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдығы:** түрлі түсті беторамалдар.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

 Мұғалімбалаларға беторамалдың орны өз үйлері екенін түсіндіреді. Балалар беторамалдарды алып, алаңқайға тарайды да әр жерге жүрелеп отырады. Мұғалімнің "Қыдыруға шығамыз" деген белгісі бойыншабеторамалдарын еденге тастап, алаңқайға қыдыра бастайды. Мұғалімнің "Үйге қайтайық" деген белгісі бойынша бәрі өз беторамалдарына жүгіреді.

 №5.**"Тауық пен балапандар" қимылды оыны**

**Білімберу саласы:**"Денсаулық"

**Бөлімі:**Денешынықтыру

**Мақсаты:**Балаларды түрлі әдіспен еңбектеуге жаттықтыру.

**Міндеттері:**балаларды кедергілерден өтуге үйрету; мұғалімнің белгісі бойынша кедергіге тиіп кетпейеңбектеу, жүресінен жүру, дәл қозғалу дағдыларын, ептіліктерін дамыту; ептілікке тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:**топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдығы:**арқандар, доғалар.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім арқанды баланың жарты бойындай биіктікке,екі доғаның арасына тартады. Балапандар-кішкентай, олар жіңішке дауыспен, ал тауықтар-үлкен, олар "жуан" дауыспен ән салады. Мұғалім мен балалар арқанның әр жағында тұрады. балалар бір қатарға тұрады. Мұғалім жіңішке дауыспен "чип-чип-чип" деп шақыратын болса, бала "кішкентай" болып, жүресінен отырып, арқанның астынан өту керектігін, егер "жуан" дауыспен шақырса тұрып, арқаннан аттауы керектігін түсіндіреді.

**Ескерту:** басқа кейіпкерлерді де қолдануға болады.

**№6"Мысық пен торғайлар" қимылды ойыны**

**Білімберу саласы:**"Денсаулық"

**Бөлімі:**Денешынықтыру

**Мақсаты:**балаларды ұзын орындықтан аяқтарын тізесінен бүгіп секіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:** балаларды ұзын орындықтан аяқтарын тізесінен бүгіп жеңіл секіруге үйрету; бір-біріне тиіп кетпей жүгіру дағдысын дамыту; ойын үстінде сыпайы болуға, ептілікке тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:**топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдығы:**ұзын орындықтар, "торғайлардың" және "мысықтардың" бас киімдері.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

 Мұғалім балаларға алаңқайдың бір шетіндегі еденге қойылған онша биік емес ұзын орындықтың үстіне тұрулары керектігін түсіндіреді. Олар- шатырдағы торғайлар. Алаңқайдың қарсы жағындағы орындықта отырған балалардың біреуі мысық болады. Ол ұйықтап жатр. Мұғалімнің "торғайлар жолға ұшып шығады" деген сөзінен кейін, балалар ұзын орындықтан секіріп түсіп, әр жаққа ұша (жүгіре) жөнеледі. Мысық оянады, керіледі, "мяу-мяу" дейді де торғайларды қуа жөнеледі. Ұсталған торғайларды өз үйшігіне алып кетеді. Ойын осылай жалғаса береді.

**№7."Пойыз" қимылды ойыны**

**Білімберу саласы:**"Денсаулық"

**Бөлімі:**Денешынықтыру

**Мақсаты:**балаларды бір қатармен жүруге және жүгіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:**балаларды бір қатармен жүруге және жүгіруге үйрету; белгі бойынша қозғалысты жеделдету және баяулату, тоқтау, қатардағы өз орнын табу дағдыларын дамыту; ептілікке тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:**топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдығы:**пойыздың суреті.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

 Мұғалім балаларға пойызбен саяхат жасайтындарын хабарлайды.балалар бір қатарға тұрады (бір-бірінен ұстамай). Біріншісі- паровоз , қалғандары вагондар. Мұғалімнің белгісі бойынша пойыз арқылы қозғалады, содан соң қозғалысын тездетеді, бірте-бірте балалар жүгіруге ауысады. Мұғалімнің "пойыз бекетке жақындады" деген сөзінен кейін, балалар біртіндеп қозғалыстарын баяулатадыпойыз тоқтайды. Мұғалім бәріне "алаңқайға" шығып гүл теріп, қыдыруға ұсынады. Белгі бойынша балалар тағы да қатарға жиналады және пойыз ары қарай қозғала бастайды.Саяхаттың соңында балалар пойыздың жүргізушісіне қызықты саяхат үшін рақмет айтады.

**№8."Ойыншықты алып кел" қимылды ойыны**

**Білімберу саласы:**"Денсаулық"

**Бөлімі:**Денешынықтыру

**Мақсаты:**балаларды бір бағытта шашыраңқы жүруге және жүгіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:**мұғалімнің тапсырмасын орындауға,балаларды бір бағытта жүруге және жүгіруге үйрету; дәл қозғалыс дағдыларын дамыту; мұқияттылыққа тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:**топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдығы:**балалардың санына қарай ойыншықтар.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

 Мұғалім бөлменің қарсы жағына бала санына сәйкес әртүрлі ойыншықтарды қояды. Балаларға бір мезгілде келіп, бір ойыншықтан алып кетіп, сосын орнына қайта апарып, қоюлары керектігін түсіндіреді. Ойыншықтарды көрнекі жерге, балалар оларға жақындағанда бір-біріне соғылысып қалмайтындай етіп, араларын алшақтау қою керек.

**№9."Әткеншек"қимылды ойыны**

**Білімберу саласы:**"Денсаулық"

**Бөлімі:**Денешынықтыру

**Мақсаты:**балаларды түрлі бағытта қозғалуға жаттықтыру.

**Міндеттері:**балаларды түрлі бағытқа жүру мен жүгіруге, мұғалімнің тапсырмасын орындауға үйрету; ептіліктерін, дәл қозғалу дағдыларын дамыту; мұқияттылыққа тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:**топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдығы:**бала санына сәйкес тапсырмалары бар дөңгелекшелер.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім балаларды әткеншекпен тербелуге шақырады.

 Балалар шеңберге тұрады. Шеңбердің ортасында бір шеттері бір-біріне байланған арқан жатады. Балалар оны оң қолдарымен (немесе сол қолдарымен) көтеріп, шеңберді айнала жүріп әндетеді:

 Әткеншегім қозғалды,

 Баяу, әзер айналды.

