

Қазақстан Республикасы
Білім және ғылым министрінің
2018 жылғы 20 қыркүйектегі
№ 469 бұйрығына 39 -қосымша

Қазақстан Республикасы
Білім және ғылым министрінің
2013 жылғы 3 сәуірдегі
№ 115 бұйрығына 479 -қосымша

Көру қабілеті бұзылған (көрмейтін және нашар көретін) білімалушыларға арналған негізгі орта білім беру деңгейінің 5-6 сыныптары үшін «Емдік дене шынықтыру» пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасы

1-тарау. Жалпы ережелер

1. Көру қабілеті бұзылған (көрмейтін және нашар көретін) білімалушыларға арналған негізгі орта білім беру деңгейінің 5-6 сыныптары үшін «Емдік дене шынықтыру» пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасы (бұдан әрі – Бағдарлама) «Білім туралы» 2007 жылғы 27 шілдедегі Қазақстан Республикасы Заңының 5-бабы 6) тармақшасына сәйкес әзірленген.

2. Емдік дене шынықтыру пәнінің (бұдан әрі - ЕДШ) мақсаты дене дамуындағы зақымдалулардың орнын толтыру және түзету, салауатты өмір сүруін және әлеуметтік ортаға бейімделе алуын қалыптастыру.

3. ЕДШ пәнінің міндеттері:

1) қимыл дағдылары мен біліктіліктерін саналы түрде меңгеруге қажетті білім жүйесін игеру;

2) өмірге қажетті қимыл дағдылары мен біліктіліктерін қалыптастыру және дамыту;

3) дене жаттығуларын дұрыс орындау техникасына оқыту;

4) кеңістікте өз денесін бағдарлау дағдысын қалыптастыру;

4. Дамытушылық міндеттер:

1) сапалы негізгі қимылдарын тиімді дамыту (шыдамдылық, шапшаңдық бұлшықет қуаты, икемділік, нақтылық, қимыл);

2) қимыл дағдыларын қалыптастыру және жетілдіру;

3) кеңістікте бағдарлануын дамыту;

4) білім алушылардың өзін бағалау қабілеттіліктерін ынталандыру;

5. Сауықтыру және түзету міндеттері:

- 1) көру қабілеті зақымдалған білім алушылардың үйлесімді дене дамуымен қатар денсаулығын нығайту және өмірін сақтау;
- 2) денсаулықты сақтау және ағзаны нығайту;
- 3) білім алушылардың күш-қуатын артыру;
- 4) мүшелер мен ағза жүйесінің жұмыс істеу белсенділігін арттыру;
- 5) жүрек қан тамырлары мен тыныс алу жүйесін дамыту және нығайту;
- 6) тірек-қимыл аппараттарын түзету (майтабандылық, сколиоз, дене бітімі);
- 7) психомоторикалық зақымдалуларды түзету және орын толтыру (биіктіктен, кеңістікте жалғыз қалу қорқынышын жеңу, өзін өзі бағалаудың жоғары немесе төмен болуы, қимыл тепе-теңдігінің зақымдалуы, гиподинамия);
- 8) жалпы және ұзсақ моторикасын дамыту және түзету;
- 9) білім алушылар ағзаларын сауықтыру және емдеу үшін қолжетімді түзете-дамытушылық жағдай құру;
- 10) гигиена дағдыларын меңгерту;

6. Тәрбиелік міндеттер:

- 1) өз күштері мен мүмкіндіктеріне, өздеріне деген сенімділіктеріне, ішкі еркіндікке тәрбиелеу;
- 2) адамгершілік және моральдық ерік-жігер қасиеттеріне және саналы қарым-қатынас жасау, дербес әрекетке, қажырлыққа тәрбиелеу;
- 3) сабаққа деген тұрақты қызығушылық танытуға тәрбиелеу;
- 4) салауатты өмір салтын сақтауға және өз денсаулығына саналы көзқарасын қалыптастыру.

2-тарау. Оқу процесін ұйымдастырудағы педагогикалық тәсілдер

7. Бағдарламада оқу-нормативтік құжаттың дәстүрлі міндеттері көру қабілеті нашар және көрмейтін балаларға арналған мектепте заманауи білім беру процесін ұйымдастырудың инновациялық тәсілдермен үйлесімді сабақтасқан. Оқытудағы тәсілдер пән бойынша оқу бағдарламасының түбегейлі жаңа құрылымын құруда негізгі бағдарлары болып табылады.

8. Құндылыққа, іс-әрекетке, тұлғаға бағдарланған, коммуникативтік тәсілдер білім берудің классикалық негізі ретінде оқыту мақсаттарының жүйесі мен білім беру, түзету процесі нәтижелерінің басымдылығын арттыру үшін қолданылды, бұл Бағдарламаның жаңа құрылымында көрініс табады.

9. ЕДШ пәнін оқытуда құндылықты-бағдарлы тәсілі - нақты құндылықтар негізінде оқу қызметтерін ұйымдастыру және орындау, алған білімдерінің нәтижесін қолдану: өзінің өмір қауіпсіздігіне жауаптылығын, денсаулығына, отбасына, өміріне, табиғатқа, жалпы адаммен қарым-қатынас құндылығын, мейірімділік және шынайылықты түсіну. Бұл құндылықтар жеке тұлға мотивациясының негізгі факторы ретінде мінез-құлық пен іс-әрекетін жетілдіреді. Орта білім берудегі құндылықтардың идеялық негізі – «Мәңгілік

Ел» ұлттық идея болып табылады. Орта білім беру құндылықтары: «қазақстандық патриотизм» мен «азаматтық жауапкершілік», «құрметтеу», «ынтымақтастық», «еңбек және шығармашылық», «ашықтық», «өмір бойы білім алу» болып айқындалған.

10. Тұлғалық-бағдарланған тәсіл: пәнді оқыту барысында білім алушының жас ерекшелік, дене, психикалық ерекшеліктері мен офтальмологиялық аспектілерін, көру мүмкіндіктерін және қосалқы ауытқушылықтарын есепке ала отырып тұлғалық-бағдарланған тәсілдерді жүзеге асыруды болжайды.

