

Көтеріліп шанырақ  
Уықтары шаншылар  
Керегелер керіліп  
Өрімдей боп өрілер  
Бәріміз жүрсек айналып  
Кигіз үй боп көрінер.



Асыл сөздің атасы  
Ақын болар ұрпақпыз  
Өнер-білім еңбекке  
Жақын болар ұрпақпыз  
Саусағы майысқан  
Шебер болар ұрпақпыз.  
Тұла бойы толған күш  
Батыр болар ұрпақпыз.

Алтын сары қызыл көк  
Алуан-алуан жапырақ  
Күзгі бақта күлім деп  
Көз тартады атырап  
Ой, алақай тамаша!  
Шашу шашты жапырақ.



《影骑 - 韩国设计素材库》  
《影骑素材库》 www.vj88.cn



Жайқалады ағаштар,  
Бетімізге желеседі  
Кіп кішкентай балалар  
Үп-үлкен болып өседі.  
Біз гүлдерші өсеміз  
Жапырағы жайқалған  
Сабақтары салалы  
Шелмен бірге жайқалған.

Нан қоқымын шашпандар  
Жерде жатса баспандар  
Теріп алып қастерліп  
Торғайларға тастандар.



Алып ата күрегін  
Аула қарын күреймін  
Апама мен құдықтан  
Су әкеліп беремін  
Еденді де жуамын  
Шан тозанды қуамын.

Бойды сергек тік ұста  
Емін-еркін тыныста  
Он қолынды соз алға



Қол ұшына қара да  
Үшбіріш сыз алада  
Сол қол босқа тұрмасын  
Шенбер жасап түн басын.

Дөнгелектеп тұрамыз  
Керегені құрамыз  
Уық болып иіліп  
Шаныраққа киіліп  
Кигіз үйді құрамыз.



Еркін ұста дененді,  
Тарсылдатпай еденді  
Орнымыздан тұрып ап  
Жүгірейік бір уақ.  
Бір, екі, үш, бір, екі, үш.  
Аяқты алға созайық  
Тік көтеріп, қозғайық.  
Тым сылбыр да болмайық  
Алға қарай озбайық.  
Бір, екі, үші, бір, екі, үш.



Орманда кірпі келеді,  
Саңырауқұлақ тереді.  
Кездесті, міне, керегі:  
Екеуі қайың астынан.  
Біреуі терек қасынан.  
Қанша олар болмақ есепте,  
Тоқылған салса себетке?

Тербеледі ағаштар,  
Алдымнан жел еседі.  
Кіп-кішкентай бөбектер  
Үлкен болып өседі.



Иіліп оңға бір, иіліп, солға бір.  
Жаттығу жасаймын.  
Оң аяқ, сол аяқ, оң аяқ, сол аяқ  
Жаттығу оңай-ақ.



Өсеміз біз күліп-ойнап,  
Он саусақтың саласындай,  
Өсеміз біз күліп-ойнап,  
Бір адамның баласындай.



Орнымыздан тұрамыз,  
Алақанды ұрамыз.  
Бір отырып, бір тұрып,  
Тез шынығып шығамыз.



Бала, бала, балапан  
Қане, қайсы, алақан.  
Саусақтарың әйбат,  
Былай-былай ойнат.  
Бала, бала, балапан  
Қане, қайсы, алақан.  
Саусақтарың әйбат,  
Былай-былай ойнат.



Сағаттың тіліндей,  
Иіліп оңға бір,  
Сағаттың тіліндей  
Иіліп солға бір.  
Оң аяқ, сол аяқ,  
Жаттығу оңай-ақ.