 Жылдам,жылдам біз жүрдік,

 Сосын қатты жүгірдік.

Балалар алдымен баяуқозғалады, "жүгір" деген сөзден соң, жүгіреді. Мұғалімнің "бұрыл" деген бұйрығынан кейін балалар арқанды басқа қолдармен ұстап, қарсы бағытқа жүгіреді.

**№10."Қоймадағы тышқандар" қимылды ойындар**

**Білімберу саласы:**"Денсаулық"

**Бөлімі:**Денешынықтыру

**Мақсаты:**балаларды әр түрлі қозғалыстар жасауға жаттықтыру.

**Міндеттері:**тепе-теңдіктерін сақтап, секіруге, еңбектеуге және жүгіруге үйрету;мұғалімнің тпасырмасын орындау, арқанның астынан еңбектеп жүру, қозғалыс дәлдігін, шашыраңқы жүгіру дағдыларын дамыту; мұқияттылыққа тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:**топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдығы:**көкөністер мен жеміс-жидектердің муляждары.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Биіктігі 40-50 см болатын таяқшалар екі ұшына шағын жүк байланған жіңішке арқан керілген. мұғалім балаларға:

*-Көкөністер мен жеміс-жидектер қоймасында тышқандар пайда болыпты. Ал бүгін тышқандар сендер болсаңдар. Қоймаға кіріп, қалғандарыңды жеу үшін, арқанның астынан еңбектеп кіру керек, содан соң секіруге және жүгіруге болады.Мысық оянып, "Мяу" дегенде, сендер қашасығдар, бірақ арқанның астынан еңбектеп шығуды ұмытпаңдар.*

Балаларды қуыпжетіп, қстайтын мысықтың рөлін мұғалім орындайды. Ұсталған балалар ұзын орындыққа отырады, ойынға қатыспайды.

**№11."Көпірдегі қонжық" қимылды ойыны**

**Білімберу саласы:**"Денсаулық"

**Бөлімі:**Денешынықтыру

**Мақсаты:**балаларды тақтайдың үстімен жүруге және жүгіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:**мұғалімнің тапсырмасын орындауға, тепе-теңдікті сақтап, тақтайдың үстімен жүруге жіне жүгіруге үйрету; мұқияттылыққа тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:**топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдығы:**тақтай, ойыншақ аю.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Балалар қолына үлкен аю ұстаған мұғалімнің алдына тұрады. Мұғалім аюмен бірге тақтайдың үстімен жүріпөту керектігін айтады.

 Аюмен бізжүреміз,

 Тақтайдан да өтеміз.

Мұғалім аюды орындыққа отырғызады.Балалар жүруін жалғастырады.

 Оған жақын барамыз,

 Айқайласа қашамыз.

Балалар жан-жаққа қашады.Ойын жалғасады.

№12.**"Аяқтар" қимылды ойыны**

**Білімберу саласы:**"Денсаулық"

**Бөлімі:**Денешынықтыру

**Мақсаты:**Балаларды шашраңқы жүгіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:**Тепе-теңдікті сақтай отырып, шашраңқы жүгіруге, мұғалімнің тапсырмасын орындауға үйрету, бір-біріне соқтығыспай шашраңқы жүгіру және дәл қозғалу дағдыларын дамыту; мұқияттылыққа тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:**топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Балалар мұғалімнің:

 Аяқтарым, аяқтарым.

 Жүгіріңдер, аяқтарым.

 Топ-топ, топ-топ басамыз,

 Секіріп біз аламыз,-

деген сөздерден кейін бірінің артынан бірі жүгіреді. соңғы жолды естігенде секіріп, басқа бағытқа бұрылады.Ойын бірнеше рет жалғасады.

**№13."Қияр" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** Балаларды шеңбермен жүруге жаттықтыру.

**Міндеттері:** Тепе-теңдікті сақтай отырып, шеңбер бойымен жүруге, мұғалімніңтапсырмасын орындауға үйрету, бір-бірінің артынан шеңбер жасай жүру және дәл қозғалу дағдыларын дамыту; мұқияттылыққа, ептілікке тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** қиярдың баскиімі.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім шеңбердің ортасына отырып қиярды (қатысушы бала) таңдап алады. Балалар мұғаліммен бірге шеңберді айнала жүріп, әндетеді:

 Ұнатамын қиярды,

 Олар бала сияқты.

 Су да бердік оған біз,

 Аяғынан тұрғыздық,

*(қиярға жақындап , орыннан тұрғызады)*

Басын оңға бұоғыздық,

 Бір баланы таңда да,

 Енді биле тоқтама!

балалар шапалақтайды, қияр билейді. Билеп біткен соң қияр өз орнынан басқа баланы таңдап алады.Ойын жалғасады.

№14.**"Бәйге" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:**балаларды жұппен жылдамжәе жеңіл жүгіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:** Балаларды жылқы мен шабандозды бинелеп, жеңіл және жылдам жүгіруге үйрету; дәл қозғалу дағдыларын дамыту; ұжымда тату ойнай білуге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** гимнастикалық таяқшалар, қамшы.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Ойыншылар бір-біріне кедергі келтірмей, жұппен (жылқы және шабандоз) сөре сызығына тұрады. Жарыс белгі бойынша басталады.

 Бірінші ойыншы (жылқы) - қолын артқа төмен ұстайды, екінші ойыншы (шабандоз) -бірінші ойыншының қолынан ұстайды да мәре сызығына дейін жұп болып жүгіреді. мәреге бірінші келген шабандоз секіріп, тіреудегі гүлді беторамалды алуға тырысады.

**№15."Тақия тастамақ" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** балалардышеңбер құруға, ойын жүргізушінің қимылын бақылауға, жаттықтыру.

**Міндеттері:** балалардышеңбер құруға, ойын жүргізушінің қимылын бақылауға,ойын тәрібін сақтауға үйрету; ептілік, ойлау және дәл қозғалудағдыларын дамыту; жолдастық сезімге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Саны:** бүкіл топ

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** тақия

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім ойын тәртібін түсіндіреді. Барлық қатысушылар (бүкіл топ) шеңбер жасап отырады. Ойын жүргізушісі шеңберді сырт жағынан айналып жүріп, бір ойыншының артына тақияны білдірмей тастап кетеді. Егер ол ойыншы сезіп қойса, жүргізушіні қуып жетуге, ал жүргізуші сол ойыншының орнына отырып алуға тырысады. Егер ойыншы жүргізушіні қуып жете аламаса, ән немесе тақпақ айтады.