11. Әрекеттік тәсіл – бірлескен қызмет (мұғалім және білім алушы) бастапқы іскерлік пен өзаратүсінушілікке негізделген:

1) «мұғалім-білім алушы» жүйесі мұғалім мен білім алушының мақсаты бағдарланған қызметінің сәйкес келуі, әрекеттерді келісімділікпен орындауы тиімді көрсеткіштерге жеткізіп, көру қабілеті зақымдалған білім алушылардың қимыл белсенділігін ынталандыру жүйесімен қамтамасыздандырады;

2) мұндай амалдарда білім алушы қателесуге, оны түзетуге немесе оны алдын ала алуға мүмкіндік бар. Мұғалімнің міндеті – әр білім алушыға жетістікке жету ситуациясын құру болып табылады;

3) іс-әрекеттік тәсілдің негізгі әдісі ретінде ойын технологиялары қолданылады. Оқытудың қолжетімді жағдайы ретінде арнайы ұйымдастырылған қимыл ойындар, жалпыдамытушы жаттығулар құрылады. Оқытудың әдісі ретінде ойын формасын қолдану таным қызығушылығы мен қимыл белсенділігін арттыруға мүмкіндік береді. Міндеттер шешім табады: бір қызметтен екінші қызметке ауысу барысында бұлшықетке қысым түсіру және қимыл қозғалысына артық күш түсіру төмендетіледі. Үлкен күш-қуатты талап етпейтін қарапайым ойын түрлері таңдалады.

12. Дифференциалды тәсіл. Қимыл қабілеттерін қалыптастыруда жетістікке жету мақсатында мүлдем көрмейтін және ішінара көру қабілеті бар, нашар көретін білім алушылардың мүмкіндіктерін есепке ала отырып, әр білім алушыға жеке дифференциалды тәсіл қолданылады.

13. ЕДШ сабағына қатысу үшін оқу жылының басында медициналық комиссиядан өткеннен кейін білім алушылар екі топқа бөлінеді:

1) 1-топ: жоғары деңгейдегі және үдемелі алыстан көрмеушілік (миопия), көз жанарының таюы, глаукома, афаксиясы бар білім алушылар жатады. Бұл топқа дене дамуының төмен деңгейіндегі белгілі бір созылмалы ауруы себебінен әлсізденген, тірек қимыл аппараты бұзылған білім алушылар тіркеледі. Жалпы қарсы көрсеткіштер: жоғары және алысқа секіру, ауыр заттар көтеріп жылдам және ұзақ уақыт бойы басты төмен еңкейтіп, дем ұстап тұру арқылы жасалатын жаттығулар, эстафеталық және жарыс ойындары кезінде конфликтілі жағдайлар;

2) 2-топ: көру қабілеті жағдайынан, дене даму және дайындық мүмкіндіктері негізінде арнайы мектептерге арналған негізгі бағдарламалардың

талаптарына сәйкес емдік дене жаттығуларымен айналыса алатын білім алушылар жатады.

14. Мектептің медицина қызметкерлерінің бақылауымен жеке топқа енгізіледі. Нашар көретін балалармен ЕДШ сабақтарын жүргізудің негізі көру қабілетін сақтауын дене қабілеттілігін жоғарлатумен сәйкестендіру болып табылады.

15. Оқытудың коммуникативтік тәсілі - бұл екі немесе бірнеше адамның тілдік қарым-қатынас процесінде білім, білік, дағдыларымен алмасу, ақпарат беру және хабарлау. Белсенді танымдық қызмет көру қабілеті бұзылған білім алушыларды психологиялық-педагогикалық түзете сүйемелдеуге қатысушылардың бірлескен шығармашылық әрекеті, ұлдау және өзара әрекеті жағдайындағы тұрақты сипатқа ие.

16. ЕДШ арнайы жабдықталған кабинетте жүргізіледі. Кабинетте спорттық инвентарлерді (гимнастикалық таяқша, гимнастикалық кілем, кіші резеңкелі доп, футбол доп, обручтер, әртүрлі тренажерлар, ойындар және стандартты емес құралдар) психолого-педагогикалық тұрғыда дұрыс қолдану жоғары оптимистік фактор болып табылады.

17. ЕДШ сабақтарында ағзаға жан-жақты әсер ету мақсатында әдістер қолданылады: қарапайым және күрделенген жүріс (тоқтаумен, бағыт өзгертумен); алмасу үрдісіні жоғарлатуға септігін тигізетін жаттығулар (темпті өзгертумен жүгіру); затпен, затсыз жалпы дамытушы жаттығу; би жаттығу; тепе теңдікті сақтауға арналған қарапайым жаттығу; тыныс алу мен босаңсуына жаттығу; дене қалпын дұрыс ұстау, кеңістік түсініктерін қалыптастыруға арналған жаттығулар; сақталған анализаторларын дамытуға арналған жаттығулар.

18. Бағдарламаны іске асыра қолданылатын құралдар: дене жаттығулар, қозғалыс түзету ойындар, тыныс алу жаттығулар, көру тренингін жүргізу жаттығулары, спорттық тренажерлар, бағдар беретін құралдар және оқытудың көрнекі құралдары.

19. ЕДШ мәні курстарға бөлінген:

1) кіріспе: бұлшықеттерінің денеге түсірілген күшке төзімділігін анықтау білім алушылардың функционалды жағдайы зерттеледі; жаттығу орындау техникасын үйрету, баланың денсаулығына, жынысына, дене дамуына, қимыл қозғалыс дағдысына, психикалық қасиеттер мен дағдыларына байланысты жеке жаттығу мөлшерін тағайындап, оны бірте-бірте жоғарлатып отыру; денсаулығын жақсартуға белсенділігін арттыру үшін қолайлы психологиялық жағдай ұйымдастыру;

2) негізгі: дефектінің патологиялық процесінің тұрақталуына жәрдемдесу; өзін өзі бақылау дағдыларын өңдеу; ерік жігер дағдыларын тәрбиелеу; білім алушының өзін-өзі жетілдіру мен көрсеткіштерді жоғарылатуға, алға қарай ұмтылуға ынталандыру;

3) қорытынды: сауықтыру жетістігіндегі нәтижелерін бекіту; денеге күш түсіретін жаттығулар санын ұлғайту; игерілген тәсіл арқылы (білім білікті

қолдану) дене шынықтыру-сауықтыру әрекеттерін білім алушылардың өздігімен орындауға итермелеу; білім алушылардың сауығу тиімділік қарқынын бақылау.

