

Нұра ауданының білім беру бөлімі
Әдістемелік кабинеті
Ж.Аймауытұлы атындағы негізгі орта мектебі

КЕЛІСІЛДІ:
Нұра ауданының білім беру
Бөлімі жанындағы Әдістемелік
Кеңесінде
№ _____ Атамата



А.З.Қайрбекова



БЕКІТЕМІН:
Мектеп директорының м.а:
А.Ж.Ақмағамбетова

2021ж

Вариативтік компонент

Атауы: Қимылды ойындар

Сыныбы: Шағын орталық 3-4 жас

Аптасына: 1 сағат

Сағат саны: 36

Құрастырған: Саттарова Бақыт Бекболатовна-біліктілігі орта деңгейдегі шағын орталықтың тәрбиешісі.

Түсінік хат

Елбасы Н.Ә.Назарбаевтың «Қазақстан 2050» стратегиясы қалыптасқан мемлекеттің жаңа саяси бағыты атты жолдауындағы «Дене шынықтыру мен спорт мемлекеттің айрықша назарында болуы тиіс. Нақ сол саламатты өмір салты ұлт денсаулығының кілті болып саналады», «Қазақстан 2050. Бір мақсат, бір мүдде, бір болашақ» атты биылғы жолдауында «Спортпен шұғылдану, дұрыс тамақтана білу, жүйелі профилактикалық тексерілу-арудың алдын алудың негізі» деген сөздерін басты ұстам ретінде алып келеміз.

«Тәуелсіз ел тірегі- білімді ұрпақ, дені сау, жан-жақты дамыған салауатты ұрпақ». Сондықтан, ұрпағымыздың болашағы жарқын да кемел болуына ат салысып, дені сау, шыныққан бүлдіршіндер тәрбиелей берейік.

Мектепке дейінгі ұйымның даму бағдарламасының бір бөлігі- денсаулықты нығайту

«Саулық - байлық негізгі» деп айтқандай, әрбір адам салауатты өмір салтымен өмір сүру үшін арудың алдын алу және болдырмау, дұрыс тамақтану, қоршаған ортаны жақсарту, дене тәрбиесімен айналысуы керек. Денсаулық әлеуметтік байлықтың негізі, сондықтан оны сақтап, нығайтуға барлық жағдайлар жасалуы қажет. Дені сау бала ақылды, өз - өзіне сенімді, жан - жағына қуанышымен шаттана қарайтыны айқын. Бала денсаулығының мықты болып, қозғалысты дене құрлысының дұрыс жетілуі мектепке дейінгі кезеңде қалыптасады. Ағзаның қорғаныс қабілетін нашар қалыптасқан кішкентай балалар сыртқы ортаның қолайсыз әсерлеріне тез ұшырайды. Сондықтан да сүйектің, буынның, бел омыртқаның дұрыс әрі мерзімінде жетілуіне айрықша мән беру керек. Бұлшық еттерді қатайту, жүрек қан тамыр жүйесінің жетілуіне, тыныс алудың тереңдігі мен ырғақтылығына, тыныс алуды қозғалыспен үйлестіруге мүмкіндік жасап, бұған үнемі ықпал етіп отыру керек.

Мектепке дейінгі мекемеде баланың өмірлік іс-әрекеті әртүрлі нысанда және түрлі әрекеттер көмегімен денсаулығын сақтауға және нығайтуға бағытталған болу керек. Қазіргі уақытта бұл кешен «денсаулықты сақтау технологиясы» деп аталады. **Максаты:** Қимылды ойындарының көңілді әрі пайдалы болатынын себебі, бұл ойындарды ойнай жүріп, жүгіру, секіру, өрмелеу, лақтыру, теп-теңдік сақтау және мінез-құлықты тәрбиелеу сияқты барлық негізгі қимыл қозғалыстарды дамыта аласындар. қимылды ойындары көңіл көтеруге, жылдамдық пен ептілікті арттыруға жағдай тұғызады, әрі түрлі қимыл-қозғалыс машықтары мен дағдыларын қалыптастырады.