№16.**"Батырлар" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** балаларды шеңбер құрып отыруға жаттықтыру.

**Міндеттері:** балаларды тепе-теңдікті сақтап, шеңберде отыруға үйрету; мұғалімнің тапсырмасын орындау, жұп таңдап, шеңбер бойымен жүру, дәл қозғалу дағдыларын дамыту; бір-бірін сыйлап, мұқият болуға тәрбиедеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Шеңбер бойына аяқтарын айқастырып отырады. Мұғалім ойын жүргізушіні таңдайды.Ойын жүргізуші шеңбердің ішімен айнала жүріп ойынды бастайды. Ол шеңбердің ішімен айналып жүргенде, балалар оған айтады:

 Батыр болсаң, келіп көр,

 Мына бізді жеңіп көр.

 Өзіміз де батырмыз,

Жарысқалы жатырмыз.

Өлең айтылып болған соң, ойынжүргізуші тоқтайд да күресу үшін өзіне жұп таңдайды. Екеуі шеңбердің ортасына шығып, қолдарын иықтарына қойып, мұғалімнің белгісі бойынша күресуді бастайды.Күрес ойыншылардың біреуінің тізесі жерге тигенше жалғаса береді.

№17.**"Арқан тартыс" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** балаларды екі топқа бөліне білуге жаттықтыру.

**Міндеттері:** Тепе-теңдікті сақтап, арқанды өз жақтарына қарай тартуға үйрету; арқанды екі қолмен мықтап ұстап, өз жағына қатты тарту дағдыларын дамыту, дәл қозғалуға жаттықтыру; ептілікке, мұқияттылыққа, ойын барысында достарымен түсінесе біруге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** арқан

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Балаларды қатысушылар саны тең болатын екі топқа бөлінеді. Балалар бір-біріне қарама-қарсы тұрады, екі қолмен арқаннан мықтап ұстайды. Арқанда және еденде тарту шекарасы белгіленген. мұғалімнің белгісі бойынша әр топ арқанды өз жағына қарай тарта бастайды. Арқандағы белгі екі жақтың біріне немесе екі топтың біреуі едендегі шекара сызығынан келесі жаққа өтіп кетсе, сол топ жеңілген болып саналады.

№18.**"Қонаққа барамыз" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** балаларды жануарлардың қимылын келтіріп, шеңбер бойымен жүруге жаттықтыру.

**Міндеттері:** балаларды тепе-теңдік сақтай отырып, шеңбер бойымен жүруге, жануарлардың қимылын келтіруге, бір-бірінің артынан жүруге үйрету, тапсырмаларды дұрыс орындау дағдысын дамыту; ептілікке, мұқияттылыққа тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** ойыншықтар-аю, түлкі, қасқыр, қоян.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім ойын тәртібін түсіндіріп,бүгін олардың орман ішіне саяхат жасап,орман тұрғындарымен танысатындарын естеріне салады.

 Балалар ортадағы ойыншықтарды (аю, қасқыр, қоян,түлкі) айналып қол ұстасып, дөңгелене жүреді және әр жануардың қимылын келтіреді.

№19.**"Ұядағы құстар" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** әр жаққа жүруге және жүгіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:** балаларды шағын топ болып, белгілі бір бағытта шашраңқы жүруге және жүгіруге үйрету; мұғалімнің белгісі бойынша бір-біріне кедергі келтірмей жүру мен жүгіру дағдыларын дамыту;біріккен қимыл-қозғалыс әрекеті барысында достарымен түсінесе білуге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** орындықтар, балалардың санына қарай құстардың баскиімдері.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Балалар белгіленген орындықтарға отырады, бұл- олардың ұялары.белгі боцйынша құстар залдың ортасына ұшып келеді, отырады,"қанаттарын" қағып, қайта ұшады. "Құстарым ұяға қайтыңдар" деген белгі бойынша өз орындарына қайтады.

 Ойын 2-3 рет қайталанады.

**№20."Нысанаға тигіз" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** мергендікке жаттықтыру.

**Міндеттері:** балаларды бір қатарға тұруға үйрету; допты нысанаға лақтыру дағдысын дамыту; біріккен қимыл қозғалыс әрекеті барысында достарымен түсінесе білуге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** шүберектен жасалған немесе тенистің үш добы.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

 Ең алдымен ойынға арнап қатты қағаздан диаметрі 1 метрге жуық, ортасында диаметрі 15 см болатын тесігі бар дөңгелек және шүберектен жасалған немесе тенистің үш добын жасау керек.

 Дөңгелектің бір шеті таяқшамен тіреліп, еденге қойылған. Дөңгелекке қызықты бір нәрсенің - мысалы, аузын кере ашып, күліп тұрған маймылдың және т.б суретін салып қоюға болады.

 Ойынға қатысушылар дөңгелектен 3-5 метр қашықтықта тұрады. Дөңгелектің тесігіне доп лақтыру үшін әрқайсысына үш мүмкіншіліктен беріледі.

№21.**"Түзу жолмен" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** Тепе-теңдікті сақтап жүруге және секіруге жаттықыру.

**Міндеттері:** балаларды шағын топ болып белгілі бір жаққа шашраңқы жүруге және екі аяқпен секіру дағдыларын дамыту; достарымен түсінесе білуге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** жай немесе ұзын орындықтар.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

 Балалар орындықтарға немесе ұзын орындықтарға отырады. Мұғалім бір-бірден қатарға тұрып, қыдыруға шығуды ұсынады.

 Түзу, түзу жолдармен,

 түзу,түзу соқпақпен,

 Адымдаймыз, тоқтамай:

 Бір, екі, бір, екі.

 Тасты басып жүреміз,

 Ой, шұңқырға түсеміз.

 Балалар "Тасты басып жүреміз" деген өлең жолдарын естігенде екі аяқпен секіре бастайды; "Ой , шұңқырға түсеміз"деген жолдарды естігенде сәл алға жылжып, жүрелеп отырады.Мұғалімнің шұңқырдан шығайық" деген белгісі бойынша орындарынан тұра бастайды.Ойын жалғасады.