20. Білім алушылардың дене даму деңгейін және ЕДШ динамикасының тиімділігі үшін мониторингті зерттеулер қолданылады: педагогикалық бақылау әдісі, тестілеу, медициналық бақылау. Педагогикалық бақылау курстың соңына дейін жүзеге асырылады. Бақылау барысында оқыту кезеңіндегі білім алушылардың меңгерген жеке қасиеттері, негізгі білім, білік және дағдылары ескеріледі. Бұл бақылау журналында тіркеліп, арудың себептері айқындалады. Материалды қайталау және бекітуде бақылау түрлері қолданылады: ауызша жауап беру, жаттығу көрсету, үй тапсырмасын тексеру, ата-аналармен әңгімелесу, өзін бақылау және өзара бақылау жүзеге асырылады. Дене бітімін дұрыс қалыпта ұстауына ықпал ететін бұлшықет корсетінің негізі болатын бұлшықет, иық бөлігі, іш, арқаның бұлшықеттерінің күші мен бел омыртқаның қозғалтқыштығын анықтау үшін жылына 3-4 рет жүргізілетін бақылау тесті дене дамуының динамикалық сапасын бағалауға мүмкіндік береді. Медициналық бақылау білім алушылардың денсаулық деңгейі мен жақсару тиімділігін анықтайды. Медицина қызметкері жылына 2 рет бақылау жасап, ЕДШ мұғаліміне, ата-анаға, білім алушыларға кеңес береді.

21. Білім алушылар ағзасының функционалды күйіне бақылау және бағалау тестік жаттығуларды қолдану арқылы жүргізіледі:

1) жүрек қантамырлар жүйесінің функционалды күйі Мартинэ пробасы арқылы анықталады (20 рет отырып-тұру);

2) сыртқы тыныс алуын функционалды күйі спирометр арқылы анықталады;

3) бұлшықет жүйке жүйесінің күйін бағалау «көзін жұмып, қолын екі жаққа созып, бір аяқта тұру» кез келген қимыл тепе-теңдікті сақтамаудың белгісі. Тепе-теңдікті қанша уақытқа дейін сақтайтыны белгінеді;

4) бұлшықет күшін бағалау - кеудені бүгу арқа қалпында жатып 10 секунд ішінде аяғын жоғары көтеру санымен анықтайды. Тік көтерген аяқ 45 градустан еденге жеткізу;

5) бұлшықетті бағалау – кеудені бүгу «қолды алдыға қарай созып, ішпен жату» қалпындағы уақытымен анықталады. Қолы мен кеуде бөлігі кілемге тимейді («Кеме» жаттығуы);

6) жоғары иық бөлігінің бұлшықет күші 10 секунд ішінде қолды бүгу арқылы анықталады;

7) жамбас буындары мен бел омыртқаларының қозғалмалылығын бағалау «еденде отырып, иық жалпақтығында аяқты қою» қалпында еңкейіп сантиметрмен анықтайды.

3-тарау. «Емдік дене шынықтыру» пәнінің мазмұнын ұйымдастыру

22. «Емдік дене шынықтыру» пәні бойынша оқу жүктемесінің көлемі:

- 1) 5-сыныпта – аптасына 2 сағат, оқу жылында 68 сағатты;
- 2) 6-сыныпта – аптасына 2 сағат, оқу жылында 68 сағатты құрайды.

23. «Емдік дене шынықтыру» пәнінің мазмұны келесі бөлімдерді қамтиды:

- 1) 1-бөлім «Салауатты өмір салтын қалыптастыру үшін пәннің маңызы»;
- 2) 2-бөлім «Тыныс алу жаттығулары»;
- 3) 3-бөлім «Қимыл-қозғалыс қызметінің бұзылыстарын түзету»;
- 4) 4-бөлім «Тепе-теңдік пен үйлесімділік сезімін дамытуға арналған жаттығулар»;
- 5) 5-бөлім «Кеңістікте бағдарлауға арналған жаттығулар»;
- 6) 6-бөлім «Көру анализаторын машықтандыруға арналған жаттығулар»;
- 7) 7-бөлім «Қимыл – қозғалыс ойындары».

24. «Салауатты өмір салтын қалыптастыру үшін пәннің маңызы» бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

- 1) сабақтардағы техникалық қауіпсіздік ережелері;
- 2) гигиеналық күн тәртібі;
- 3) көрсеткіштері және қарсы көрсеткіштері;
- 4) жаттығуларды таңдау және іріктеудің негізгі принциптері.

25. «Тыныс алу жаттығулары» бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

- 1) өкпенің сыйымдылығын жоғарлату жаттығулары;
- 2) тыныс алуын қайта қалпына келтіру жаттығулары.

26. «Қимыл-қозғалыс қызметінің бұзылыстарын түзету» бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

- 1) майтабандылықты түзету және алдын алу;
- 2) жүру бұзылыстарын түзету;
- 3) дене бітіміндегі ауытқушылықты түзету.

27. «Тепе-теңдік пен үйлесімділік сезімін дамытуға арналған жаттығулар» бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

- 1) вестибулярлық аппаратты машықтандыру;
- 2) заттармен орындалатын жаттығулар;
- 3) гимнастикалық снарядтар арқылы жасалатын жаттығулар;
- 4) жұппен жаттығулар.

28. «Кеңістікте бағдарлауға арналған жаттығулар» бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

- 1) бағдарлауды ерекшелеу біліктілігі мен дағдыларын бекіту;
- 2) әр түрлі спорттық ерекше қимыл-әрекеттерді орындау барысындағы дәлдікті, бақылауды және ептілікті дамыту;
- 3) қозғалыс жаттығуларын орындауды жақсарту үшін, өзіндік және өзгелердің іскерліктерін бағалау.

29. «Көру анализаторын машықтандыруға арналған жаттығулар» бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

- 1) арақатынас сезімін машықтандыру;

- 2) зейінді дамытуға арналған жаттығулармен машықтандыру;
 - 3) тепе-теңдікке арналған жаттығулармен машықтандыру;
 - 4) үйлесімділікке арналған жаттығулармен машықтандыру;
 - 5) босаңсытуға арналған жаттығулармен машықтандыру.
30. «Қимыл – қозғалыс ойындары» бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

- 1) тактильдік сезімталдықты дамыту;
- 2) дыбысқа бағдарлау қабілетін дамыту;
- 3) есту арқылы есте сақтауы мен зейінің дамыту және дәлділігі;
- 4) допты лақтыру қабілеттілігін дамыту.