Міндеттері:

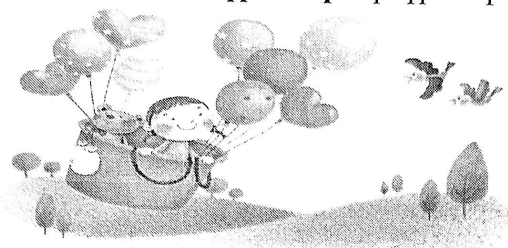
1. Қажетті дене қозғалыс дағдыларын, танымдық-қозғалыс белсенділігін арттыру;
2. Денсаулықты нығайтуға бағытталған қозғалыс әрекеттерімен дене жаттығуларының негізгі түрлерін балаларға меңгерту;
3. Қызығушылығын қалыптастырып, дамыту

№	ӨТІЛЕТІН ТАҚЫРЫПТАР	сағат	күні
1	Шарларды жина	1	01.09
2	Марғаулар мен күшік	1	08.09
3	«Кім түсіреді?»-	1	15.09
4	«Қабырғалы тақтайдан өт»	1	22.09
5	«Күн мен түн»-	1	29.09
6	«Қаздар мен аккумуляр»	1	06.10
7	«Тату-тәтті отбасы»	1	13.10
8	«Итеріспек»	1	20.10
9	«Соқыртеке»	1	27.10
10	«Кімнің шары алысқа ұшады?»	1	03.11
11	«Не жүреді және ұшады?»	1	10.11
12	«Қарлығаш	1	17.11
13	«Алманы жұл»	1	24.11
14	«Жүгір де, ұста!»	1	08.12
15	«Доп қақпаға»	1	15.12
16	«Маған қарай лақтыр	1	22.12
17	«Мекиен және балапандар»	1	29.12
18	«Жіп айналады»	1	05.01
19	«Алға жылдам жүр, тек жүгірме»	1	12.01
20	«Поезд»	1	19.01
21	«Тышқан мен қонжық»	1	26.01
22	«Жел»	1	02.02
23	«Үкі»	1	09.02
24	«Әртүрлі допты лақтыру»	1	16.02
25	«Тышқан мен мысық»	1	23.02
26	«Ақ қоян»	1	02.03
27	«Кім шапшаң»	1	09.03
28	«Күн мен жаңбыр»	1	16.03
29	«Жер,су,ауа»	1	23.03
30	«Торғайлар мен автомобиль»	1	30.03
31	«Ұшты-ұшты»	1	06.04
32	«Айгөлек»	1	13.04
33	«Қарақұс пен балапандар»	1	20
34	«Лақтыр мен ұтып ал»	1	27
35	«Шар жарылды»	1	
36	«Көбелегім ұш!»	1	

Қимылды ойын: «Шарларды жина»-1с

Ойын мақсаты: балалардың шарлардың түсін, формасын айыра білуге үйрету.

Ойын барысы: Тәрбиеші жерге әртүрлі түсті шарлар мен доптарды шашып тастап, балаларға оларды жинап, қорапшаға салуды ұсынады. Ойынды қиындату үшін шашылып жатқан шарлардың алдына бірнеше бөген (мысалы, отырғыш, скамейка) қою керек, балалар олардан өтіп шарларды жинау керек. Балаларға тек қана қызыл немесе жасыл шарларды жинаттыруға болады. **Керекті құралдар:** әртүрлі түсті шарлар.



Қимылды ойын: «Марғаулар мен күшіктер»- 1с

Ойын мақсаты: балаларды шапшаңдыққа, ептілікке үйрету.

Ойын барысы: Ойнаушы балалар «марғаулар мен күшіктер» болып екі топқа бөлінеді. «Марғаулар» өздерінің отырғыштарының қасында, ал «күшіктер» бөлменің екінші жағында болады. Тәрбиеші белгі берген кезде мысықтар жаймен жүгіріп, «мияу» деп дыбыстайды. Ал күшіктер мысықтардың соңынан қуып «ав-ав-ав» деп дыбыстайды. Мысықтар болса олардан қашып, өздерінің орындықтарының қасына барып тығылуы қажет. Күшіктерде өз орындарына қайтады.