**№22."Батпақтағы бақалар" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** екі аяқпен секіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:** аяқты сәл бүгіп, екі аяқтап сызықтан секіруге, мұғалімнің тапсырмасын орындауға үйрету; қозғалыс дағдысын дамыту; ептілікке, мұқияттылыққа тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** жуан арқан.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

 Алаңқайдың ортасына үлкен шеңберсызады немесе жуан арқанды шеңбер тәрізді етіп қояды. Балалардың бір бөлігі шеңбердің шетіне орналасады, ал қалғандары алаңқайдың басқа жағына қойылған орындықтарға отырады. Мұғалім отырған балалармен бірге келесі өлең жолдарын айтады:

 Секіреді бақалар,

 Бақылдайды бақалар:

 бақ-бақ, бақ-бақ, бақ-бақ-бақ,

 Секіреді бақалар.

 Шеңбердің шетіне орналасқан бақалар "бақаға" ұқсап, секіре бастады. Өлең жолдарын айтып болған соң, орындықтарда отырған балалар қол шапалақтайды ( бақаларды шошытады); бақалар сызықтан аттап, шалшыққа секіріп, ақырын ғана жүрелерінен отырады. Ойын қайталанғанда, рөдері аусады.

**№23."Көжектер" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Мақсаты:** екі аяқпен секіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:** балаларды алға жылжи отырып екі аяқтап секіруге үйрету; ептіліктерін, сенімділіктерін дамыту.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** орындықтар немесе доғалар.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Бөлменің бір шетінде отыратын жағы ішке қаратылған орындықтар жарты шеңбер бойлап қойылған. Бұл-көжектер торы. Қарсы жақта күзетшінің үйі. Ортасында көжектерді қыдыруға жіберетін алаңқай бар. Балалар 2-3-тен орындықтың арт жағына тұрады, мұғалімнің белгісі бойынша жүрелеп отырады, көжектер торда отыр. Мұғалім (күзетші)тордың жанына барады және көжектерді шалшыққа жібереді: балалар бірінен соң бірі орындықтың астынан шығып, алаңқайға қарай секіре жөнеледі. Мұғалімнің "торға жүгіріңдер" деген белгісі бойынша көжектер торларына қарай екі аяқпен секіре жөнеледі, торларына еңбектеп кіреді.

 "Көжектер, алаңқайға шығыңдар!"

**Өткізуге ұсыныс:** мұғалім орындықтың астына еңбектегенде балалардың арқаларының орындыққа тиіп кетеуін қадағалау керек. Орындықтың орнына доғаларды немесе орындыққа сүйкеп қойылған таяқшаларды қолдануға болады.

**№24."Түрлі-түсті көліктер" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** әр жаққа жүгіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:** балаларды мұғалімнің белгісі бойынша қозғалуға, ептілікке, сенімділікке үйрету және залда немесе алаңқайда бағдарлау және жалаушаларды түсіне қарай табу дағдысын дамыту; ұжымда тату ойнай білуге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** әр балаға дөңгелек- рөл( кіші диаметрлі құрсау немесе қатты қағаздан жасалған дөңгелекшелер); сары,көк, жасыл,қызыл түсті жалаушалар.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Балалар залдың бшетіне қарай орналасады,олар-автокөліктер. Әрқайсысына түрлі түсті дөңгелек -рөл( кіші диаметрлі құрсау немесе қатты қағаздан жасалған дөңгелекшелер)беріледі.Мұғалім залдың ортасында, оның қолында 3 түрлі түсті жалауша бар. Ол қандайда бір түстегі жалаушаны көтереді. Осындай түстегі жалаушалары бар балалар залдың ішінде әр жаққа жүгіре бастайды. Олар автокөліктерге ұқсап гуілдейді. Мұғалім жалаушаны түсіргенде балалар тоқтайды. Мұғалім басқа түстегі жалаушаны көтергенде басқа түстегі балалар жүгіре бастайды, т.с.с. Мұғалім жалаушагың бір,екі немесе үш түсін де көтере береді, сәйкесінше мәшинелер де жүре бастайды.

 Мұғалімнің жалаушаларды көтермей-ақ, жай ғана "көк түсті автокөліктер жүреді, қызыл түсті автокөліктер тұраққа қайтады" деп айтуына да болады.

№25.**"Өз түсіңді тап" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** әр жаққа жүгіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:** балалар мұғалімнің белгісі бойынша қозғалуға, ептілікке, сенімділікке үйрету және залда немесе алаңқайда бағдарлау және жалаушаларды түсіне қарай табу дағдысын дамыту; ұжымда тату ойнай білуге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** сары, көк, жасыл, қызылтүсті жалаушалар.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім балаларға сары, көк, жасыл, қызыл түсті жалаушалар таратады. Бір түсті жалаушалары бар балалар бөлменің әр шетіне топ болып орналасады. Мұғалімнің "жүгір" деген белгісі бойынша бөлмеге шашырай жүгіреді, "өз түсіңді тап" деген сөзін ести саласымен өз жалаушасының түсіне сәйкес жалаушаның жанына жиналады.

 Ескертпе: жалаушаларды әр түсті шарлармен, дөңгелектермен алмастыруға болады.

№26.**"Тауық қорадағы түлкі" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** әр жаққа жүгіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:** балалар мұғалімнің белгісі бойынша қозғалуға, ептілікке, сенімділікке үйрету және залда немесе алаңқайда бағдарлау және жалаушаларды түсіне қарай табу дағдысын дамыту; ұжымда тату ойнай білуге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** бала санына қарай түлкі мен тауықтың баскиімдері.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім балалармен бірге о\йын жүргізуші түлкіні таңдайды. Т ауық қорадағы орындықта тауық отырады. Қаосы жақта түлкінің ұясы орналасқан. Мұғалімнің белгісі бойынша, тауықтар орындарынан секіріп түсіп, дәнді шоқи бастайды. "Түлкі" белгісі бойынша, тауықтар тауық қораға қашып кіреді. Түлкі қуа бастайды. Ұсталып қалғандарын ініне алып кетеді.Ойын қайталанады.

№27.**"Мысық пен тышқан" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** әр жаққа жүгіруге жаттықтыру.

