

Қазақстан Республикасы білім және ғылым министрлігі

Қ.Жұбанов атындағы Ақтөбе өңірлік университеті

Психологиялық- педагогикалық және арнайы білім беру кафедрасы

Дипломдық жоба

**«Қимылды ойындар арқылы мектеп жасына дейінгі
балалардың негізгі дене қозғалыстарын дамыту»**

Орындады

**Серікқалиева Л.М., Жақыпова Н.А.,
Несіпбаева С.Ж., Саркулова Х.А**

Ғылыми жетекші

п.ғ.к., доцент Лиходедова Л.Н

Мазмұны

| | |
|---|--|
| Кіріспе..... | |
| 1. Мектеп жасына дейінгі балалардың дене қозғалысын қимылды ойындар арқылы дамытудың теориялық негіздері..... | |
| 1.1 Психологиялық-педагогикалық зерттеулердегі «қозғалыс белсенділігі» түсінігінің мәні..... | |
| 1.2 Ересек жастағы мектеп жасына дейінгі балалардағы қозғалыс белсенділігінің қалыптасу ерекшеліктері..... | |
| 1.3 Қимылды ойындар арқылы ересек мектеп жасына дейінгі балалардың дене қозғалысын дамытудың педагогикалық шарттары..... | |
| 2. Қимылды ойындар арқылы ересек мектеп жасына дейінгі балалардың дене қозғалысын дамыту бойынша тәжірибелік жұмыс..... | |
| 2.1 Ересек мектеп жасына дейінгі балалардың қозғалыс белсенділігінің даму деңгейін зерттеу..... | |
| 2.2 Қимылды ойындарды пайдалану барысында мектеп жасына дейінгі балалардың дене қозғалысын дамыту жұмысының мазмұны..... | |
| 2.3 Қимылды ойындар арқылы ересек мектеп жасына дейінгі балалардың қозғалыс белсенділігін дамыту бойынша әдістемелік нұсқаулар..... | |
| Қорытынды | |
| Пайдаланылған әдебиеттер тізімі..... | |

Зерттеу тақырыбының өзектілігі. Қазіргі қоғамның әлеуметтік-экономикалық қажеттіліктеріне және оның одан әрі дамуына сәйкес дене тәрбиесінің мақсаты балалардың қозғалыс белсенділігін арттыруға ықпал ету болып табылады. Мұны мектеп жасына дейінгі балалық шақ кезеңінде, баланың қарқынды физикалық дамуы болған кезде жасау өте маңызды, ал оның физикалық белсенділігі бұл дамудың таптырмас шарты болып табылады.

Осы орайда мәселе туындайды: мектеп жасына дейінгі балалардың физикалық қасиеттерін дамытуға бағытталған қимылды ойындарды қолдану әдістемесі қандай? Тақырып бойынша әдістемелік әдебиеттерді зерделей келе, мектеп жасына дейінгі балалардың қимыл-қозғалыс белсенділігін арттыруда қимылды ойындардың әлеуеті жеткілікті түрде пайдаланылмаған деген қорытындыға келдік. Мектеп жасына дейінгі балалардың қозғалыс белсенділігін арттырудағы қимылды ойындардың әлеуеті ойынның мектеп жасына дейінгі балалардың жетекші іс-әрекеті екендігінде. Қимылды ойындар ақыл-ой және физикалық күш, сонымен бірге оған қуаныш, қанағат сезімін береді және қиялды баурап алады. Ойын тыныс алуды, қан айналымын және зат алмасу процестерін белсендіреді, қозғалыстарды жақсартады, олардың координациясын дамытады, дене қасиеттерін кешенді түрде дамытады (жылдамдық, күш, төзімділік, икемділік және т.б.). Ойынның мобильді әрекеті қоршаған әлем туралы түсінік береді, есте сақтау және ырғақ сезімін дамытады, балалардың сөйлеуін байытады, оларды ұжымда әрекет етуге, эмпатияға, бір-біріне көмектесуге, ортақ талаптарды орындауға үйретеді, адалдықты, әділеттілікті, төзімділік пен тәртіпті қалыптастырады.