31. 5-сыныпқа арналған «Емдік дене шынықтыру» пәнінің базалық мазмұны:

1) салауатты өмір салтын қалыптастыру үшін пәннің маңызы: қауіпсіздік ережелері мен нормалары; дәрігерлік көмегіне дейінгі алғашқы көмек корсетудің нұсқаулығы; салауатты өмір салтының компоненттері; денені шынықтыру;

2) тыныс алу жаттығулары: тыныс-алудың кешіктірілуі: дем ұстап тұра алу; құрсақтық тыныс алу; кеуделік тыныс алу; толық тыныс алу;

3) қимыл-қозғалыс қызметінің бұзылыстарын түзету: тұру қалпында кешенді жаттығулар; отыру қалпынан жаттығулар; жату қалпынан жаттығулар; жүруп жаттығулар жасау;

4) тепе-теңдік пен үйлесімділік сезімін дамытуға арналған жаттығулар: жастықпен жаттығу; доппен жаттығу; таяқпен жаттығу; «Қарлығаш» жаттығуы; «Аяқтың ұшымен» жаттығуы; «Бордюр» жаттығуы;

5) кеңістікті бағдарлау жаттығулары: өз денесіне қатысты алғанда кеңістікте бағдарлау; қозғалыстағы ептілік; іздену мақсатын орындауда бағдарларға сүйену; пункттен басқа пунктіге бірізділікпен бағдарлау; бір затты тұтастай бағдарлау; қимыл-қозғалысты өз бетімен дұрыс орындау;

6) көру анализаторын машықтандыруға арналған жаттығулар: «дистанция сақтау» жаттығулары; зейінді дамытуға арналған жаттығулар; тепе-теңдікті сақтауға арналған жаттығулар; қозғалыс үйлесімдігін арналған жаттығулар; сергіту жаттығуларды жасау;

7) қимыл – қозғалыс ойындары: тактильді сезімталдығын дамытатын жаттығулар; дыбысқа қарай бағдарлау; зейінді дамытуға арналған жаттығулар, есту зейінің және есте сақтауын дамытатын жаттығулар; допты лақтыру жаттығулары.

32. 6-сыныпқа арналған «Емдік дене шынықтыру» пәнінің базалық мазмұны:

1) салауатты өмір салтын қалыптастыру үшін пәннің маңызы: қалыпты және қауіпсіздік ережесі жаттығу кезіндегі: травма кезіндегі алғашқы көмек; гигиеналық режим күні; диагноз және физикалық күш;

2) тыныс алу жаттығулары: құрсақтық тыныс алу; кеуделік тыныс алу; толықтай тынысалу; аралас тыныс алу;

3) қимыл-қозғалыс қызметінің бұзылыстарын түзету:табан мен тізе бұлшық еттері; тірек-қимыл аппараты; омыртқаның қозғалысы; дененің тік ұстау;

4) тепе-теңдік пен үйлесімділік сезімін дамытуға арналған жаттығулар: қозғалыс кезіндегі тепе-теңдікті сақтау; гимнастика жаттығуындағы тепе-теңдікті сақтау; сүйенудішектеу;

5) кеңістікте бағдарлауға арналған жаттығулар: заттан қарай алғанда бағдарлау;бағдарларды іріктеп алуды үйрену;нақтылық, ептілік және бақылау;

б) көру анализаторын машықтандыруға арналған жаттығулар: жаттығу «сезім дистанциясы»; зейінді дамытуға арналған жаттығулар; тепе-теңдікті сақтауға арналған жаттығулар; координацияға арналған жаттығулар; сергітетін жаттығулар;

7) қимыл – қозғалыс ойындары: тактильді сезінуді дамытуға арналған жаттығулар; дыбысты бағдарлауға арналған жаттығулар; есту зейінің және есте сақтауын дамытатын жаттығулар; допты лақтыру,допты қағып алу жаттығулары.

4-тарау. Оқыту мақсаттарының жүйесі

33. Бағдарламада оқыту мақсаттары кодпен берілген. Кодтық белгідегі бірінші сан сыныпты, екінші және үшінші сан бөлім және бөлімше ретін, төртінші сан оқу мақсатының реттік нөмірін көрсетеді. Мысалы, 5.2.1.4 – «5» сынып, «2.1» - бөлім; «4» - оқу мақсатының реттік саны.

34. Оқыту мақсаттары бойынша күтілетін нәтижелер:

1) 1-бөлім «Салауатты өмір салтын қалыптастыру үшін пәннің маңызы»:

1-кесте

Бөлімшелер	Оқыту мақсаттары	
	5-сынып	6-сынып
1.1 Сабақтардағы техникалық қауіпсіздігі	5.1.1.1 қауіпсіздік ережелері мен нормаларын білу 5.1.1.2 алғашқы медициналық көмек көрсету инструкцияларын қолдану	6.1.1.1 тренажёрмен жұмыс жасағанда қауіпсіздік ережелері мен нормаларын ұстану 6.1.1.2 жарақат алған жағдайда алғашқы медициналық көмек көрсете алу
1.2 Гигиеналық күн тәртібі	5.1.2.1 салауатты өмір салтының компоненттерін білу 5.1.2.2 шынығуды және оның ағзаға маңызын білу	6.1.2.1 күн сайынғы гигиеналық шараларды ұстану 6.1.2.2 дене жаттығуларының гигиеналық, емдік маңызын түсіну
1.3	5.1.3.1 дене шынықтыру	6.1.3.1 емдік-шынықтыру

Көрсеткіштері және қарсы көрсеткіштері	жаттығуларын жасауға болмайтын сырқат түрлерін білу	сабақтарында өзінің диагнозымен жаттығу ауыртпалығының сәйкестігін түсіну
1.4 Жаттығуларды таңдау және іріктеудің негізгі принциптері	5.1.4.1 жаттығулардың орындау кезектілігін және оларды таңдаудағы жүйелігін білу 5.1.4.2 жаттығулардың денеге ауыртпалығын баяу жоғарлату	6.1.4.1 демалыс пен дене шынықтыру жаттығуларын кезектестіру 6.1.4.2 жаттығулардың физикалық ауыртпалығын баяу жоғарылата білу

2) 2-бөлім «Тыныс алу жаттығулары»:
2 -кесте

Бөлімшелер	Оқыту мақсаттары	
	5-сынып	6-сынып
2.1 Өкпеніңсыйымдылығын жоғарлату жаттығулары	5.2.1.1 тыныс алу жаттығулары арқылы өкпе желденуін жақсарту 5.2.1.2 ауа шарын үрлеу 5.2.1.3 10-ға дейін санағанда демін ұстап тұра алу	6.2.1.1 тыныс алу жаттығуларын жүйелі түрде орындау 6.2.1.2 баяу және толық дем ала білу 6.2.1.3 ауыз және мұрын арқылы демалу және дем шығаруын жасай білу
2.2 Тыныс алуды қайта қалпына келтіру жаттығулары	5.2.2.1 құрсақтық тыныс алуды орындау 5.2.2.2 кеуделік тыныс алуды орындау 5.2.2.3 толық тыныс алуды орындау	6.2.2.1 ішкі органдар шынығатындай, диафрагманың белсенді қозғалысы арқылы терең дем ала білу