**Міндеттері:** балаларды аяқтың ұшымен жеңіл жүгіруге, мұғалімнің белгісі бойынша қозғалыс бағытын ауыстыруға үйрету, кеңістікте бағдарлау дағдысын дамыту;ұжымда тату ойнай білуге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** ұзын немесе жай орындықтар, мсық пен тышқанның баскиімдері.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім ұзын орындықта отырған балалардың індерінде отырған тышұандар екенін түсіндіреді. бөлменің қарсы бұрышында мысық отырадяы, ол-мұғалім.Мысық ұйқыға кетеді. (көз жұмады), осы кезде тышқандар бүкіл бөлмені кезіп, жүгіре бастайды. Мысық ойанып, тышқандарды ұстай бастайды. Тышқандар індеріне қарай қашады.Ұсталған тышқандарды мысық өзіне алып кетеді. Содан мысық бөлмені тағы бір жүріп өтеді де ұйқыға кетеді. Ойынды қайталатып ойнатуға болады.

№28.**"Аюдың апанында" қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** әр жаққа жүгіруге жаттыққтыру.

**Міндеттері:** балаларды залды айналып жүгіруге, мұғалімнің белгісі бойынша қлзғалыс бағытын ауыстыруға үйрету; кеңістікте бағдарлау дағдысын дамыту; ұжымда тату ойнай білуге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** аюдың баскиімі, себеттер.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім орманның (алаңқайдың іші) ішінде аюдың отырғанынтүсіндіреді. Алаңқайдың қарсы жағында балалардың үйшігі орналасқан. Балалар саңырауқұлақ жиап , орманға қарай жүріп, төмендегі өлең жолдарын айтады:

 Ну орманға келемін,

 Жидектерді теремін.

 Аю келіп, ақырса,

 Жылдам қашып кетемін.

Осы сөздерден соң аю ақырып, балаларды қуа бастайды. Ұсталғандарын өзіне алып кетеді.

**Балаларға (3-4 жас) арналған аз қимылды ойындардың әдістемелік куәлігі**

**№29."Көпіршік" аз қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** балаларды шеңберге тұруға жаттықтыру.

**Міндеттері:** тепе-теңдікті сақтай отырып, балаларды шеңберді кеңейтуге және тарылтуға үйрету; дәл қозғалу дағдысын дамыту, ұжымда тату ойнай білуге үйрету; мұқияттылыққа тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім балаларға шеңберге тұруды, сосын қол ұстасып өзінежақындауды, шеңберді біртіндеп тарылтып, кеңейтуді ұсынады:

 Үрлене бер, көпіршік,

 Үлкейе бер көпіріп.

 жарылмашы тек қана,

 Қалмайыншы өкініп.

**№30."Асықтар" аз қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** екі топқа бөліп, жаттығулар жасауға жаттықтыру.

**Міндеттері:** тепе-теңдікі сақтай отырып, нысанаға дәл тигізуді үйрету; балалардың меңгергендіктерін дамыту, ұжымда тату ойнай білуге тәрбиелеу.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар: асықтар**

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім балаларды теңдей екі топқа бөледі. баладар қолдарына бір асықтан алып, бірінің артына бірі бір сызықтың бойында тұрады. Бала санына сәйкес асықтар еденге тізіліп қойылады. Мұғалімнің белгісі бойынша, әрбала қолындағы асықпен еденде тізәліп тұрған асықтарды дәлдеп атып, қатардан шығарып тастауға тырысады. Кім көп асыққа тигізіп, қатардан шығарып тастаса, сол бала жеңімпаз болады.

№31.**"Даусынан таны" қимылды оыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** Балаларды ұжымда тпту ойнай білуге тәрбиелеу.

**Міндеттері:** Балаларды ұжымда жолдастарымен бірге ойнауға үйрету, есте сақтау, ойлау және елестету, дауыс бойынша бағдарлау қабілеттерін дамыту.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** беторамал немесе басқа да көзді байлайтын заттар ысқырық.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім балаларды шеңберге тұрғызып, ортаға бір баланы шақырып, көзін орамалмен байлайды. Ысқыру арқылы белгі берілген соң, шеңберде тұрған бір бала ортада тұрған баланыңжанына келіп, оның (ортадағы баланың) атын сыбырлап, өз орнына қайтады. Келесі ысқырық белгісі бойынша ойын жүргізуші бала көз*ін* ашып жанына кімнің келгенін және сыбырлағанын табу керек.Ойын жүргізуші алдымен оның қыз немесе ұл екенін, сосын есімін айтады. егер дұрыс тапса қатысушылар орындарын ауыстырады.Дұрыс таппаған жағдайдаорнында қалады, бірақ 3 реттен аспауы керек.Егер таба алмаса, "оның шашы ұзын", "көйлегі қызыл"деп қатысушыға көмектесуге болады.

**Ойынның екінші нұсқасы**

**Балалар шеңбер бойымен жүріп, өлең жолдарын бірге айтады:**

Айналамыз шеңберді,

 Ойлантамыз сендерді.

 Шешу үшін жұмбақты,

 Ортамызға кел енді.

Балалар тоқтайды, ойын жүргізушісі көзін жұмады. Мұғалім балалардың біреуіне ойын жүргізушінің есімін айтуды ұсынады. Ойын жүргізушісі кім екенін тапса, келесі ойын жүргізуші сол болады.

№32.**"Сұр көжек" аз қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** балаларды ұжымда тату ойнай білуге тәрбиелеу.

**Міндеттері:** балаларды ұжымда тату ойнауға үйрету, еліктеу қимылдарын жасай білу дағдысын дамыту, бөлмеде немесе алаңқайда бағдарлауды үйрету.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** Балалардың санына қарай қоян қалпақтары.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім балаларға шеңберде тұрып, көжектерге айналуды ұсынады.

Отыр мында бір қоян,

Өзі қорқақ , сұр қоян.

Құлақтарын былайша,

Қимылдатып тұр қоян. *(саусақтарымен қоянның құлақтарын келтіреді)*

Құлақтарын былайша,

Қимылдатып тұр қоян. *(саусақтарымен қоянның құлақтарын келтіреді)*

Қоян біраз тынықты,

Сосын қайта шынықты.

Табандарын ысқылап,

Былай,былай жылытты. *(алақандарын ысқылайды)*

Табандарын ысқылап,

Былай,былай жылытты. *(алақандарын ысқылайды)*

Тоңбауға ол бекінді,

Былай, былай секірді.