Зерттеудің мақсаты: жастағы мектеп жасына дейінгі балалардың негізгі дене қозғалыстарын дамытуда қимылды ойындардың тиімділігін анықтау.

Практикалық маңыздылығы: ересек мектеп жасына дейінгі балалардың дене қозғалысын дамытуға арнап әзірленген қимылды ойындар кешенін мектепке дейінгі білім беру ұйымдарының тәрбиешілерінің жұмысында қолдануға болады.

Зерттеу базасы: Ақтөбе қаласы, №43 Гүлдаурен мектепке дейінгі ұйымы

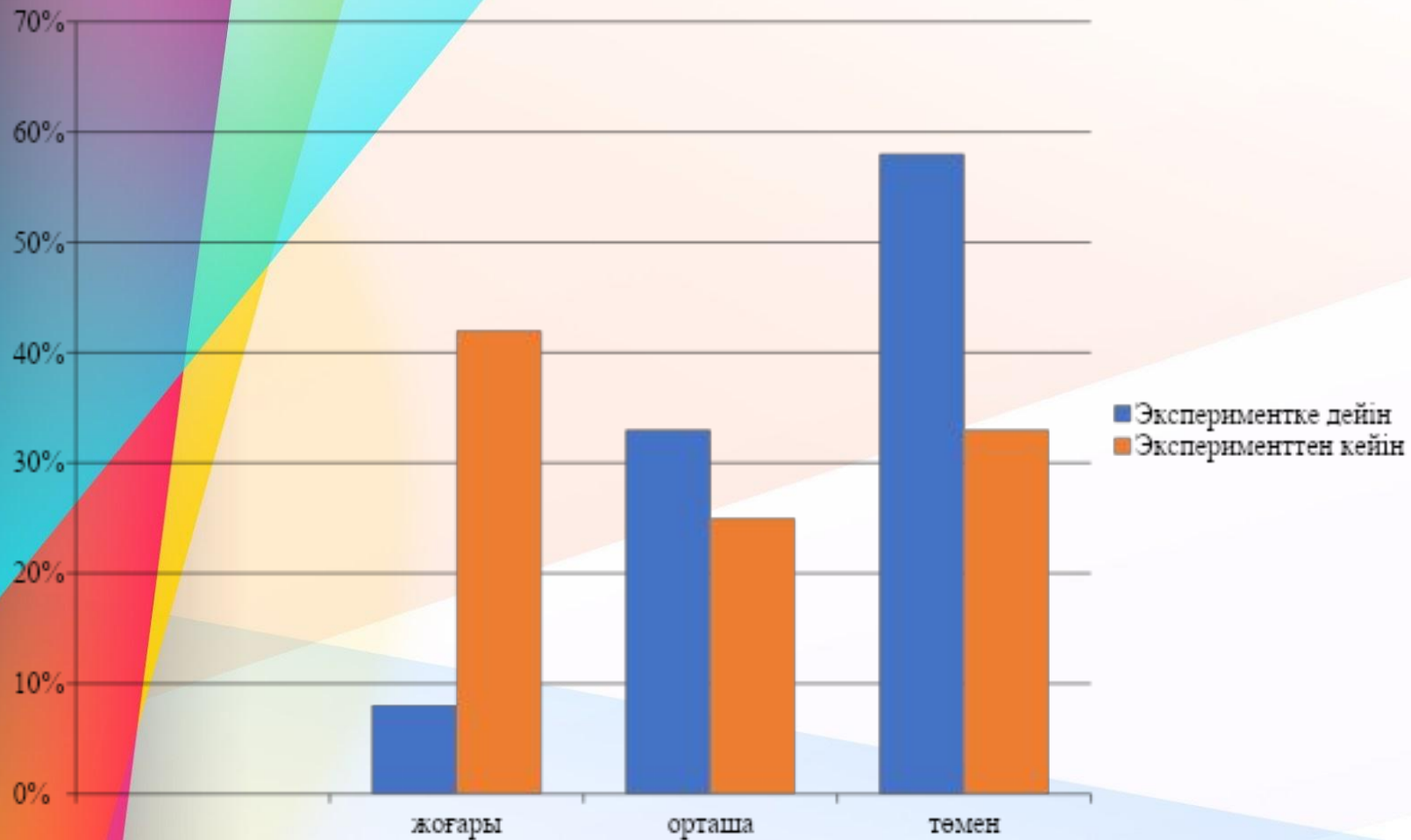
Дипломдық жобаның құрылымы: кіріспеден, екі тараудан, қорытындыдан, пайдаланылған әдебиеттер тізімінен, қосымшадан тұрады.