Қатты нөсер басылды (жаймен тырсылдатады)  
Күн жарқырай ашылды (қолдарымен күн  
жасайды)  
Көктен төмен әдемі кемпірқосақ шашылды  
(жарты доға жасайды)



Тәулік бойы тынбайтын,  
Болайықшы ақ жаңбыр (Ақырын жауған  
жауын тырсылын жасайды)  
Астан-кестен жауатын  
Өткінші енді біз жаңбыр (Тез-тез жауған  
жаңбыр тырсылын келтіреді)

Қырғауыл боп ұшамыз, ұшамыз (Екі қолымен  
канат жасап ұшады)  
Түлкі болып қашамыз, қашамыз (Бір  
орындарында тұрып жүгіреді)  
Қырғауылдай тапқыр боп, тапқыр боп,  
Орнымызға қонамыз (Бәрі орындарына отырады)



Орманның біз емшісіміз  
Тоқ, тоқ, тоқ (Партаны үш рет ұрады)  
Құрт біткенді жоқ етеміз  
Жоқ, жоқ, жоқ, (Қимыл көрсетеді)  
Тоқ, тоқ, тоқ,  
Жоқ, жоқ, жоқ.

Аққу болып ұшамыз  
Көлге келіп қонамыз  
Көлдің бетін құшамыз  
Қайта самғап ұшамыз.



Иіліп оңға бір,  
Иіліп солға бір.  
Денемізді дұрыстап,  
Тұрамыз тік ұстап.

Әппақ болып таң атты,  
Түтін тіке шығады.  
Қарлығаштар қанатын  
Самғап биік ұшады.



Топ-топ, топ басайық,  
Жалаудан күн жасайық.  
Жаса, жаса алтын күн  
Жаса, жаса жарқын күн. (балалар  
қолдарын соғады)

Шынығамыз, жастай біз,  
Жаттығуды бастаймыз.  
Бір, екі, үш, бір, екі, үш  
Бойымызға жинап құш.  
Шынығамыз, жастай біз,  
Жаттығуды бастаймыз.



Шаршасандар, балалар,  
Қолдарыңды созындар.  
Саусақтармен ойнаңдар,  
Қолдарыңды сермендер.  
Денелерің шынықсын,  
Саналарың тынықсын.



Жолдарыңа үңіліп,  
Екі бақа жүгіріп,  
Секіреді, бақ-бақ,  
Ағаштарды аттап.  
Олар ерте тұрады,  
Беті-қолын жуады.  
Оңға-солға шайқалып,  
Бақылдайды ән салып.  
Судан шіркей табады,  
Өсіп үлкен болады.  
Бақ-бақ, нақ-нақ,  
Біздер айттық тақпақ.



Бір, екі, үш, бір, екі, үш,  
Бойға жинап күш.  
Жаттығу жасап алайық,  
Бір дем алып қалайық.



. Бір, екі – еңкей,  
Бүгілмесін тізең.  
Үш-төрт шалқай  
Иілмесін тізең.  
Қолды көтер аспанға  
Саусақты сөз, жасқанба.

Қолдарыңды көтеріңдер – бір дейік.  
Көп отырып, қатты шаршап жүрмейік.  
Қолды создық, басты бұрдық – екі деп,  
Қозғалыспен әрбір адам жетіледі.  
Алға, артқа қарадық та – үш дедік.  
Тағы жаңа жаттығулар істедік.  
Түсірейік қолды төрт пен бесті айтып,  
Отырайық көңілді енді маркайтып.



Оңға түзу тұр,  
Солға түзу тұр.  
Алға бір адым  
Артқа бір адым.  
Оңға бұрылып,  
Солға үңіліп  
Жоғары, төмен қарайық,  
Орнымызды табайық.

Оңға, солға бұрылдык,  
Алға, артқа иілдік.  
Тіземізді бүктіріп,  
Қолды создық тік тұрып.



Секіреміз топ-топ,  
Шапалақтап көп-көп.  
Иілеміз оңға қарай бір,екі,үш,  
Иілеміз солға қарай бір,екі,үш.

Біз балдырған баламыз,  
Құстай қанат қағамыз.  
Дүниені аралап,  
Оқып білім аламыз.  
Көзді салып қараңыз,  
Былай қанат қағамыз.