2-3 рет қайталағаннан кейін балалар рөлдерін ауыстырады. Ойын аяқталарда тәрбиеші балаларға мысық секілді жай жүруді ұсынады. Олардың дұрыс жүруін қадағалайды.

Қимылды ойын: «Кім түсіреді?»-1с

Ойын мақсаты: балаларды ептілікке, дәлдікке, доппен ойнай білуге үйрету.

Ойын барысы: Тәрбиешінің белгісімен бала қорапқа 50 см арақашықтықта тұру керек. Бала тәрбиешіден допты алып оны қорапқа қос қолмен немесе оң, сол қолмен лақтыру қажет.

Керекті құралдар: кішкене қорапша немесе кәрзеңке, доп.

Қимылды ойын: «Қабырғалы тақтайдан өт»-1с

Ойын мақсаты: балалардың денелерін тік ұстауын, тепе- теңдікті сақтауын, дұрыс дем алуын дамыту.

Ойын барысы: Балалар орындықта отырады. Тәрбиеші белгі берген кезде ол қабырғалы тақтайдан өтіп, оның арғы жағындағы ойыншықты тәрбиешіге әкелу керек. Тәрбиеші олардың кеуделерінтік ұстап, мұрынмен демалуын қадағалау қажет.

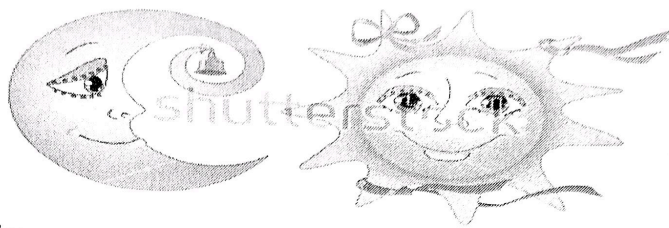
Керекті құралдар: қабырғалы тақтай, әртүрлі ойыншықтар

Қимылды ойын: «Күн мен түн»-1с

Ойын мақсаты: балаларды әртүрлі қимыл-қозғалысын үйрету. Ептілікке, шапшаңдыққа, төзімділікке тәрбиелеу.

Ойын барысы: ұзындығы 40-60 метрлік алаңның ортасында арасы 2м параллель екі сызық сызылады. Балалар екі топқа бөлініп, қарама-қарсы екі сызықтың бойына тұрады. Топтың біріне «түн», екіншісіне «күн» деп ат қояды. Тәрбиеші «күн» десе күн тобындағылар, түн тобындағыларды алаң

шетіне қуып барады. Ұстап алғандарды өз тобына қосып алады. Және керісінше болып ойын жалғаса береді.



Қимылды ойын: «Қаздар мен аққулар»-1с

Ойын мақсаты: топ болып ойнауға, рөлдерді бөліп ойнауға қалыптастыру.

Ойын барысы: ойыншылардың ішінен қасқыр, бақташы тандап алынады. Басқа балалар қаздар болады. Ортадан бір сызық сызылады. Ол қаздардың тұратын жері. Қсына шығыршық қойылады. Ол қасқырдың үйі болады. Бақташы қаздарды жайып шығады. Олар далада жайылып жүреді.

Бақташы: Қаздар-қаздар.

Қаздар: Га,га,га

Бақташы: Тамақ жейсіндерме?

Қаздар: Иа,иә,иә

Бақташы: Ендеше ұшындар!

Қаздар: Жоқ,аш қасқыр бар

Жібермейді ол жолда.

Бақташы: Тез, ұшындар қалайда.

Осы кезде қанаттарын қағып ұшып, бақташыға қарай жүгіреді. Қасқыр ұстағандарын шығыршықтың ішіне кіргізіп қояды. 2 рет ойнағандар ауысып, басқа балаларға кезек береді.

Керекті құралдар: шығыршық, атрибуттар.

Қимылды ойын: «Тату-тәтті отбасы»-1с

Ойын мақсаты: үлкендерді сыйлауға тәрбиелеу. Отбасы мүшелерін дұрыс атауға үйрету.

Ойын барысы: Бөлме ішінде әсем әуен ырғағымен жеңіл билеп жүреді.