**Қимылды ойындар арқылы дене қозғалыс белсенділігін
дамыту бойынша ересек мектеп жасына дейінгі
балалармен жұмыс жоспары**

| Атауы | Мазмұны |
|-----------------------------|--|
| «Қармақ» | Ептіліктің дамуына ықпал ететін қимылды ойын. Мақсаты: ептілікті, жылдамдықты дамыту. |
| «Мысықтар» | Икемділіктің дамуына ықпал ететін қимылды ойын. Ойынның мақсаты: икемділікті дамыту. |
| «Ұстап ал» | Ойын жаттығулары жылдамдықты дамытуға ықпал етеді. Мақсаты: ептілікті, жылдамдықты дамыту. |
| «Ең епті кім?» | Ептіліктің дамуына ықпал ететін қимылды ойын. Мақсаты: ептілікті, жылдамдықты дамыту. |
| «Тез ал» | Жылдамдықты дамытуға ықпал ететін ойын жаттығулары. Мақсаты: ептіліктерді, қозғалыс жылдамдығын дамыту. |
| «Шеңберге тарт» | Күштің дамуына ықпал ететін ойын жаттығуы Мақсаты: балаларды сағат тілімен және сағат тіліне қарсы бағытта, қолды мықтап ұстап, белгі бойынша, көршіні қардың үстінен басатындай етіп шеңберге мұқият тартуға үйрету. Күш пен тепе-теңдікті дамыту. Күрделілігі: шеңбер бойымен жүгірумен таныстыру. |
| «Жұптарыңызды қуып жетіңіз» | Төзімділікті дамытуға ықпал ететін ойын жаттығулары. Мақсаты: балаларды жолдасын қуып жетуге тырысып, берілген бағытта жылдам жүгіруге үйрету. Белгі бойынша әрекет ету, ептілік, қозғалыс жылдамдығын дамыту. Төзімділікке ықпал ету. |
| «Жапалақ» | Тепе-теңдікті сақтауға көмектесетін қимылды ойын. Мақсаты: балаларды сигнал бойынша әрекет етуге, құстарға еліктеп жан-жақты жүгіруге, қозғалыссыз дене қалпын сақтауға үйрету. Тепе-теңдікті дамыту. |