Тереңдет ойыңды,  
Тік ұста бойыңды.  
Құстарға ұсайық,  
Қалықтап ұшайық.  
Шық алға оң қанат,  
Шық алға сол қанат,  
Шаршаған кездерде  
Қонайық жорғалап.



Тез қозғалып осылай  
Жаттығулар жасайық.  
Жақсылықты үйреніп,  
Жамандықтан қашайық.



Бір үйде біз нешеуміз?  
Кел санайық, екеуміз.  
Бас бармағым - папам,  
Балаң үйрек - апам.  
Орган терек - ағам  
Шылдыр шүмек - мен  
Титтей бөбек - сен.  
Бір үйде біз нешеуміз?  
Бір үйде біз бесеуміз.

Айнадағы бейнедей,  
Қимылдарды қайтала.  
Бір сөз айтсаң сен оған  
О-дан жауап қайта ма?



Ендібіз демаламыз,  
Айналаны шоламыз.  
Қол-аяқты кезекпен,  
Оңға-солға созамыз.  
Күн шыққанда сүйініп,  
Бәйшешектей иіліп,  
Біз тынығып аламыз.  
Жиі-жиіжаттығып,  
Үлкен кісіболамыз.



Айнаға қараймын  
Шашымды тараймын.  
Бақытты боламын,  
Сымбатты боламын.  
Әрқаша тазамын,  
Бәрінен озамын.



Алға қарай бір адым,  
Артқа қарай бір адым  
Бір орнымда қозғалып,  
Кезек басып тұрамын.  
Жоғары, төмен қарайық.  
Орнымызды табайық.

Оңға бір,  
Солға бір,  
Бұрылып жолдары,  
Жолаушы жүреді.  
Соңынан жүгіріп,  
Бұтаға үніліп,  
Сүрініп, тығылып  
Күшігіреді.



Бала, бала, балақай,  
Қол соғайық, алақай!  
Бір,екі,үш деп айтайық,  
Саусақтарда тартайық.  
Жалқау бала болмайық,  
Қолды қысып, ойнайық.

Ал, балалар, тұрайық.  
Алақанды ұрайық  
Оңға қарай иіліп  
Солға қарай иіліп  
Бір отырып, бір тұрып,  
Бойымызды созайық  
Белімізді жазайық.  
Оңға-оңға түзу тұр  
Солға-солға түзу тұр  
Жоғары-төмен қарайық  
Қолымызды созайық  
Бойымызға күш жинап  
Бір шынығып алайық.



Орнымыздан тұрамыз,  
Қос бүйірді сығамыз.  
Оңға, солға бұрылып,  
Бір айналып шығамыз.  
Бір,екі, үш, төрт, бес  
Қолды қолға ұрамыз.

Көп отырып, шаршадық,  
Қозғалуды аңсадық.  
Жүгіргіміз келеді  
Әдемілеп ән салып,



Топ-топ басайық,  
Жаттығулар жасайық.  
Қайырымды жан болып,  
Жамандықтан қашайық.



Тұрып қалмай жантайып,  
Бір еңкейіп, шалқайып,  
Жылдам-жылдам қозғалып,  
Асқақ әндер айтайық.



Біз бесеуміз, бесеуміз.  
Бес тармақты жұлдызбыз.  
Біз бесеуміз, бесеуміз  
Ақ қалпақты құндызбыз.  
Аяғымыз қайда екен,  
Тез қозғалсақ пайда екен.  
Бізден биік секіреді  
Мықты жандар бар ма екен?



Ұшқандай боп кекілік,  
Биік-биік секіріп,  
Ойнап-ойнап, тез өсіп,  
Кетеміз біз жетіліп.