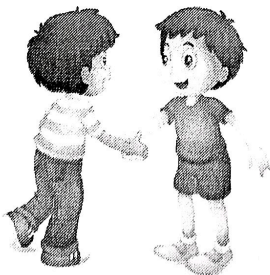
Тәрбиеші әуенді тоқтатып, хабарлама жасайды: «Тату-тәтті жанұяда» 3 адам тұрады. Балалар үштен, екіден, төрттен бірігеді. Ойын осылайша жалғаса береді.

Қимылды ойын: «Итеріспек»-1с

Ойын мақсаты: балалардың қимыл-әрекеттерін бір аяқпен секіре алу шеберліктерін жаттықтыру, ептілік, жылдамдық, сезімталдық, табандылық сияқты қасиеттермен дамыту.

Ойын барысы: ойын көгалда өткізіледі. Үлкен шеңбер сызылады, ортаға екі ойыншы шығады. егер бір аяқпен секіріп жүріп, екі баланың біреуі екінші аяғын жерге тигізбестен қарсыласын шеңберден итеріп шығарса жеңгені. Аяғын жерге тигізіп алса, жеңілгені. ойын жалғаса береді.

Керекті құралдар: шығыршық.



Қимылды ойын: «Соқыртеке»-1с

Ойын мақсаты: бірлесіп ойнауға шақыру. Балалардың көңілдерін көтеру. Шапшаңдыққа баулу.

Ойын барысы: Балалар белгіленген жерге орналасады. Олардың біреуінің көзін байлайды, бұл-соқыртеке. Тәрбиешінің сигналы бойынша балалар ептеп алақандарын шапалақтап жүгіреді. Соқыртеке ұстайды. Соқыртеке біреуін ұстап алса, ойын тоқтатылады да жаңа соқыртеке сайланады. Егер соқыртеке көпке дейін ұстай алмаса ауыстырылады. ойында балалар шеңбер бойымен тұрады, ортада екі ойыншы-соқыртеке мен қолында кішкене қоңырауы бар бала, бала шеңберді айнала қоңырауын сылдырлата жүгіреді,, ал соқыртеке оны қуып ұстайды.

Керекті құралдар: орамал, қоңырау.

Қимылды ойын: «Кімнің шары алысқа ұшады?»-1с

Мақсаты: Дөңгелек жақ бұлшық етін дамыту, тыныш тұрған еріндер кезінде мұрынмен дұрыс тыныс алуын жаттықтыру.

Көрнекіліктер: үстел, екі дөңгелек шар(әртүрлі түстен), екі текше (немесе түйме) шардың түстерімен сәйкес лента

Барысы: Балалар жұпқа бөлінеді. Әр балаға шар беріледі. Үстел үстіне лента қойылады және оның үстіне шарларды қояды. Балалар жүргізушінің бұйрығы бойынша мұрын арқылы тыныс алып, шарды үрлеуі тиіс. Шарды үрген кезде жеткен жеріне лента түсіне сәйкес текше немесе түйме қойылады. Кімнің шары үш мүмкіндікте ең ұзақ жылжыса сол жеңімпаз болады.

Қимылды ойын: «Не жүреді және ұшады?»-1с

Мақсаты: Әртүрлі қимылдар жасауға машықтану, қимылдардың үйлесімділігін дамыту, зейін және есту анализаторларын, қол мен аяқ-қимылдарын дамыту.

Керекті құрал-жабдықтар: Әртүрлі жануарлар, құстар, жәндіктерді суреттері бейнеленген карточкалар.

Барысы: Жүргізуші әртүрлі суреттерді көрсетіп, ненің қалай жүретінін талқылайды. Кейін ойынды бастайды. Карточканы көрсетіп сұрайды: «Ол қалай қозғалады?» Бала қимылдарымен жауап береді: жорғалайды, секіреді және басқа да тәсілдермен кілем үстінде қимыл

Қимылды ойын: «Қарлығаш»-1с

Ойын мақсаты: балалардың бойындағы зейінділік сезімталдық, ұйымшылдық, ептілік сияқты қабілеттерін дамыту.