Естіп әлсіз тықырды,

Тал артына тығылды. *(орындарына отырады).*

 *(Г.Абдрахимова).*

Егер ойын ұнаса, қайталайды.

**№33."Маймылдар" аз қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** балаларды ұжымда тату ойнауға үйрету.

**Міндеттері:** балаларды ұжымда тату ойнауға үйрету; еліктеу қимылдарын жасай білу дағдысын дамыту.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** балалардың санына қарай қоян қалпақтары.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім балаларға кішкентай "маймылдарға" айналуды ұсынады.

Балалар шеңберге тұрады.

 Маймылдар

Ұқсап маймыл балаға,

Жаттығып жүр далада.

Оң аяқпен-топ,топ,топ, *(оң аяқтарымен жерді тапырлатады)*

Сол аяқпен-топ,топ,топ. *(сол аяқтарымен жерді тапырлатады)*

Тым жоғары, жоғары,

Созылады қолдары. (қолдарын жоғары көтереді)

Қол тигізіп еденге,

Еңкейеді төменге. *(еңкейіп қолдарын еденге тигізеді)*

Талай жерді шарлайды,

кешке қарай шаршайды.

Орнына кеп жатады. *(орындарына отырады)*

 *(Г.Абдрахимова)*

Ойын 2-3 рет қайталанады.

**№34."Қайда екенін тап" аз қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** кеңістікте бағдарлау әдісін дамыту.

**Міндеттері:** балаларды ұжымда тату ойнауға үйрету; қозғалыс, сөйлеу, кеңістікте бағдарлау дағдыларын дамыту.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар:** жалауша (басқа құралдар болса да болады).

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалімбалаларға жалаушаны көрсетіп, оны жасыратынын айтады. Содан кейін бәріне көздерін жұмыуды немесе артқа бұрылып тұруды тапсырып, жалаушаны жасырады да"бастаймыз" дейді. Балалар іздейді. Жалаушаны бірінші болып тапқан оқушы келесі ойын кезеңінде алаушаны жасырады (ойын біткен жағдайда қатардың алдында жалаушаны көтеріп жүреді) . Бала жалаушаны жасыратын кезде, мұғалім оған жасыратын жерді іздеуге көмектеседі.

**№35."Тықыр қайдан шықты" аз қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** есте сақтау қабілеттерін дамыту.

**Міндеттері:** балаларды ұжымда тату ойнай білуге үйрету; бағдарлау дағдысын дамыту.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар: таяқша**

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Балалар шеңбер жасап тұрады немесе отырады. Мұғалім бір баланы ортаға шығарып, көзін орамалмен таңады. шеңберде тұрған балалардың бірінің артынан келіпп, орындықты несесе еденді таяқшамен ақырын ұрады да таяқшасын сол балланың артына ортадағы бала көрмейтіндей етіп тығады. Сосын жылдам шетке шығып "Бастайық" деп дауыстайды. Ортада тұрған бала дыбыстың қайдан шыққанын тауып, жасырылған таяқшаны алу керек. Тапқан соң, сол баламен орын ауыстырады.Егер тапрпаса ортада тұра береді. Егер екінші рет қателессе ортаға басұа баланы шақырады. тезірек табу үшін балалар тыныштық сақта\у керек. Ортадағы баланың көзін орамалмен байлауға немесе қалпақша кигізуге болады.

**№36."Кімнің дауысы?" аз қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** ұжымда тату ойнау дағдыларын, есте сақтау, ойлау және елестету қабілеттерін дамыту, бағытты дауыс бойынша бағдарлау.

**Міндеттері:** балаларды ұжымда тату ойнауға үйрету; есту қабілеттеін дамыту, кеңістікте бағдарлау.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Құрал-жабдықтар: жалауша**

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Мұғалім балаларды шеңберге тұруға шақырады, ортаға бір баланы шақырып, көзін орамалмен байлайды.

 Мұғалім ысқырықпен белгі берген соң, шеңберден балалардың бірі шығып, "қарқ-қарқ" (әр түрлі құстардың дауысысын укелтіреді) деп айғайлап, өз орнына барады.Ысқырықтың белгісі (құстардың дауысын келтірген оқушы орнынан тұрған соң) бойынша ортада тұрған бала қандай құстың даусы екенін табу кереку. Егер жауабын дұрыс тпаса, жасырған бала мен тапқан бала орындарын ауыстырады. Жауабын таппаған жағдайда бала орнында қалады(үш реттен аспауы тиіс). Жауабын табуда қиыншылық туындаса, қатысушыға көмектесуге де болады.

**№37."Тыныштық" аз қимылды ойыны**

**Білім беру саласы:** "денсаулық"

**Бөлімі:** Денешынықтыру

**Мақсаты:** балаларды ұжымда тату ойнауға үйрету; есте сақтау, ойлау,елестету және дауыстың көмегімен бағдарлай білу дағдыларын дамыту.

**Міндеттері:** балаларды ұжымда тату ойнауға үйрету; есту, кеңістікте бағдарлау қабілеттерін дамыту.

**Жасы:**3-4 жас

**Өткізілетін орны:** топ бөлмесі, зал, ауладағы спорт алаңқайы.

**Ойынды өткізуге арналған әдістемелік нұсқау**

Балалар залда шашрай жүреді. Өлең сөздерін мұғалім айтып тұрады:

Тышқан, сенің тықырың, (бір-бірінің артынан аяқтарының ұшымен жүреді)

Естілмесін, ақырын . (сұқ саусақтарын еріндеріне тақайды)

Мысық кетіп қалғанша, (қолдарымен тышқанға арналған қалқа жасайды)

Мұнда келіп жасырын. (отырып, жұмылған қолдарын тізелеріне қояды)

Балалар отырады.

Ойын екі рет қайталанады.

 **Тыныс алу жаттыңулары**

**№1."Әуе шары"**

Б.қ.: шалқасынан жату, денесі босаңсығанғ көзі жұмулы, алақандары ішке қойылған. Ешқандай күш түсірмей, баяу тыныс аламыз, іш шар сияқты болып үрленіп, жоғары көтеріледі. Баяу тыныс шығарамызғ іш ақырынгдап орнына келеді.

**№2."Самал жел соқты"**

Б.қ.: жату, отыру, тұру, дене босаңсыған.