3) 3-бөлім «Қимыл-қозғалыс қызметі бұзылыстарын түзету»:
3-кесте

Бөлімшелер	Оқыту мақсаттары	
	5-сынып	6-сынып
3.1 Майтабандылықты түзету және алдын алу	5.3.1.1 табан мен тізені дұрыс уқалаудың дамуының маңызын түсіну 5.3.1.2 брусокта жүруін жаттықтыру	6.3.1.1 табан мен тізе бұлшықеттерінің қатаюына жаттығулар жасау 6.3.1.2 жеке және жұппен әртүрлі жерлерде жүру дағдыларын өз бетімен

		орындау
3.2 Жүру бұзылыстарын түзету	5.3.2.1 бұлшық еттердің орналасуын білу (омыртқа жотасының бұлшықет ерекшелігі) 5.3.2.2 тепе-теңдікті сақтауын дамыту 5.3.2.3 денсаулықты нығайту және физикалық дамуына әсер ету 5.3.2.4 қозғалыс сапасын жетілдіру	6.3.2.1 тірек қозғалыс аппаратын жаттығулармен және сақтаулы анализаторлар арқылы нығайту 6.3.2.2 омыртқа қозғалысын жақсартуға жаттығулар жасау 6.3.2.3 табиғи локомоцияларды жетілдіру (жүру, жүгіру)
3.3 Дене бітіміндегі ауытқушылықты түзету	5.3.3.1 кеуденің дұрыс емес қалпын түзету 5.3.3.2 кеуденің бұзылысын алдын ала ескерту 5.3.3.3 байланысқан-сіңірлік аппаратты және бұлшықеттік корсетті нығайту 5.3.3.4 қимыл – қозғалыс жағдайында кеуденің дұрыс қалпын сақтау	6.3.3.1 дене бітімін дұрыс ұстау қалпын қалыптастыру және бекіту 6.3.3.2 кеуде бұлшықеттеріндегі зат алмасу процестерін белсендіру 6.3.3.3 тірек-қозғалыс аппаратын нығайту

4)4-бөлім «Тепе-теңдік пен үйлесімділік сезімін дамытуға арналған жаттығулар»:
4-кесте

Бөлімшелер	Оқыту мақсаттары	
	5-сынып	6-сынып
4.1 Вестибулярлық аппаратты машықтандыру	5.4.1.1 бағытты тез ауыстыра алу 5.4.1.2 жеңіл акробатикалық жаттығуларды орындау	6.4.1.1 кеңістікте бағдарлай алу 6.4.1.2 тыныштық жағдайда және қозғалыс кезінде үйлесімділікті сақтай білу
4.2 Заттармен орындалатын жаттығулар	5.4.2.1 басына зат қойып қозғалған кезде тепе-теңдікті сақтау 5.4.2.2 затты лақтырып және қағып ала білу	6.4.2.1 гимнастикалық жаттығулар кезінде координация мен тепе-теңдікті жетілдіру және түзету 6.4.2.2 әртүрлі қалыпта басына зат қойып тепе-теңдікті сақтау
4.3	5.4.3.1 қозғалыс тепе-	6.4.3.1 белгілі бір сүйеніштерді

Гимнастикалық снарядтар арқылы жасалатын жаттығулар	теңдігіне жаттығулар білу 5.4.3.2 гимнастикалық снарядтарда тепе-теңдікті сақтай білу	қолдау жағдайында қалыпты сақтау 6.4.3.2 дұрыс жүріс пен дене бітімін дұрыс ұстауын таңдау
4.4 Жұппен жаттығулар	5.4.4.1 өзқимылыңды күшіңе, амплитудаға, уақытқа қарай жолдасыңмен ақылдаса отырып өлшеп білу 5.4.4.2 күшке, төзімділікке, ептілікке жаттығулар білу	6.4.4.1 жүрек-қантамыр жүйесін нығайтуға арналған жаттығуларды орындау 6.4.4.2 физикалық күштің пайдасы туралы білу және жалпы нығайту жаттығуларын жұпта орындау 6.4.4.3 емдік-физикалық жаттығуларды жұпта жетілдіру

5) 5-бөлім «Кеңістікте бағдарлауға арналған жаттығулар»:

5- кесте

Бөлімшелер	Оқыту мақсаттары	
	5-сынып	6-сынып
5.1 Бағдарлауды ерекшелену біліктілігі мен дағдыларын бекіту	5.5.1.1 өз денесіне қарай кеңістікте бағдарлауды білу	6.5.1.1 айналадағы заттарға қарай өз денесін бағдарлай білу
5.2 Әр түрлі спорттық ерекше қимыл-әрекеттерді орындау барысындағы дәлдікті, бақылауды және ептілікті дамыту	5.5.2.1 ЕМД және дене шынықтыру кабинеттің функционалдық аймағын білу 5.5.2.2 спорттық құрал-жабдықтар орналасуын білу 5.5.2.3 қозғалтқыш әрекеттерді епті орындау барысында, дәлдік пен жылдамдықтың ауысуды нығайтатынын түсіну	6.5.2.1 көру қабілеті қалыпты білім алушы немесе мұғалімнің көмегімен диагональ бойынша залда және залдың ішінде орын ауыстыру 6.5.2.2 емдік-сауықтыру жаттығуларын орындау барысында, құрал саймандарды қолдана білуі. 6.5.2.3 ептілікке арналған қозғалыстарды жұппен орындау(көзі көрмейтін, нашар көретін)

5.3 Қозғалыс жаттығуларын орындауды жақсарту үшін, өзінің және өзгелердің іскерліктерін бағалау	5.5.3.1 негізгі емдік-дене шынықтыру жаттығуларының негізгі түрлерін білу 5.5.3.2 топтағы кешенді жаттығулардың маңызын түсіну	6.5.3.1 сақталған анализаторлардың көмегімен өз бетімен жаттығуларды орындау 6.5.3.2 жаттығуларды орындау барысында қалыпты қадағалау
---	---	--

