

**ТАЛҒАР АУДАНЫ  
БІРЛІК АУЫЛЫ  
№35 МЕКТЕП-ГИМНАЗИЯ**

**ТАҚЫРЫБЫ:  
МЕКТЕПАЛДЫ ДАЯРЛЫҚ  
СЫНЫПТА ҚОЛДАНАТЫН  
ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ  
ТЕХНОЛОГИЯСЫ**

**ОРЫНДАГАН:**

**Г.ИСАБЕКОВА**

Денсаулық кепілі дене шынықтыру жаттығуларының жүйелі сабақтарымен ғана дамиды. Мектепке дейінгі жаста адамның денсаулығының өмір бойы қалыптасуы орындалады. Бұл жаста дене тәрбиесінің ұйымдастырылуы баланың алдағы уақыттағы дамуына әсерін тигізеді. Осы жас аралығында баланың өзіндік қасиеттері, сабаққа қызығушылығы және баланың қабілеттері ашыла бастайды.

Денсаулықты нығайтуда жүйелі технологиялар баламен жұмыста дене шынықтыру-сауықтыру іс-шараларымен болады.



## Жобаның мақсаты:

1. оқушыларға салауатты өмір салтын сақтаудың қажеттілігін, зиянды заттардың зардаптарын білуге, жат әдеттерден аулақ болуға үйрену;
2. ой – өрістерін, сана, сезімдерінің, тілдерін, шығармашылықтарын дамыту;
3. адамгершілік пен биік мәдениеттілік қасиеттерді бойына сіңірген жан – жақты, рухани дамыған тұлғаны тәрбиелеу.



# ЖОБАНЫҢ МІНДЕТТЕРІ:

- Дене тәрбиесі
- Ақыл тәрбиесі
- Сұлулық тәрбиесі
- Құлық тәрбиесі





**Мектепке дейінгі мекемеде  
денсаулық сақтау  
технологиясы баланың  
ақыл-ойын дамытуды  
көздейтін басқа  
технологиялармен терезесі  
тең, мақсат мүддесі артық.**





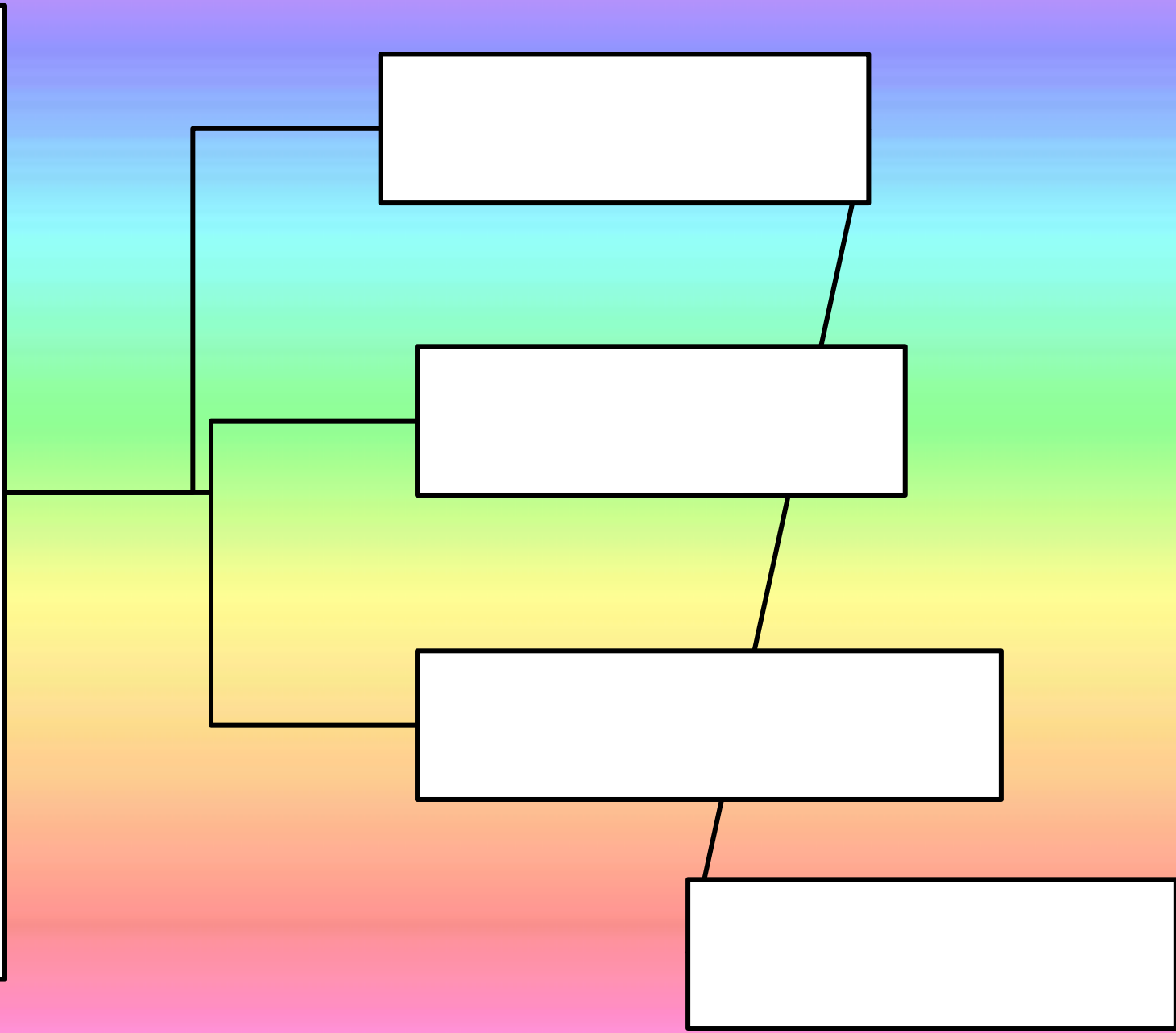
Сауықтыру іс-шараларында бір қалыпта сөйлеу ырғағы, мәнерлеп, дауыс ырғағын қойып оқу және дауыс аппаратын қабылдауды дамытуда жұмыс істелінеді. Сондықтан денсаулықты нығайту технологиясы жауапкершілікпен, жаттығулар мен денсаулық жолдарының жаттығулары (өлең шумақтарын, үзінділері, бала әндеріне) қаралды.