Ішті кеуде тұсын толтырып толық тыныс аламыз, 3-4 секунд демімізді ұстап тұрамыз; жиырылған еріндер арқылы күшпен тыныс шығарамыз.

**№3."Шырақты үрле"**

Б.қ.: негізгі қимыл, алақанды жоғары қаратып, қолды кеуде тұсынан алға созу. Бала туған күн иесіне арналған тортты ұстап тұрғанын және оның үстіндегі шырақтарды үрлегенін елестетіп, алақандарына қаратып үрлейді. Мұрнымен терең демалып, ерінді түтікшеге ұқсатып тыныс шығарады.

**№4."Тыныш-қатты"**

Б.қ.: негізгі қалып.Әрқашан мұрынмен тыныс алу.Тыныс шығаруды кезектестіріп (бірде ақырын, бірде қатты) жасау керек.

**№5."Сорғы"**

Б.қ.: негізгі қалып.

1-4- мұрынмен тыныс алу, алақанды төмен қаратып, қолды кеуде тұсына дейін көтеру.

5-8-ауызбен тыныс шығару, алақандарын төмен қаратып, қолды төмен түсіру.

**№6."Аманбысың, Алтын Күн!"**

Б.қ.: аяқ иықтың қатарында, қол төмен түсіріліп, арқаға ұсталған.

Қолды ақырын жоғары көтереміз-тыныс аламыз; қолды төмен түсіріп, арқа тұсына алып барамыз-баяу тыныс шығарамыз.

**№7."Атқыш"**

Б.қ.: аяқ иықтың қатарында, қол екі жанына жіберілген. Терең демалып, алға еңкейіп, алақанмен тізені шапалақтаймыз-+тыныс аламыз; бастапқы қалыпқа қайтамыз-тыныс шығарамыз.

**№8."Тікұшақ"**

Б.қ.: аяқ иықтың қатарында, қол екі жанына жіберілген. Қолдың қалпын өзгертпей, терең демалып, оңға бұрыламыз-тыныс шығарамыз.

Б.қ.: тыныс алу. Сол жаққа бұрылып қайталап жасау.

**№9."Саңырауқұлақ"**

Б.қ.: тізені құшақтап отыру (кішкене саңырауқұлақ). Ақырын түзелу, қолды екі жаққа жайып, басты кішкене артқа шалқайтып, тыныс алу (саңырауқұлақ өсті).

**№10."Шаңғышы"**

Б.қ.: түзу тұру, өкше түйістірілген, оң қол алда, "шаңғы таяқшасын" қысып ұстаған, сол қол арқа тұсқа бос жіберілген. Сәл алға еңкейіп, терең демалу; отыру, оң қолды төмен, жамбасқа қарай жіберіп тыныс шығару. Сол қолды алға созып, тынысалу.

**№11."Сиыр"**

Б.қ.: негізгі қалып.

Сиыр жайылымда жайылып жүр және бізге: "м-м-м" айтқысы келіп тұр. Тыныс алу, тыныс шығарғанда еріндерді тигізіп: "м" деген дыбыс шығарамыз.

**№12."Тыныс ал"**

Сол қолымыздың сұқ саусағымен мұрнымыздың сол жағын жауып, оң жағымен тыныс аламыз. Тыныс шығарғанда оң қолымыздың сұқ саусағымен мұрнымыздың оң жағын жауып, сол жағымен шығарамыз (жаттығу 4 рет қайталанады).

**№13."Шар үрлейміз"**

Қолдың саусақтарын қосып, тесікке үрлеп, сосын "шарды" жібінен ұстап топқа алып кетеміз.

**№14."Жылтырақтар сусылдайды"**

Жылтырақтың ағаш таяқшалары алақандарына қысулы. Балалар алақандарын ары-бері ысқылап, жылтырақтарды айналдырады. Мұғалім балаларға жылтырақтардың қалай сусылдайтынын тыңдауды және "ш-ш-ш-ш-ш" деп дыбыс шығаруды ұсынады. Таяқшаға бекітілген жолақшаныматадан жасау керек.

**№15."Бетіңнен сүйемін"**

Балалар еріндерін түтікше тәрізді етіп алға созып, дыбысын шығарып сүйеді.

**"Барды, барды, тауып алды"**

*-Балалар әтешті тауып алды.*

Қолдарын сәл артқа ұстап (қанат секілді), "Ку-ка-ре-ку-у-у" деп, әтештің дыбысын салады.Ән айтып болған соң қолдарын жамбастарына шапалақтайды және тізелерін жоғары көтеріп, әр жаққа жүре бастайды. Қозғалыс кезінде "қоқ-қоқ-қоқ" деген дыбысьтар шығарады.

*-Балалар үйректі тауып алды.*

Қолдарын сәл артқа ұстап, қозғалып жүріп, "го-го-го" дейді. Үйректер шоқи алады.Балалар мойындарын алға созады да "ш-ш-ш" деп "шоқиды". Қалай "шоқитындарын" көрсетіп, енді бірін-бірі "шоқиды". Баладар итке барып ( кез келген ойыншыққа), "га-га-га"... дейді де, тоқтап "шоқи" бастайды, ит қорқып, олардан тығылып қалады.

**№16."Шар жарылды"**

Жартылай жұмылған алақандарын бір-біріне жақындатып, еріндерінің тұсында ұстайды. Балалар оны кішкентай шар деп елестетіп, оған "ш-ш-ш" деп үрлеп, бір мезгілде қолдарын екі шетке жаяды. шарды үлкен етіп үрлейді, ол "тарс" етіп жарылады. Балалар алақандарын шапалақтайды.

**№17."Пойызбен келеміз"**

Балалар бірінің артынан бірі тұрады, бір қолдарымен ұзын таяқтан ұстайды. Қолдарын алға , артқа кезектестіре бұлғап, "пш-пш-пш","ду-ду-ду-у-у..." деген дыбыс шығарады. Мұғалім таяқты ұстап, жаттығуды жасап көрсетіп, алда жүреді.

**№18."Масалар ұшып келді"**

Құрсауға немесе таяқшаға байланған әртүрлі ұзындықтағы жіптің ұшына жұқа материалдан жасалған "масалар" бекітілген . БАлалар ұшып жүрген "масалардың" артынан жылдам жүріп немесе жүгіріп, "пи-и-и-и", "з-з-з" деген дыбыс шығарады.