б) 6-бөлім «Көру анализаторын машықтандыруға арналған жаттығулар»: б-кесте

Бөлімшелер	Оқыту мақсаттары	
	5-сынып	6-сынып
6.1 Арақатынас сезімін машықтандыру	5.6.1.1 затқа дейінгі арақашықтықты анықтау 5.6.1.2 бастапқы орынға қайтып келу	6.6.1.1 затқа дейінгі арақашықтықты дыбыс арқылы анықтау 6.6.1.2 допты қарама-қарсы тұрған адамға және жоғарыға лақтыра алу
6.2 Зейінді дамытуға арналған жаттығулармен машықтандыру	5.6.2.1 бірнеше заттың ішінен артық/жетпеген затты анықтау 5.6.2.2 заттардың орналасуын есте сақтау	6.6.2.1 түстердің үйлесу кезектілігін анықтау 6.6.2.2 заттың көлемін анықтау
6.3 Тепе-теңдікке арналған жаттығулармен машықтандыру	5.6.3.1 сызық бойымен аяқтың ұшымен және өкшесімен жүру барысында тепе-теңдікті ұстай алуы 5.6.3.2 әр түрлі бағытта шеңбер бойымен көзін жұмып жүру(нашар көретіндермен)	6.6.3.1 допты гимнастикалық орындық бойымен жоғары лақтыра қозғалу 6.6.3.2 гимнастикалық орындық бойымен аяқтың ұшымен және өкшесімен жүру барысында тепе-теңдікті ұстай алуы
6.4 Үйлесімділікке арналған жаттығулармен машықтандыру	5.6.4.1 отыру қалпында сызылған сызық бойымен орын ауыстыру 5.6.4.2 басты айналдыру арқылы заттарға көзқарасын үйлестіру	6.6.4.1 сақталған анализатор арқылы басты бұру барысында көзқарасты тоқтата білу 6.6.4.2 бағытты жылдам ауыстыру барысында көзқарасты таяқтың бір ұшынан екінші ұшына ауыстыра алуы
6.5 Босаңсытуға	5.6.5.1 сақталған	6.6.5.1 максималды амплитуда

арналған жаттығулармен машықтандыру	анализаторлардың көмегімен әр түрлі қашықтықта орналасқан заттарға көзқарасын үйлестіру 5.6.5.2 көз жұмуын орындау	мүмкіндігіне қарай көзді жоғары – төмен, оң-солға ауыстыруын орындау 6.6.5.2 алдымен көзбен бір жаққа, кейін басқа жаққа ақырын және баяу қозғалту
-------------------------------------	---	---

7) 7-бөлім «Қимыл -қозғалыс ойындары»:
7-кесте

Бөлімшелер	Оқыту мақсаттары	
	5-сынып	6-сынып
7.1 Тактильдік сезімталдықты дамыту	5.7.1.1 қажетті затты таба білу 5.7.1.2 заттың көлемін анықтай білу 5.7.1.3 бірдей көлемдегі заттарды таба білу	6.7.1.1 фигураны тани алу 6.7.1.2 пластилиннен геометриялық фигураларды жапсыра алу 6.7.1.3 ұстап көргенде берілген затты анықтай алу
7.2 Дыбысқа бағдарлау қабілетін дамыту	5.7.2.1 дыбысына қарай бағдарлана білу 5.7.2.2 дыбыстың бағытын анықтау	6.7.2.1 дыбыстық сигналдар бойынша жүру 6.7.2.2 дыбыс бойынша жылдам бағыттарын өзгерте білу
7.3 Есту арқылы есте сақтауы мен зейінін дамыту және дәлділігі	5.7.3.1 дыбыс бойынша заттарды табуды анықтау 5.7.3.2 дыбыстық белгіге дейінгі ара қашықтықты есептей білу	6.7.3.1 берілген сөздердің орналасу реттілігін есте сақтау 6.7.3.2 артық сөзді таба алу
7.4 Допты лақтыру қабілеттілігін дамыту	5.7.4.1 допты лақтыру техникасын меңгеру 5.7.4.2 допты жоғарыға лақтыру техникасын жетілдіру 5.7.4.3 допты қағып алуын жетілдіру	6.7.4.1 допты щитке лақтыруды жетілдіру 6.7.4.2 дыбыс бойынша допты лақтыруды жетілдіру 6.7.4.3 допты берілген бағыт бойынша лақтыруды жетілдіру

35. Осы Бағдарлама көру қабілеті бұзылған (көрмейтін және нашар көретін) білім алушыларға арналған негізгі орта білім беру деңгейінің 5-6 сыныптары үшін «Емдік дене шынықтыру» пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасының ұзақ мерзімді жоспары негізінде осы Бағдарламаның қосымшасына сәйкес жүзеге асырылады. Ұзақ мерзімді

жоспарда барлық сынып бойынша әр бөлімде қамтылатын оқу мақсаттарының көлемі белгіленген.

36. Бөлімдер мен тақырыптар бойынша сағат сандарын бөлу мұғалімнің еркіне қалдырылады.

Негізгі орта білім беру деңгейінің 5-6 сыныптары үшін «Емдік дене шынықтыру» пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасына қосымша

Көру қабілеті бұзылған (көрмейтін және нашар көретін) білім алушыларға арналған негізгі орта білім беру деңгейінің 5-6 сыныптары үшін «Емдік дене шынықтыру» пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасын жүзеге асырубойынша ұзақ мерзімді жоспар

1) 5-сынып:
1-кесте

Ұзақ мерзімді жоспар бөлімі	Ұзақ мерзімді жоспар бөлімінің мазмұны	Оқыту мақсаттары
1-тоқсан		
1. Салауатты өмір салты үшін пәннің маңызы	1.1 Сабақтардағы техникалық қауіпсіздік ережелері	5.1.1.1 қауіпсіздік ережелері мен нормаларын білу 5.1.1.2 алғашқы медициналық көмек көрсету инструкцияларын қолдану
	1.2 Гигиеналық күн тәртібі	5.1.2.1 салауатты өмір салтының компоненттерін білу 5.1.2.2 шынығуды және оның ағзаға маңызын білу
	1.3 Көрсеткіштер және қарсы көрсеткіштер	5.1.3.1 дене шынықтыру жаттығуларын жасауға болмайтын сырқат түрлерін білу
	1.4 Жаттығуларды таңдау және іріктеудің негізгі принциптері	5.1.4.1 жаттығулардың орындау кезектілігін және оларды таңдаудағы жүйелігін білу 5.1.4.2 жаттығулардың денеге ауыртпалығын баяу жоғарлату
2. Тыныс алу жаттығулары	2.1 Өкпенің сыйымдылығын жоғарлату жаттығулары	5.2.1.1 тыныс алу жаттығулары арқылы өкпе желденуін жақсарту 5.2.1.2 ауа шарын үрлеу 5.2.1.3 10-ға дейін санағанда демін ұстап тұра алу
	2.2 Тыныс алуды қайта қалпына келтіру жаттығулары	5.2.2.1 құрсақтық тыныс алуды орындау 5.2.2.2 кеуделік тыныс алуды орындау 5.2.2.3 толық тыныс алуды орындау
2-тоқсан		
3. Қимыл-қозғалыс қызметі бұзылыстарын түзету	3.1 Майтабандылықты түзету және алдын алу	5.3.1.1 табан мен тізені дұрыс уқалаудың дамуының маңызын түсіну 5.3.1.2 брусокта жүруін жаттықтыру
	3.2 Жүру бұзылыстарын түзету	5.3.2.1 бұлшық еттердің орналасуын білу (омыртқа жотасының бұлшықет ерекшелігі) 5.3.2.2 тепе-теңдікті сақтауын дамыту 5.3.2.3 денсаулықты нығайту және физикалық дамуына әсер ету