Таңертеңгі жаттығу

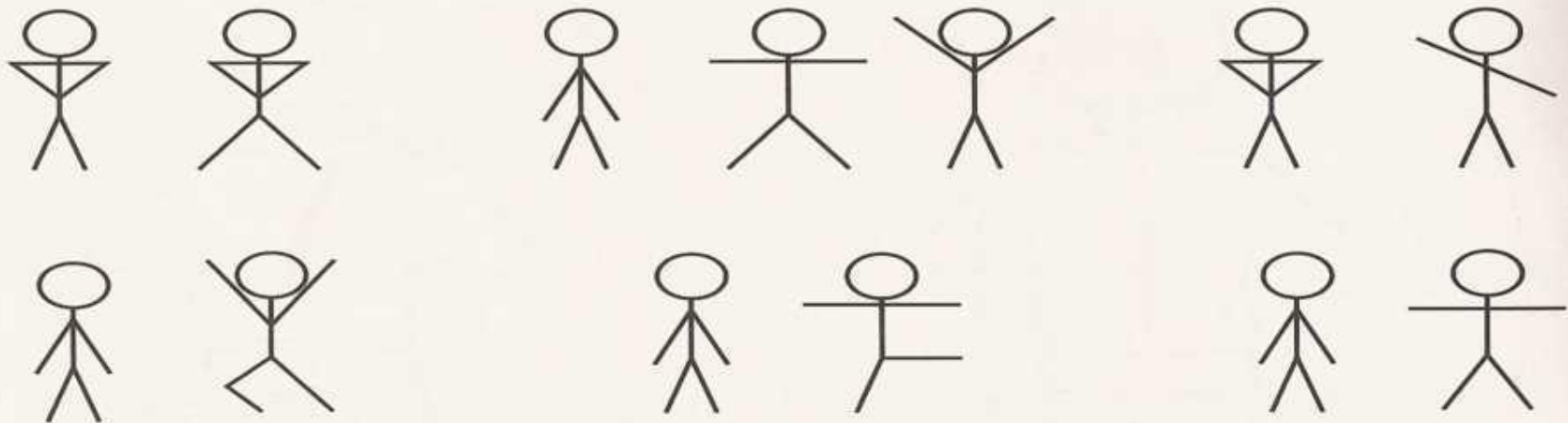
# Дене жаттыгулары





# ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ ТЕХНОЛОГИЯСЫ

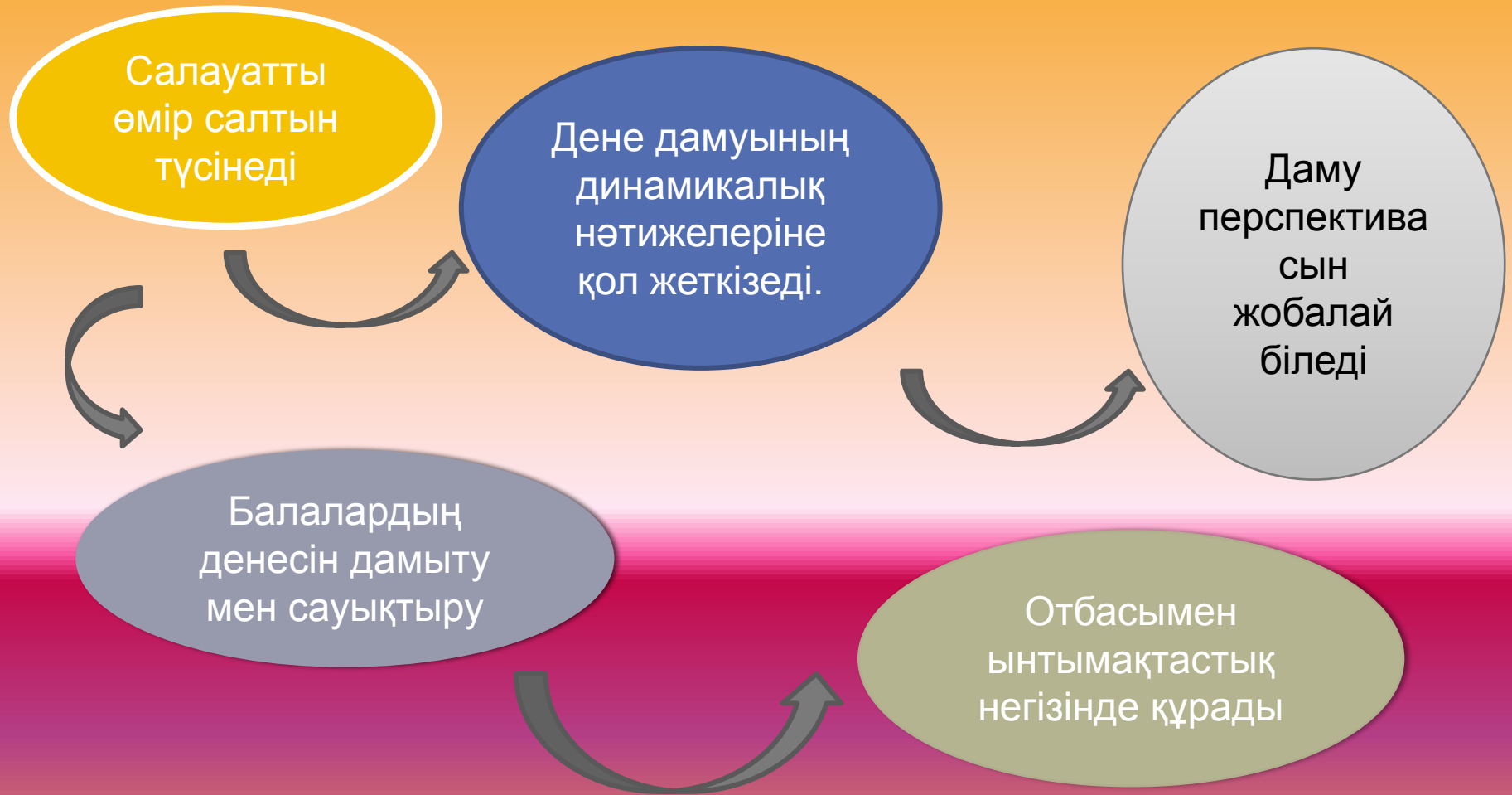




# ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ НЕГІЗДЕРІ

Кіші сала	1 жастан 3 жасқа дейін	3 жастан 5 жасқа дейін	5 жастан 6 жасқа дейін
Мәдени гигиеналық дағдылар.	Жеке бас гигиенасының алғашқы дағдыларын меңгереді.	Гигиеналық шараларды орындау ретін біледі.	Гигиеналық шараларды өздігінен орындауға ынта білдіреді.
Дене шынықтыру	Жүгіру, өрмелеу және секіруде алғашқы дағдыларды меңгереді.	Өмірлік маңызды қимылдарды өздігінен орындайды.	Негізгі қимылдарды орындауда шығармашылық тәсіл білдіреді.
Өздігінен қозғалу белсенділігі	Кейбір қимылдарды ересектердің көрсетуімен орындайды.	Саптық және спорттық жаттығуларды меңгереді.	Топтағы балалармен бірге қимыл-қозғалыс ойын әрекеттерін ұйымдастырады.