**№19."Айналмаққа (вертушка) үрле"**

Балалар қолдарына айналмақты ұстайды. Мұғалім ойыншықты айналатындай етіп үрлеуді ұсынады. Қатты үрлесе, ойыншықтың қатты айналатынына назарларын аудару керек.

**№20"Көпіршікті үрлейміз"**

Әр балаға бір стакан су мен коктейлге арналған түтікше береді. Балаларға түтікшені стақандағы суға салып, суда көпіршіктер пайда болатындай етір қаьтты үрлеуді ұсынады. Балалардың түтікшемен суды сорып алмауын қадағалау керек.

**Тыныс алуды қалпына келтіруге арналған жаттығулар**

Балалар бір қолдарын таспаны алып,оған үрлейді және жоғары-төмен бұлғап жүреді.

**№1."Біз санаймыз"**

 Мұнда бері қараңыз,

 Бізде санай аламыз:

 "1,2,3"дегенде,

 Түзу тұра қаламыз.

 "4,5,6" дегенде,

 Алға қадам басамыз.

**№2."Пойыз"**

 Ал паровоз, баста алға,

 Бәрімізді басқар да.

 Пыш,пыш,пыш,пыш, біз кеттік,

 жүрісті тым үдеттік.

Балалар мәтін мазмұнына сәйкес қимылдар жасайды: үшінші жолды айтқан кезде тыныс алады, тыныс шығарады. Жүргенде " у-у-у" деп, паровоздың дыбысын салады.

**№3."Торғайлар"**

Қол төмен түсірілген. Аяқтарының ұшымен тұрады, созылады, тыныс алады. "Шиқ" деп айтып, тыныс шығарады.

**№4."Жапырақтар" жаттығуы**

Сұп-суық жел қоймай бәрін ұшырды,

 Еменнің бар жапырағын түсірді.

 Жапырақтар желмен ойнап,дөңгелеп,

 Әуеде жүр көбелектей көлбеңдеп.

 Жаңбыр оны жұлмалауды бастады,

 Бұршақ оны тесіп, тесіп тастады.

Мәтін мазмұнына сәйкес қимылдар жасайды:

*-с-с-с-с;*

*алақандарын еріндеріне тақап, үрлейді;*

*саусақтарымен жапырақтардың айналғанын көрсетеді;*

*қолдарын белдеріне қойып, саусақтарымен жаңбыр тамшыларынкелтіреді;*

*алақандарын екінші қолының саусақтарымен ұрғылап, бұршақты келтіреді.*

**№5."Табиғат дыбыстары" фонограммасымен жайлау сәті**

 Торғайлар күні бойы ойнап, ұйқылары келді. Олар өздерінің төсектеріне жатты (кілемшелерге), көздерін жұмды. Төсектерінде тып-тыныш жатыр, аяқ-қолдары босаңсыған. Торғайлар ұйқыға кетті. Олардың үстіне керемет әдемі гүлдері мен жап-жасыл шөбі бар алаңқайлар кірді. Міне, гулдерден бал жинауға ара ұшып келді, самал жел нәзік шөпті тербетіп, күн көзі айналаны шуағына бөлеуде. Торғайлардың жаны жайланып, ғажайып түс көрді, олар әбден демалып, сергек қалыпта оянды.

**№6."Сымбатымыз әдемі" ойын-жаттығуы**

Балалар музыка әуенімен мәтін мазмұнына сәйкес қимылдар жасайды.

 Бізге қарап көріңіз,

 Сымбаттымыз өзіміз.

 Түзу ұстап денені,

 Сұлу болып өсеміз.

 Байқап кейде аяқтың,

 Ұшыменен жүреміз.

 Енді бірде табанның,

 Тұсыменен жүреміз.

 Жалыққанда аю боп,

 Маймаңдауды білеміз.

 (Г.Абдрахимова)

**№7."Құс ауласы"**

Әуенді дыбыспен қостай отырып, жаттығулар жасайды.

 Бұл көкектің дауысы,

 Төзімімді тауысты:

 "кө-кек, кө-кек, кө-кек"

 Қорқып жаман баладан,

 Шиқылдайды балапан:

 "шиқ, шиқ, шиқ, шиқ"

 Тоғайдағы тоқылдақ,

 Мазаны алды тоқылдап:

 "тоқ, тоқ, тоқ, тоқ"

 Тауық дәнді шоқып ап,

 Аулада жүр қоқылдап:

 "қоқ, қоқ, қоқ, қоқ"

 Жерге таяу жақындап,

 Қаздар ұшты қаңқылдап:

 "қаңқ, қаңқ, қаңқ, қаңқ"

 (Г.Абдрахимова)

Қолдарын артқа ұстап көкекті келтіреді, тыныс шығару барысында "кө-кек, кө-кек, кө-кек" дейді.

Қолдарын белге қойып балапанды келтіреді, тыныс шығару барысында "шиқ, шиқ, шиқ, шиқ" дейді.

Алақандарын бір-біріне тигізіп, тұмсық жасап, тоқылдақты бейнелейді, тыныс шығару барысында "тоқ, тоқ, тоқ, тоқ" дейді.

Қолдарын қанатқа ұқсатып қағып, тауық болады, тыныс шығарғанда "қоқ, қоқ, қоқ, қоқ"дейді.

Қолдарын шынтақтан бүгіп, қазды келтіреді, "қаңқ, қаңқ, қаңқ, қаңқ" дегенді тыныс шығару барысында айтады.

**№8."Кішкентай кеме"**

Мекен етіп теңізді,

 Жүзіп жүр бір теңізші.

 Неге екенін айтпайды,

 Ол құрлыққа қайтпайды.

Тыныс шығару барысында "ш-ш-ш"дейді.

Мәтін мазмұнына сәйкес қимылдар жасайды.

**№9."Баяу музыка әуенімен өлең оқылу кезіндегі жайлану сәті".**

Ал, балалар, тұрмайық,

 Көзімізді жұмайық.

 Қиялдап та алайық,

 Ертегіге барайық.

 Жылу алған күннен де,

 Айналайық гүлдерге.

 Самалымен тербелген,

 Шайқалайық желменен.

 Құстың даусын тыңдайық,

 Қосылып біз жырлайық.

 (Г.Абдрахимова)

Балалар кілемшелерде көздерін жұмып жатады.