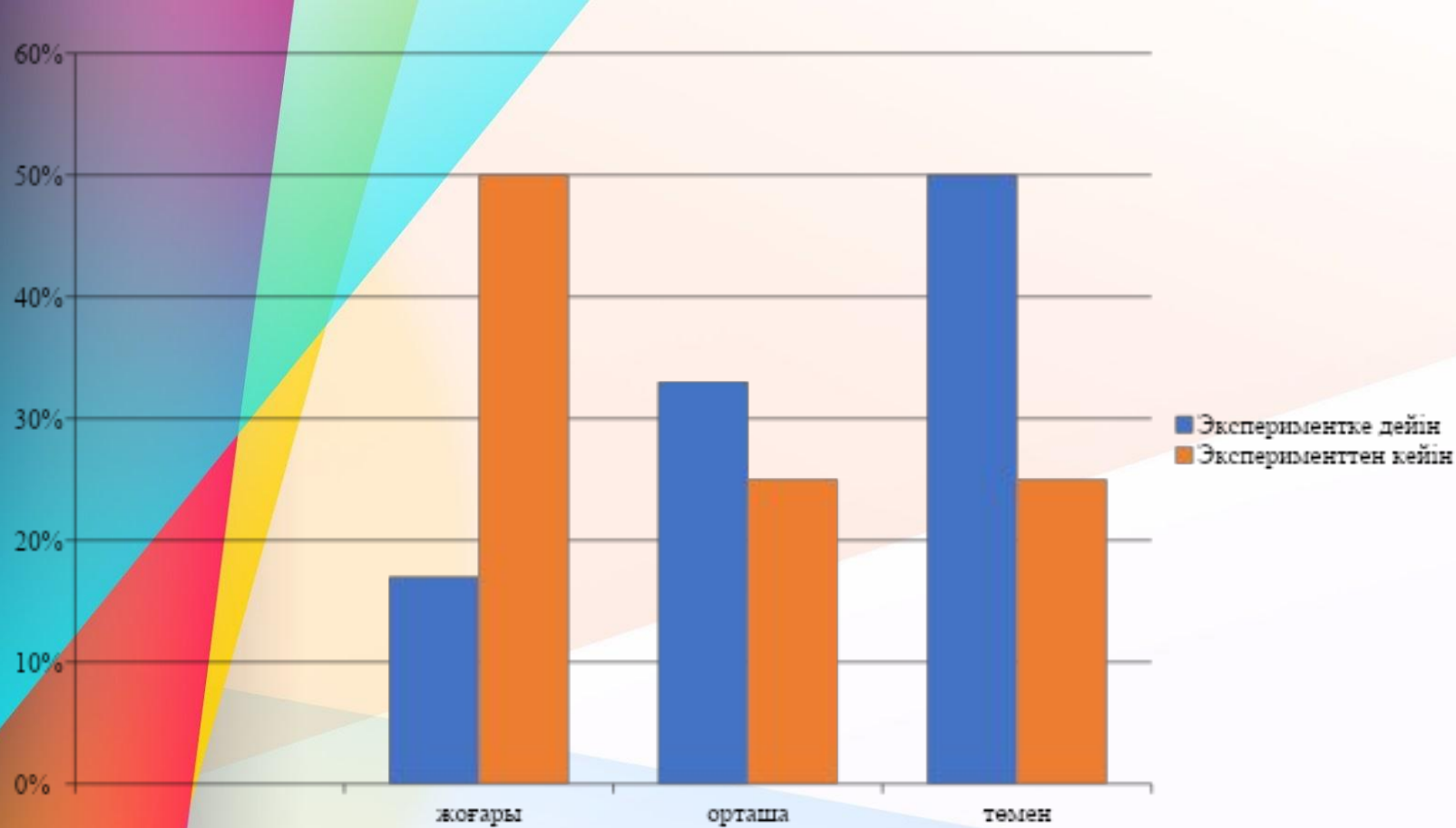
5-6 жастағы балалардың дене қозғалысын дамытуға бағытталған қимылды ойындар мен жаттығулардың картотекасы

