

УДК 373.24

## **ҚИМЫЛ-ҚОЗҒАЛЫС ОЙЫНДАРЫ АРҚЫЛЫ МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ БАЛАЛАРДЫ ДАМЫТУДЫҢ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ**

**Секен Айгерім Дауренқызы**

sekenova.aigerim@bk.ru

Л.Н.Гумилев атындағы Еуразия Ұлттық Университеті  
Дене шынықтыру және спорт мамандығының 3 курс студенті,

Нұр-Сұлтан, Қазақстан

Ғылыми жетекшісі - Л.С. Тұңғышмұратова

Кез келген мемлекеттің алдында тұрған маңызды міндеттердің бірі - өскелең ұрпақтың дені сау болып ер жетуі және балалар арасында салауатты өмір сүрулерін қалыптастыру болып табылады. Баланың денсаулығын сақтау және нығайту – өзекті де айқын мәселе. Денсаулықтың физикалық саулықпен қатар әлеуметтік, рухани-адамгершілік, тұлғалық, интеллектуалдық, эмоционалдық саулық түрлері бар [1]. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы сарапшыларының пікірінше, үйлесімді тұлға мен салауатты тұлға ұғымдарын физиологиялық, психологиялық, әлеуметтік-педагогикалық компоненттерді қамтитын күрделі көп деңгейлі құбылыс ретінде анықтауға болады [2].

Қазақстан Республикасының мемлекеттік саясатының басым бағыты халықтың денсаулығын қорғау болып табылады, өйткені қоғамға физикалық және психологиялық жағынан сау азаматтар қажет. Осыған байланысты бала кезінен жеке тұлғаның денсаулығын, дене дамуын қалыптастыру барлық деңгейдегі білім беру мекемелерінің алдында тұрған маңызды міндеттер.

Қазіргі уақытта мектеп жасына дейінгі балалармен оқу-тәрбие жұмысын сапалы ұйымдастыру ерекше өзектілікке ие. Өйткені мектеп жасына дейінгі ұйымдарда балалардың тұлғалық қалыптасуының іргетасы қаланады және дене бітімінің дұрыс дамуы негіз алады. Белгілі педагог В.А. Сухомлинскийдің пікірінше, денсаулық сақтау – тәрбиешінің ең маңызды жұмысы болып табылады [3].

Мектеп жасына дейінгі ұйымдасуда балалардың жеке басының жағымды қасиеттерін дамыту процесі олардың әртүрлі іс-әрекет түрлерімен – қимыл-қозғалыс және рөлдік ойындармен, тұрмыстық іс-әрекеттермен және сыртқы әлеммен танысумен тығыз байланысты келеді. Ата-аналар мен тәрбиешілер балалардың шығармашылық табиғаты мен дене белсенділігін арттыратын қимыл-қозғалыстар тәрбиеленушілерге жағымды эмоционалдық әсері бар маңызды фактор екенін атап өтті.

Қазақстанда Денсаулық сақтау министрлігінің ресми есептерінің деректері бойынша балалар денсаулығы әлі де төменгі деңгейде екенін көрсетеді. Балалар арасында

аурулардың көптеп таралуы олардың дене дамуының нашарлығымен де байланысты екенін мойындау керек. Мәселеге сыни тұрғыдан қарасақ – бұл балаларды салауатты өмір сүруге ынталандырудың төмендігі, балалар арасында аурулардың алдын алу әдістерінің жеткіліксіз пайдаланылуы және денсаулықты қалыптастыру мен дене тәрбиесін жүргізу бағдарламаларын жүзеге асырудағы қателіктер орын алуынан деп болжауға болады. Сондай-ақ, ата-аналардың балалар ағзасы мен жүйелерінің қалыпты дамуы және ағзаны сауықтырудағы дене тәрбиесі құралдарын қолдану туралы жеткілікті хабардар болмауынан деп есептеуге болады. Қазіргі уақыттағы сандық технологиялардың балалар өміріне енуі олардың дене белсенділігінің жеткіліксіздігіне және түрлі сырқаттардың пайда болуына әкелуде.

Осы орайда, К.Д.Ушинский «Адамның іс-әрекетінде физикалық және ақыл-ой еңбегі біріктірілсе, оның денсаулығы үшін ең тиімді болар еді» деп атап өтті [4]. Балалар арасында дене белсенділігінің жеткіліксіздігі олардың денсаулығына біз ойлағаннан да көп зиян келтіреді.

Әртүрлі елдер мен халықтың өмір сүру ұзақтығы денсаулықты сақтау және нығайту жолдары туралы белгілі бір білім деңгейіне сәйкес қалыптасады. Әрине, бұл ретте өмір сүру стилі мен мінез-құлық стереотипі де маңызды рөл атқарады, сондықтан білім беру мекемелері осы мәселеге ерекше көңіл бөлулері қажет.

Мектепке дейінгі мекемелерде балалар қозғалыс белсенділігіне қойылатын талаптар оларды оқыту бағдарламаларына сәйкес жүзеге асырылады. Осы жастағы балалармен жүргізілетін дене тәрбиесі мазмұнында дене шынықтыру құралдарын таңдаудағы сауықтыру құндылығына сүйену, денсаулықты нығайту заңдылықтарына сәйкес функционалдық жүктемелерді жоспарлау және ұйымдастырудың маңызы зор. Бұл ретте мектепке дейінгі ұйымдарда медициналық-педагогикалық бақылаудың жүйелілігі мен бірлігін қамтамасыз ету қажет.