		5.3.2.4 қозғалыс сапасын жетілдіру
	3.3 Дене бітіміндегі ауытқушылықты түзету	5.3.3.1 кеуденің дұрыс емес қалпын түзету 5.3.3.2 кеуденің бұзылысын алдын ала ескерту 5.3.3.3 байланысқан-сіңірлік аппаратты және бұлшықеттік корсетті нығайту 5.3.3.4 қимыл – қозғалыс жағдайында кеуденің дұрыс қалпын сақтау
4. Тепе-теңдік пен үйлесімділік сезімін дамытуға арналған жаттығулар	4.1 Вестибулярлық аппаратты жаттықтыру	5.4.1.1 бағытты тез ауыстыра алу 5.4.1.2 жеңіл акробатикалық жаттығуларды орындау
	4.2 Заттармен орындалатын жаттығулар	5.4.2.1 басына зат қойып қозғалған кезде тепе-теңдікті сақтау 5.4.2.2 затты лақтырып және қағып ала білу
	4.3 Гимнастикалық снарядтар арқылы жасалатын жаттығулар	5.4.3.1 қозғалыс тепе-теңдігіне жаттығулар білу 5.4.3.2 гимнастикалық снарядарда тепе-теңдікті сақтай білу
	4.4 Жұппен жаттығулар	5.4.3.1 қозғалыс тепе-теңдігіне жаттығулар білу 5.4.3.2 гимнастикалық снарядарда тепе-теңдікті сақтай білу
3-тоқсан		
5. Кеңістікте бағдарлауға арналған жаттығулар	5.1 Бағдарлауды ерекшелік біліктілігі мен дағдыларын бекіту	5.5.1.1 өз денесіне қарай кеңістікте бағдарлауды білу
	5.2 Әр түрлі спорттық ерекше қимыл-әрекеттерді орындау барысындағы дәлдікті, бақылауды және ептілікті дамыту	5.5.2.1 ЕМД және дене шынықтыру кабинеттің функционалдық аймағын білу 5.5.2.2 спорттық құрал-жабдықтар орналасуын білу 5.5.2.3 қозғалтқыш әрекеттерді епті орындау барысында, дәлдік пен жылдамдықтың ауысуын нығайтатынын түсіну
	5.3 Қозғалыс жаттығуларын орындауды жақсарту үшін, өзінің және өзгелердің іскерліктерін бағалау	5.5.3.1 негізгі емдік-дене шынықтыру жаттығуларының негізгі түрлерін білу 5.5.3.2 топтағы кешенді жаттығулардың маңызын түсіну
6. Көру анализаторын жаттықтыруға арналған жаттығулар	6.1 Арақатынас сезімін машықтандыру	5.6.1.1 затқа дейінгі арақашықтықты анықтау 5.6.1.2 бастапқы орынға қайтып келу
	6.2 Зейінді дамытуға арналған жаттығулармен машықтандыру	5.6.2.1 бірнеше заттың ішінен артық/жетпеген затты анықтау 5.6.2.2 заттардың орналасуын есте сақтау
	6.3 Тепе-теңдікке арналған жаттығулармен машықтандыру	5.6.3.1 сызық бойымен аяқтың ұшымен және өкшесімен жүру барысында тепе-теңдікті ұстай алуы 5.6.3.2 әр түрлі бағытта шеңбер бойымен көзін жұмып жүру (нашар көретіндермен)
	6.4 Үйлесімділікке арналған жаттығулармен	5.6.4.1 отыру қалпында сызылған сызық бойымен орын ауыстыру

	машықтандыру	5.6.4.2 басты айналдыру арқылы заттарға көзқарасын үйлестіру
	6.5 Босаңсытуға арналған жаттығулармен машықтандыру	5.6.5.1 сақталған анализаторлардың көмегімен әр түрлі қашықтықта орналасқан заттарға көзқарасын үйлестіру 5.6.5.2 көз жұмуын орындау
4-тоқсан		
7.Қимыл - қозғалыс ойындары	7.1 Тактильдік сезімталдықты дамыту	5.7.1.1 қажетті затты таба білу 5.7.1.2 заттың көлемін анықтай білу 5.7.1.3 бірдей көлемдегі заттарды таба білу
	7.2 Дыбысқа бағдарлау қабілетін дамыту	5.7.2.1 дыбысына қарай бағдарлана білу 5.7.2.2 дыбыстың бағытын анықтау
	7.3 Есту арқылы есте сақтауы мен зейінін дамыту және дәлділігі	5.7.3.1 дыбыс бойынша заттарды табуды анықтау 5.7.3.2 дыбыстық белгіге дейінгі ара қашықтықты есептей білу
	7.4 Допты лақтыру қабілеттілігін дамыту	5.7.4.1 допты лақтыру техникасын меңгеру 5.7.4.2 допты жоғарыға лақтыру техникасын жетілдіру 5.7.4.3 допты қағып алуын жетілдіру

2) 6-сынып:
2- кесте

Ұзақ мерзімді жоспар бөлімі	Ұзақ мерзімді жоспар бөлімінің мазмұны	Оқыту мақсаттары
1-тоқсан		
1. Салауатты өмір салты үшін пәннің маңызы	1.1 Сабақтардағы техникалық қауіпсіздік ережелері	6.1.1.1 тренажёрмен жұмыс жасағанда қауіпсіздік ережелері мен нормаларын ұстану 6.1.1.2 жарақат алған жағдайда алғашқы медициналық көмек көрсету
	1.2 Гигиеналық күн тәртібі	6.1.2.1 күн сайынғы гигиеналық шараларды ұстану 6.1.2.2 дене жаттығуларының гигиеналық, емдік маңызын түсіну
	1.3 Көрсеткіштер және қарсы көрсеткіштер	6.1.3.1 емдік-шынықтыру сабақтарында өзінің диагнозымен жаттығу ауыртпалығының сәйкестігін түсіну
	1.4 Жаттығуларды таңдау және іріктеудің негізгі принциптері	6.1.4.1 демалыс пен дене шынықтыру жаттығуларын кезектестіру 6.1.4.2 жаттығулардың физикалық ауыртпалығын баяу жоғарылата білу
2. Тыныс алу жаттығулары	2.1 Өкпенің сыйымдылығын жоғарлату жаттығулары	6.2.1.1 тыныс алу жаттығуларын жүйелі түрде орындау 6.2.1.2 баяу және толық дем ала білу 6.2.1.3 ауыз және мұрын арқылы демалу және дем шығаруын жасай білу
	2.2 Тыныс алуды қайта қалпына келтіру	6.2.2.1 ішкі органдар шынығатындай, диафрагманың белсенді қозғалысы арқылы