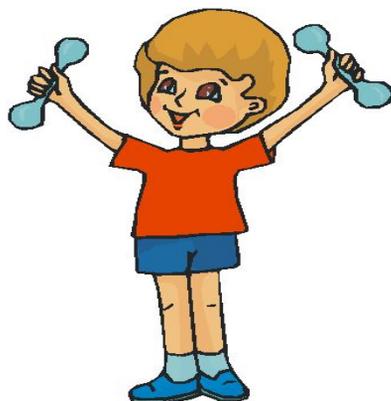
Оң қолымда бес саусақ (көрсету)  
Сол қолымда бес саусақ (көрсету)  
Қосып едім екінін (қолды шапалақтау)  
Болып шықты он саусақ (1-2 рет қайталау)

Оң аяқта бес башпай (оң аяқты алға басу)  
Сол аяқта бес башпай (сол аяқты алға басу)  
Қосып едім екінін (секіріп аяқтарын қосу)  
Болып шықты он башпай (1-2 рет қайталау)



Жалығуды білмейміз,  
Жабығуды білмейміз,  
Жауқазындай көз тартып,  
Жайраң қағып билейміз.

Отырындар, тұрындар,  
Маған мойын бұрындар.  
Бұрылайық оңға бір  
Иілейік алдыға,  
Енді түзу тұрайық.  
Қолымызды созайық,  
Шапалақтап қоялық.



Біздер жақсы баламыз,  
Гүл – гүл жайнап жанамыз  
Жаттығулар жасасақ,  
Жақсы сергіп қаламыз

Беті қолымды жуамын,  
Шашымды тараймын.  
Бақытты боламын,  
Сымбатты боламын.  
Әрқашан тазамын,  
Бәрінен озамын.



Ал, балалар, тұрайық,  
Алақанды ұрайық.  
Оңға қарай иіліп,  
Солға қарай иіліп,  
Бір отырып, бір тұрып,  
Біз тынығып алайық.

Тез қозғалып осылай  
Жаттығулар жасайық.  
Жақсылықты үйреніп,  
Жамандықтан қашайық.  
/Б.Бөрібаев/



Соз қолынды оң жаққа,  
Соз қолынды сол жаққа.  
Қолды айналдыр бұлданбай  
Шеңбер жасап тұрғандай



Бір, екі үш,  
Дем алайық  
Жинап күш.  
Қолға қалам алайық,  
Кісі аттарын  
Бас әріппен жазайық.

Оңға, оңға түзу тұр.  
Солға, солға түзу тұр.  
Алға қарай бір адым.  
Артқа қарай бір адым.  
Жоғары – төмен қарайық,  
Орнымызды табайық.



Боран соғар оң жақтан,  
Боран соғар сол жақтан.  
Қар лақтырып ойнасақ,  
Су өтер қолғаптан.

Екі көзің не шін керек?  
Жақсыларды көру үшін.  
Екі қолың не үшін керек?  
Елге көмек беру үшін.



Құлақ деген не үшін керек?  
Ақыл-кеңес тыңдау үшін.  
Тіл мен жақ не үшін керек?  
Ақиқатты айту үшін.  
Ал аяғың ше?  
Шетке жүрсем, туған жерге қайту үшін.

## ӨС-ӨС

*/Балдырғанның қол-аяғын созу/*

Өс-өс балам, өсе бер,  
Батыр бол – балуан білекті.  
Батыл бол – таймас жүректі.  
Аяғыңды созайық,  
Саусағыңды жазайық.  
Етті болсын балтырың,  
Етті боп өс жарығым.



Орман әсем күзде ерекше  
Жерге алтындай жарқырап,  
Бұтағынан көк терек  
Төгіледі жапырақ.



Шыбық тіктім аулама,  
Жіңішке деп ойлама.  
Жапырақ жайып көкпеңбек,  
Кетер әлі-ақ көкке өрлеп.

## ҚАРАҒАЙ

*(М. Әлімбаев)*

Көкке бойын созады,  
Көпке қолын созады,  
Keң құшағын ашады,  
Көлеңкесін тосады.  
Көк қарағай, қарағай  
Мейірбанды анадай.