Ойын барысы: Ойынға қатысушылар екі топқа бөлінеді. Ойын жасырынуға болатын жерде далада өтеді. Балалар бір жерді меже етіп белгілейді. екі топтың өзінің кезегін қаламақ айтып анықтайды. Кезегін бірінші алған топ аулағырақ барып жасырынады. Екінші топ оларды іздеп келе жатып, «Қарлығаш орныңнан тұра қаш» деп үздіксіз дауыстайды. Олар жақындап қалғанда жасырынған топтың балалары межеге қарай жүгіреді. Іздеген топ жасырынған топтың ойыншыларының біреуін ұстап алса, онда қашушылар қуушыларды межеге дейін арқалап апаратын болған. Ойыншылар арасында қыз балалар болса, айып орнына өлең айтып, би билейтін болған.

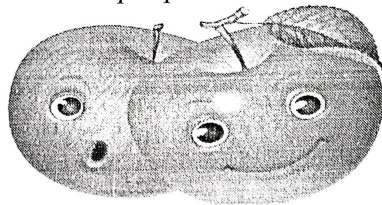


Қимылды ойын: «Алманы жұл»-1с

Ойын мақсаты : балаларды секіруге үйрету.

Ойын барысы: Тәрбиеші алма ағашы болып тұрады, оның екі қолында алма немесе шар ұстап тұрады. Қолдарын баланың басына дейін созу- бұл желден қозғалған бұтақтар. Балаға алманы үзіп алуын ұсынады. Ол қолдарын оған созады, бірақ алма ағашы оған ырық бермейді: «бұтақтар» әрлі- берлі жоғары – төмен қозғалады. Бала секіріп алманы ұстап алғысы келеді. Соңында ол алма ағашын ұстайды. Жинаған алмалар балада қалады. Ал тәрбиеші басқа алмаларды алып, оларды жұлуды ұсынады.

Керекті құралдар: алмалар немесе шарлар.



Қимылды ойын: «Жүгір де, ұста!»

Ойын мақсаты: балаларды ептілікке, жылдамдыққа тәрбиелеу. 1с

Ойын барысы: Тәрбиеші қолына үлкен әрі әдемі допты алып, баланың алдында 1,5 арақашықтықта тұру қажет. Допты жоғары лақтырып қағып алады да, тәрбиеші бірнеше қадам артқа жүреді де былай дейді: «бір лақтырдым, екі лақтырдым, үш лақтырдым – жүгүір де қағып ал!». Бала жүгіріп келіп допты ұстап алуға тырысады, бірақ тәрбиеші допты өзі қағып алады да былай дейді: «ұстай алмадың-кері қарай жүгір!». Бала өз орнына қайтып келеді. Ойын 2-3 рет қайталанады да, тәрбиеші балаға допты қағып алуына мүмкіндік береді. Бала шеңбер бойымен допты басынан асыра ұстап жүреді.

Керекті құралдар: доп.

Қимылды ойын: «Доп қақпаға» 1с

Мақсаты: балаларды анық қимылдауға жаттықтыру.

Ойын барысы: Тәрбиеші кубиктардан қақпа жасап, оның үстіне тақтайша қояды. Одан бірнеше «қақпа» пайда болады. Қақпадан 1,5 метр ара қашықтықта доп жатады. Бала допты қолына алып, қақпаға лақтырады және оның артынан жүгіреді. Бала қақпадан өтіп допты ұстап алып, бұрынғы орнына қояды, өзінің келесі кезегін күтіп демалып отырады.

Керекті құралдар: ұзындығы 10-20 см 6 кубик, ұзындығы 1,5 м тақтайша, доп.

Қимылды ойын: «Маған қарай лақтыр»-1с

Мақсаты: балалардың қимыл дағдыларын қалыптастыру.

Ойын барысы: бала тәрбиешіге қарама- қарсы еденде отырады. Тәрбиеші допты балаға домалатады және айтады: «Допты ұстап алып маған қарай лақтыр». Бала допты ұстап алып тәрбиешіге береді.

Керекті құралдар: доп.