Салауатты өмір салты	Қауіпті жағдайда сақтық, шынықтыру шараларын өткізуде оң эмоция білдіреді.	Салауатты өмір салты ережелерін біледі. Ересектердің көрсетуімен шынықтыру элементтерін орындайды.	Қауіпсіздік ережелерін саналы түрде орындайды. Шынықтыру шараларының маңыздылығы мен қажеттілігін түсінеді.

# Жобаның өзектілігі



# СПОРТТЫҚ САЙЫСТАР



Мектепке дейінгі балалардың жасында дене шынықтырудың қалыптасуы оқу-тәрбие үрдісінде қоршаған ортаны танып білуде, жолдастарына және өзіне деген оң көзқарастық орнатады.

Дене шынықтыруды нығайтуды оқыту технологиясы баланың жинақтылығын, зейінін, ойлау белсенділігін және есте сақтау қабілетін қажет етеді.

Дене шынықтыруды нығайту үрдісінде оқушылардың ойлау қабілеттерін , рухани эстетикалық талғамдарын, өз денсаулығын, алға қойған мақсаттарын, ұйымдастырушылық және ақкөңілдік қасиеттері қалыптасады. Балалардың барлығы тәрбие үрдісінде денсаулықтарын нығайтуға және жеке жан-жақты дамуына үлесін қосады.



# Күтілетің нәтиже:

1. Денсаулығы мықты;
2. Рухани дүниесі бай;
3. Жаны мен тәні таза
4. Танымдық белсенділігі ерекше;
5. Адамгершілігі мол;
6. Имандылық қасиеті бар ;

**тұлға тәрбиелеу**



**НАЗАРЛАРЫҢЫЗҒА  
РАХМЕТ!**