Бойды сергек, тік ұста,  
Емін еркін тыныста.  
Демінді ішке тез алда  
Оң қолыңды соз алға.  
Қол ұшына қара да  
Ұшбұрыш сыз ауада.  
Сол қолың да бос тұрмасын,  
Шеңбер жасап тынбасын.



Орнымыздан тұрамыз,  
Қанатымызды жаямыз.  
Ұшақ болып ұшамыз,  
Суда жүйткіп жүземіз,  
Кемелерді түземіз.  
Жол тәртібін сақтап  
Автобусқа мінеміз.

Орнымыздан тұрайық,  
Қолымызды созайық.  
Оңға қарай иіліп,  
Солға қарай иіліп  
Белімізді жазайық.  
Айналаға қарайық.  
Отырайық, тұрайық,  
Біз тынығып алайық.  
Ал тынығып болған соң  
Ұлттық ойын ойнайық.



Түлкі қатты жортады,  
«Аб-абтан» ол қорқады.  
«Көлеңкемен кетем» - деп,  
Қоян зытты секеңдеп.



Еңбек сүйгіш құмырсқа  
Ерте шығып жұмысқа  
Жаздай астық тасиды,  
Толтырады ас үйді.  
Қыстай тыныш жатады,  
Рахатқа бір батады.



Демді ішке тартайық  
Енді «Ү-п» деп айтайық.  
Демді шығар қайтарып.



Кәне сапты түзейік,  
Тіземізді бүгейік  
Ыршып алға түсейік  
Ыршып артқа түсейік.

Алып атам күрегін,  
Аула қарын күредім.  
Әжеме де құдықтан  
Су әкеліп беремін.  
Еденді де жуамын  
Шаң-тозаңды қуамын.



Мүйізді ешкі келеді  
Ашулы үйге енеде.  
Тұяқтарын сартылдатып,  
Кірпіктерін салпылдатып,  
Мүйізін әкеп тіреді,  
Ботқаны неге жемедің  
Сүземін, сені сүземін  
Деп ақырды сүземін.



Ормандағы аюдың  
Құлпынайы көп екен.  
Теріп-теріп алайық,  
Қалтамызға салайық.



Ормандағы аюдың  
Жемістерін ап қойдық  
Көрді дағы оны аю  
Аю бізге тап болды.



Кезіп ішін орманның  
Кетіп қалма, қорбаңым.  
Қалың нудан бал таңдап,  
Қаңғи берме балпаңдап.



Жалғыз саусақ тіпті де,  
Ұстай алмайды діпті де.  
Екі саусақ бірікті,  
Ине қолға ілікті.  
Үш саусағым орамды,  
Жүгіртеді қаламды.  
Өнерлі екен,  
Он саусақ,  
Қала салсақ,  
Жол салсақ.



Бас бармағым – алғашқы,  
Балаң үйрек – жалғасы.  
Ортан терек – ағасы,  
Шылдыр шүмек – нағашы,  
Кішкентай бөбек – балақан,  
Бәріне ортақ – алақан.

*Анастасия*



Сағаттың тіліндей  
Иіліп оңға бір.  
Сағаттың тіліндей  
Иіліп солға бір бір,  
Сағатқа қарап-ақ  
Жаттығу оңай-ақ!



Доп безек қағады,  
Секіріп еденде.  
Біресе жоғары,  
Біресе төменге.  
Секіріп сондай-ақ,  
Жаттығу оңай-ақ!

Қақпаға туралап  
Теп допты оң аяқ!  
Қақпаға туралап  
Теп допты, сол аяқ!  
Оң аяқ!  
Сол аяқ!  
Жаттығу оңай – ақ!



Тік ұста бойыңды,  
Жоғары соз қолыңды.  
Соз қолыңды тағы да  
Жеткіз жираф мойнына.