Қимылды ойын: «Мекиен және балапандар»-1с

Мақсаты: балаларды ептілікке, жылдамдыққа, зейін аударуға тәрбиелеу.

Ойын барысы: Балалар отырады немесе тұрады. Екінші жағында жіппен бөлінген бөлігінде балапандар мен мекиендер жүреді. Бір жағында үлкен тауық (балалардың біреуі) болады. Мекиен жіптің бері жағына шығып, өзіне тамақ іздеуге шығады. Мекиен балапандарды өзіне шақырады: «Ко-ко-ко». Жіптің бер жағына олар серуендеуге шығады. Тәрбиеші белгі берген кезде: «үлкен құс ұшып келеді!», балапандар үйлеріне қарай жүгіреді. Ұсталған балапандар ойыннан шығады. **Керекті құралдар:** жіп немесе скамейка.

Қимылды ойын: «Жіп айналады» Іс

Мақсаты: балаларды бірлесіп жұмыс істеуге тәрбиелеу.

Ойын барысы: Балаларға тәрбиеші жіпті көрсетіп, оның қалай оралатынын көрсетеді. Балаларға осыны бейнелеуді ұсынады. Барлығы қолдарынан ұстап, бірінші тұрған бала жіптің рөлін атқарады. Ол бөлменің ортасында тұрып екінші баланың қолынан ұстайды, ал ол үшіншісін ұстайды. Содан жіп пайда болады.

Тәрбиеші соңғы баланың қолынан ұстап, бірінші балаға қарай жіпке ұқсап айналады. Балалар «Жіп-жіп-жіп айналады!»- дейді. Содан кейін жіп тарқатылғандай болып, балалар қолдарын жібермей кейін жүреді. Ойын 3-4 рет қайталанады.

Керекті құралдар: жіп.

Қимылды ойын: «Жіп айналады»

Мақсаты: балаларды бірлесіп жұмыс істеуге тәрбиелеу.

Ойын барысы: Балаларға тәрбиеші жіпті көрсетіп, оның қалай оралатынын көрсетеді. Балаларға осыны бейнелеуді ұсынады. Барлығы қолдарынан ұстап, бірінші тұрған бала жіптің рөлін атқарады. Ол бөлменің ортасында тұрып екінші баланың қолынан ұстайды, ал ол үшіншісін ұстайды. Содан жіп пайда болады.

Тәрбиеші соңғы баланың қолынан ұстап, бірінші балаға қарай жіпке ұқсап айналады. Балалар «Жіп-жіп-жіп айналады!»- жүреді. Ойын 3-4 рет қайталанады.

Керекті құралдар: жіп.

дейді. Содан кейін жіп тарқатылғандай болып, балалар қолдарын жібермей кейін

Күтілетін нәтиже:

- Қимылды ойындар балалардың өздерінің білімдері мен ептіліктерін ойындардың құбылмалы жағдайларында нақтылы қимылдық тапсырмаларды орындау үшін қолдауына мүмкіндік береді
- дене жаттығуларын орындауға қызығушылық танытады;
- қозғалмалы ойындардың ережелерін сақтайды;
- өз қимыл-әрекетін басқа балалардың қимыл-әрекетімен үйлестіре біледі;
- түрлі тапсырмалар орындап, бір-бірден сапта жүреді

Қолданылған әдебиеттер тізімі:

1. Назарбаев Н.А. Қазақстан- 2050- Алматы
2. Молдағаринов А-балалар ойындар жинағы-1987
4. Сағындықов Е-Алматы «Рауан» 1991ж
3. Тұрыскелдина М.Т-қимыл-қозғалыс ойындар жинағы-2000ж
- 4.«Тәрбиелей, оқытайық»- республикалық педагогикалық журнал «Бала мен балабақша»
- 5.«Ойын өмір айнасы» Алматы 2017

қимылды ойын "Ортаңғы топ" - Ustaz tilegi

<https://ust.kz › word › qimyld...>

Ортаңғы топтың қимылды ойындар жиыны - ай бөбекжайы ...

<http://zhuldyzai.baiterekroo.kz ›>

Қимыл – қозғалыс ойындарының теориясы мен әдістемесі

<https://stud.kz › referat › show>