	жаттығулары	терең дем ала білу
2-тоқсан		
3. Қимыл-қозғалыс қызметі бұзылыстарын түзету	3.1 Майтабандылықты түзету және алдын алу	6.3.1.1 табан мен тізе бұлшықеттерінің қатаюына жаттығулар жасау 6.3.1.2 жеке және жұппен әртүрлі жерлерде жүру дағдыларын өз бетімен орындау
	3.2 Жүру бұзылыстарын түзету	6.3.2.1 тірек қозғалыс аппаратын жаттығулармен және сақтаулы анализаторлар арқылы нығайту 6.3.2.2 омыртқа қозғалысын жақсартуға жаттығулар жасау 6.3.2.3 табиғи локомоцияларды жетілдіру (жүру, жүгіру)
	3.3 Дене бітіміндегі ауытқушылықты түзету	6.3.3.1 дене бітімін дұрыс ұстау қалпын қалыптастыру және бекіту 6.3.3.2 кеуде бұлшықеттеріндегі зат алмасу процестерін белсендіру 6.3.3.3 тірек-қозғалыс аппаратын нығайту
4. Тепе-теңдік пен үйлесімділік сезімін дамытуға арналған жаттығулар	4.1 Вестибулярлық аппаратты машықтандыру	6.4.1.1 кеңістікте бағдарлай алу 6.4.1.2 тыныштық жағдайда және қозғалыс кезінде үйлесімділікті сақтай білу
	4.2 Заттармен орындалатын жаттығулар	6.4.2.1 гимнастикалық жаттығулар кезінде координация мен тепе-теңдікті жетілдіру және түзету 6.4.2.2 әртүрлі қалыпта басына зат қойып тепе-теңдікті сақтау
	4.3 Гимнастикалық снарядтар арқылы жасалатын жаттығулар	6.4.3.1 белгілі бір сүйеніштерді қолдау жағдайында қалыпты сақтау 6.4.3.2 дұрыс жүріс пен дене бітімін дұрыс ұстауын таңдау
	4.4 Жұппен жаттығулар	6.4.4.1 жүрек-қантамыр жүйесін нығайтуға арналған жаттығуларды орындау 6.4.4.2 физикалық күштің пайдасы туралы білу және жалпы нығайту жаттығуларын жұпта орындау 6.4.4.3 емдік-физикалық жаттығуларды жұпта жетілдіру
3-тоқсан		
5. Кеңістікте бағдарлауға арналған жаттығулар	5.1 Бағдарлауды ерекшелеу біліктілігі мен дағдыларын бекіту	6.5.1.1 айналадағы заттарға қарай өз денесін бағдарлай білу
	5.2 Әр түрлі спорттық ерекше қимыл-әрекеттерді орындау барысындағы дәлдікті, бақылауды және ептілікті дамыту	6.5.2.1 көру қабілеті қалыпты білім алушы немесе мұғалімнің көмегімен диагональ бойынша залда және залдың ішінде орын ауыстыру 6.5.2.2 емдік-сауықтыру жаттығуларын орындау барысында, құрал саймандарды қолдана білуі. 6.5.2.3 ептілікке арналған қозғалыстарды жұппен орындау (көзі көрмейтін, нашар

		көретін)
	5.3 Қозғалыс жаттығуларын орындауды жақсарту үшін өзінің және өзгелердің іскерліктерін бағалау	6.5.3.1 сақталған анализаторлардың көмегімен өз бетімен жаттығуларды орындау 6.5.3.2 жаттығуларды орындау барысында қалыпты қадағалау
6. Көру анализаторын машықтандыруға арналған жаттығулар	6.1 Арақатынас сезімін машықтандыру	6.6.1.1 затқа дейінгі арақашықтықты дыбыс арқылы анықтау 6.6.1.2 допты қарама-қарсы тұрған адамға және жоғарыға лақтыра алу
	6.2 Зейінді дамытуға арналған жаттығулармен машықтандыру	6.6.2.1 түстердің үйлесу кезектілігін анықтау 6.6.2.2 заттың көлемін анықтау
	6.3 Тепе-теңдікке арналған жаттығулармен машықтандыру	6.6.3.1 допты гимнастикалық орындық бойымен жоғары лақтыра қозғалу 6.6.3.2 гимнастикалық орындық бойымен аяқтың ұшымен және өкшесімен жүру барысында тепе-теңдікті ұстай алуы
	6.4 Үйлесімділікке арналған жаттығулармен машықтандыру	6.6.4.1 сақталған анализатор арқылы басты бұру барысында көзқарасты тоқтата білу 6.6.4.2 бағытты жылдам ауыстыру барысында көзқарасты таяқтың бір ұшынан екінші ұшына ауыстыра алуы
	6.5 Босаңсытуға арналған жаттығулармен машықтандыру	6.6.5.1 максималды амплитуда мүмкіндігіне қарай көзді жоғары – төмен, оң-солға ауыстыруын орындау 6.6.5.2 алдымен көзбен бір жаққа, кейін басқа жаққа ақырын және баяу қозғалту
4-тоқсан		
7. Қимыл - қозғалыс ойындары	7.1 Тактильдік сезімталдықты дамыту	6.7.1.1 фигураны тани алу 6.7.1.2 пластилиннен геометриялық фигураларды жапсыра алу 6.7.1.3 ұстап көргенде берілген затты анықтай алу
	7.2 Дыбысқа бағдарлау қабілетін дамыту	6.7.2.1 дыбыстық сигналдар бойынша жүру 6.7.2.2 дыбыс бойынша жылдам бағыттарын өзгерте білу
	7.3 Есту арқылы есте сақтауы мен зейінін дамыту және дәлділігі	6.7.3.1 берілген сөздердің орналасу реттілігін есте сақтау 6.7.3.2 артық сөзді таба алу
	7.4 Допты лақтыру қабілеттілігін дамыту	6.7.4.1 допты щитке лақтыруды жетілдіру 6.7.4.2 дыбыс бойынша допты лақтыруды жетілдіру 6.7.4.3 допты берілген бағыт бойынша лақтыруды жетілдіру