Орнымыздан тұрамыз  
Қолды белге қоямыз.  
Бұрыламыз оңға бір  
Бұрыламыз солға бір  
1,2,3,4, (3 рет)  
Жоғары қолды созамыз.

Бір, екі, үш... бір, екі, үш...  
Бұлшық етте  
Міне, күш!  
Бүгілемін, бүктелемін бәкідей.  
Көсілемін, созыламын сәкідей.  
Ептімін де оңтайлымын кептерше,  
Еңкейемін жерге қолым жеткенше,  
Шалқаямын, жерге басым жетті ме?  
Сұр көжекше секіремін ордан да,  
Бір талмайды білегім де, қарым да  
Күні бойы сергек жүрем бабымда!  
Бір, екі, үш... бір, екі, үш...  
Бұлшық етте  
Міне, күш!



Көлбең – көлбең көлеңкем,  
Көлбеңдеген көлеңкем!  
Қане, қатар тұрайық,  
Үлкен шеңбер құрайық.



Көлбең – көлбең көлеңкем,  
Көлбеңдеген көлеңкем!  
-Бүркіт қалай бүреді (?)  
- Қасқыр қалай жүреді (?)  
-Аю қалай жүреді (?)

- Ақсың, сұрсың, қарасың,  
Қайда қалқып барасың?  
- Жерде нөсер төгемін,  
Өссін гүлдер, көп егін!  
- Гүл – гүл жайна өсер көк,  
Нөсерлетсең, нөсерлет!



Қоюланып қара бұлт  
Жауды жаңбыр себелеп  
Жапырықты жамылып,  
Бұға қалды көбелек.

**“Қоюланып қара бұлт”** сөздерін айтқанда, балалар екі Екі қолдарын маңдай тұсына дейін көтеріп, білектерін бірінің үстіне бірін қойып, көзін жарықтан көлегейлейді.

**“Жауды жаңбыр себелеп”** дегенде, саусақтарын төмен салбырата қозғалысқа келтіреді. Үстел бет қақпағын саусақ ұшымен тысырлатып, дыбыс шығаруға да болады.

**“Жапырақты жамылып”** дегенде, қолдарын желкеге апарып, саусақтарын бір-біріне айқастырады.

**“Бұға қалды көбелек”** сөздерін айтқанда, маңдайымен шынтақтарын үстел үстіне тигізіп, көзді жұмып жатады.

Жолдарыңа үңіліп,  
Екі бақа жүгіріп,  
Секіреді, бақ-бақ,  
Ағаштарды аттап.  
Олар ерте тұрады,  
Беті-қолын жуады.  
Оңға-солға шайқалып,  
Бақылдайды ән салып.  
Судан шіркей табады,  
Өсіп үлкен болады.  
Бақ-бақ, нақ-нақ,  
Біздер айттық тақпақ.  
/Б.Бөрібаев/

Қолдарыңды көтеріңдер – бір дейік.  
Көп отырып, қатты шаршап жүрмейік.  
Қолды создық, басты бұрдық – екі деп,  
Қозғалыспен әрбір адам жетіледі.  
Алға, артқа қарадық та – үш дедік.  
Тағы жаңа жаттығулар істедік.  
Түсірейік қолды төрт пен бесті айтып,  
Отырайық көңілді енді марқайтып.  
/Б.Бөрібаев/

Айнаға қараймын  
Шашымды тараймын.  
Бақытты боламын,  
Сымбатты боламын.  
Әрқаша тазамын,  
Бәрінен озамын.

Ақ қоян-ау, ақ қоян,  
Бетіңді жушы,  
Қолыңды сүртші,  
Айнаға қарашы,  
Шашыңды тарашы,  
Киіміңді киші,  
Мектепке қарай жүрші,  
Орныға отыршы,  
Сабағыңды оқышы  
9. Ұшып келді бір топ қаз,  
Қонған жері, бірақ саз.  
Сазды шоқып, тағы шоқып,  
Ұшып кетті бір топ қаз.