Балалақшаларда өткізілетін түрлі мерекелік шаралар, дене шынықтыру жаттығуларының міндетті фрагменттері бар ойын-сауық түрлері, таза ауадағы серуендеулер, сонымен қатар қимыл-қозғалыс ойындары балалардың физикалық дамуының міндетті құрамдас бөлігі болып табылады [5].

Зерттеу барысында мектеп жасына дейінгі балалардың денсаулығындағы ойын-сауық пен таза ауадағы қимыл-қозғалыс ойындардың рөлін анықтау міндеті қойылды.

Осы міндетті орындау үшін «№ 78 Асыл балабақшасы» тәрбиеленушілерінің 46 ата-аналары арасында сауалнама жүргізілді.

Респонденттердің абсолютті көпшілігі (95,5%) мекеме тәрбиеленушілерінің дене белсенділігін қамтамасыз ету бойынша осы ұйымдағы жұмыстардың ұйымдастырылуына қанағаттанатындығы анықталды. Қалған 4,5 %-ы қанағаттанарлықсыз жауабын берді. Әсіресе, балаларды дене шынықтырумен қатар, маңызды адамгершілік қасиеттерге тәрбиелеу әдістері мазмұнындағы түрлі қойылымдар мен ойын-сауықтыруларды қолданулары ата-аналар тарапынан жоғары бағаланды.

Балаларды жомарттыққа, табиғат құбылыстарына, жан-жануарларының тіршілік ету жолына көңіл бөлуге тәрбиелеу мысалдары келтіріледі («Біз достасамыз» ойын-сауық мерекелері). Ата-аналардың 23,4%-ының пікірінше, балалардың мектеп жасына дейінгі балаларға арналған «Анам көмектесе алады» ертегісін қоюға қатысуы жанашырлық, жақсылыққа ұмтылу, басқалардың іс-әрекетін түсінуге және олардың әлсіз жақтарын жомарттықпен кешіруге ұмтылудың қалыптасуына ықпал етті. Балалар мен олардың ата-аналары балабақшада жүйелі түрде өткізілетін «Дені сау, епті, күшті болайық!» тақырыбындағы спорттық шараларға ерекше қызығушылық танытады. Шараға қатысушылар жануарлардың қозғалысына еліктеу процесінде бұрын үйренген жүру, жүгіру, секіру түрлерін бекітеді, жаңа дағдыларды меңгереді. Осындай спорттық іс-шаралар түрлі кедергілерді жеңу, ептілік пен тепе-теңдікті дамыту, балалардың жағымды эмоционалды көңіл-күйін қалыптастыруға зор ықпал етеді.

Сауалнамаға қатысқан ата-аналардың жартысына жуығы (47,8%) балалар қимыл-қозғалыс ойындары барысында ептілік, күш, қозғалыстарды үйлестіру сапасын тиімді көрсететіндігін атап өтті. Ата-аналардың басым бөлігі, түрлі ойын-сауықтарға және қимыл-қозғалыс ойындарына балалардың белсенді қатысуы олардың бойындағы ұялшақтық, алаңдаушылық сынды жағымсыз мінез-құлықтарын жеңуге әсер ететіндігін айтты. Ойындар кезінде балалар арасындағы жағымды қарым-қатынастар орын алады, олардың ақыл-ой белсенділігі артып, қимыл-қозғалыстарға деген жағымды эмоциялары қалыптасады.

Мектеп жасына дейінгі балалардың ата-аналарына сауалнама жүргізу балалардың физикалық және психологиялық денсаулығын қалыптастыру бойынша жұмысты ұйымдастыруға оң көзқарасын анықтауға септігін тигізді. Балалардың бойына өз уақытына лайықты тұлғалық қасиеттерді тәрбиелеуде далада ойындар өткізу, қимыл-қозғалыс жарыстарын және қойылымдық рөлдегі ойындарды ұйымдастыру ерекше маңызға ие. Балаларды өмір сүру сапасын жақсартуға ынталандыру мәселесін шешуде балабақша педагогтарының оқу-тәрбиелік компоненттерді кеңінен қолдануы тиіс және мектеп жасына дейінгі балалар үшін таза ауада жүргізілетін қимыл-қозғалыс ойындары олардың жас ерекшеліктер мен дене дамуын басшылыққа ала отырып жүргізілуіне көңіл бөлінуі тиіс.

Зерттеу нәтижелері ата-аналардың балаларын физикалық және адамгершілік жағынан дені сау тұлға ретінде тәрбиелеудің педагогикалық әдістерінен хабардар болуының көрінісін көрсетеді және мектепке дейінгі мекемелердің қимыл-қозғалыс ойындарына тиісті көңіл аударып отырғандығын байқатады.

#### **Қолданылған әдебиеттер тізімі**

1. «Халық денсаулығы және денсаулық сақтау жүйесі туралы» Қазақстан Республикасының 2020 жылғы 7 шілдедегі № 360-VI ҚРЗ Кодексі.
2. Валеология : Оқулық / М. М. Ақмырзаев, Ә. Ү. Сағымбаев. - Астана : Фолиант, 2007. – 296 б.
3. <https://el.kz/news/archive/content-4048/>
4. <https://bilim-all.kz/figure/80?posts=quotes>
5. Микитюк И.В. Психолого-педагогическая поддержка здоровья личности дошкольника в образовательном пространстве: Личность в межкультурном пространстве: Матер. IV Межд. конф. посвященной 50-летию Российского университета дружбы народов. -Москва: РУДН, 2009. - С. 384-387.