Ішке тартып ауаны,  
Деміңді алшы тереңнен.  
Денсаулықтың жауабы,  
Қайталасаң менімен.

Біз аяқпен топылдаймыз,  
Біз қолмен шапалақтаймыз.  
Баспен біз шайқаймыз  
Қолымызды көтеріміз  
Одан кейін ақырын  
Орнымызда жүгіреміз.

# Кіріспе

Бүгінгі жас ұрпаққа жан-жақты білім беру, тәрбиелеу- әрбір ұстаздың басты міндеті. Мектеп жасына дейінгі ұйымда барлық баланың ойлау қабілеті тең емес, сондықтан ұйымдастырылған оқу іс- әрекеті кезінде әрқайсысының деңгейіне қарай жұмыстың түрін таңдап, сол тақырыпты игертуді көздейміз. Ол үшін мынандай міндеттерді ескерту қажет:

-мектеп жасына дейінгі балалардың дене пішінін қалыпты ұстау;

-организмнің жай күйін жақсарту;

-бала бойында жағымды мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру;

-еске сақтау қабілеті мен қиялын, зейінін дамыту.

Әр жастағы топтардың балаларына арналған жаттығуларды, әртүрлі әдіс- тәсілдерді қолдана отырып өткіземіз. Оқу іс-әрекетінің ұйымдастыру бөлімінде « Шаттық шеңберін» құрып, балалар бір-біріне жылы лебіздер айта отырып, сөз алмасу арқылы ой-пікірлерін бөліседі, еркін пікір айта білуге, дербес әрекет етуге дағдыланады, бет-әлпеті, қимыл-қозғалысы, ым- ишара арқылы көңіл күйін байқатуға үйренеді, айналадағы қоршаған әлем құбылыстарының байланысын, себеп- салдарын анықтай білуге көмектеседі. Ұйымдастырылған оқу іс-әрекетін өткізгенде балалардың өзіне деген сенімділігін нығайтып, олардың бойына имандылық қасиеттерді даратып, жағымды ойларға бейімдейміз. Ал сергіту сәті баланың денсаулығына, психикасына тигізетін пайдасы өте зор. Әр түрлі қимыл- әрекеттер күнделікті қайталанып отырса, жүйелі түрде орындалса, балалардың бұлшық еттері қатайып, бойлары өсіп, кеуделері кеңейіп, күштері молаяды. Қимыл- әрекет өмірді ұзартады, организмнің жай- күйін жақсартады және жұмысқа, өмір сүруге қабілеттілікті арттырады. Мектеп жасына дейінгі балалардың жылдам дамидығы байқалады. Балалардың бойы өседі, салмағы, денесі өзгереді. Балалардың жоғарғы жүйке жүйесінде үлкен өзгерістер болады. 5 жастағы баланың миы ересек адамның миына ұқсайды.

**Сергіту сәті дегеніміз не?** Сергіту сәті балалардың танымдық және тәжірибелік белсенділігін арттырудың аса маңызды құралы болып табылады. Жаттығулардың дене қимылына, саусаққа, тілге, тіл бұлшық етіне арналған түрлері көп. Мектепке дейінгі жаста жаттығуларды өлең, тақпақ түрінде өткізуге болады. Оқу іс- әрекетінде көңілді бой сергіту жаттығулар жасатамыз.

Күнге қарайық, (қарайды)

Шашымызды тарайық,(тарайды)

Керіліп дем алып, (керіледі)

Бойымызды жазайық. (жазады)

Біз кішкентай баламыз. (өздерін көрсетеді)

Өніп-өсіп толамыз. (айтады)

Күнге қарай талпынып, (секіреді)

Көкке қолды созамыз. (қолдарың сөзады)

# Сергіту сәті ЖИНАҒЫ

Орындаған: *Мүлкібаева Гүлнұр Жексенбайқызы.*