| | |
|---------------|---|
| «Тез ал» | <p>Мақсаты: ептіліктерді, қозғалыс жылдамдығын дамыту.</p> <p>Ойынның сипаттамасы: Балалар шеңбер жасап тұрады да, тәрбиешінің белгісі бойынша бір-екіден кем болуы керек заттарды (текшелер, төмпешіктер) айналып жүреді немесе жүгіреді. «Тез ал» деген белгі бойынша әрбір ойыншы затты алып, басынан жоғары көтеруі керек. Мұны істеуге үлгермеген адам жеңілген болып саналады.</p> <p>Ойын ережесі: заттар біртіндеп алынып тасталады.</p> |
| «Бер де отыр» | <p>Мақсаты: ептіліктерді, қозғалыс жылдамдығын дамыту.</p> <p>Ойынның сипаттамасы: Балалар екі командаға бөлініп, бір-біріне параллель орналасқан бағандарға тұрады. Әр команда өз командасына қарсы 3–4 м қашықтықта тұратын капитанды таңдайды. Капитандардың әрқайсысының қолында доп бар. Көшбасшының сигналы бойынша капитан допты (кез келген немесе алдын ала белгіленген тәсілмен – кеудеден, иықтан, төменнен, екі қолмен бастың артында және т.б.) өз командасының бірінші ойыншысына лақтырады. Ол ұстап алып, капитанға оралады және дереу еңкейеді. Содан кейін капитан команданың екінші, үшінші және басқа ойыншыларымен ауысады. Әр ойыншы допты капитанға қайтарып, еңкейеді. Колоннадағы соңғы ойыншы допты капитанға бергенде, ол оны жоғары көтереді, ал бүкіл команда тез орнынан тұрады. Кімнің командасы капитаннан ойыншыларға және керісінше допты беруді тез және дәл орындаса, сол команда жеңімпаз болып есептеледі.</p> |
| «Қу түлкі» | <p>Мақсаты: ептіліктерді, қозғалыс жылдамдығын дамыту</p> <p>Ойынның сипаттамасы: Ойыншылар бір-бірінен бір адым қашықтықта шеңберге тұрады. Шеңбердің сыртында «түлкінің үйі» сызылған. Тәрбиеші ойыншылардан көздерін жұмуды сұрайды. Балалар көздерін жұмады, ал тәрбиеші шеңберді айналып (балалардың артында) ойыншылардың біріне қолын тигізеді, ол «қу түлкіге» айналады. Содан кейін тәрбиеші ойыншыларды көздерін ашып, олардың қайсысы айлакер түлкі екенін мұқият қарауға шақырады.</p> <p>Ойыншылар хормен үш рет сұрайды - алдымен тыныш, содан кейін қаттырақ: «Қайдасың, айлакер түлкі?». Барлық ойыншылар (соның ішінде қу түлкі) үшінші рет сұрағанда, қу түлкі тез шеңбердің ортасына барып, қолын жоғары көтеріп: «Мен келдім!» дейді. Барлық ойыншылар шеңбердің айналасында шашырап кетеді, ал түлкі оларды ұстап алалы. Түлкі қолымен ұстаған бала шетке шығалы. Түлкі 2 - 3 баланы ұстап алған соң тәрбиеші: «Шеңберле» дейді.</p> |



| Деңгейлер | Экспериментке дейін | Эксперименттен кейін |
|-----------|---------------------|----------------------|
| жоғары | 8% | 42% |
| орташа | 33% | 25% |
| төмен | 58% | 33% |

Мектеп жасына дейінгі балалардың ойынға физикалық дайындығын салыстыру нәтижелері



| Деңгейлер | Экспериментке дейін | Эксперименттен кейін |
|-----------|---------------------|----------------------|
| жоғары | 17% | 50% |
| орташа | 33% | 25% |
| төмен | 50% | 25% |

Мектеп жасына дейінгі үлкен жастағы балаларда қимыл ойындары туралы түсініктердің қалыптасу деңгейін салыстыру

Жүргізілген диагностиканың нәтижелері ересек жастағы мектеп жасына дейінгі балалардың ойын әрекетінің ерекшеліктерін ескере отырып құрылған жұптық, үштік, эстафеталық командалардағы ойын әрекеттестігін дамытуға арналған арнайы жаттығуларға негізделген алгоритмді жүзеге асырудың ықпал еткенін сенімді түрде дәлелдейді. Балалардың қозғалыс белсенділігін дамыту және ересек жастағы мектеп жасына дейінгі балаларды қимылды ойындардың қарапайым элементтерін меңгеруге дайындауға оң әсер етті.

Қорытынды

Қозғалыс белсенділігі - бұл балалардың қозғалысқа деген табиғи қажеттілігі, оны қанағаттандыру баланың үйлесімді дамуының, оның денсаулығының жай-күйінің маңызды шарты болып табылады. Балалардың қозғалысқа табиғи биологиялық қажеттілігін қанағаттандыруды, балалардың денсаулығының деңгейін жақсартуды, қозғалыс дағдыларын қалыптастыруды мақсат тұта отырып, балалардың оңтайлы қозғалыс белсенділігін жүзеге асыру үшін қозғалыс режимін дұрыс ұйымдастыру керек.

Біздің зерттеуіміздің мақсаты мектеп жасына дейінгі балалардың қозғалыс белсенділігін дамытуға қимылды ойындардың әсерін анықтау болды.

Зерттеу барысында ғылыми, педагогикалық және әдістемелік әдебиеттер зерттелді. Зерттеушілердің көпшілігі мектепке дейінгі білім беру мекемесіндегі дене шынықтыру сабақтарында ғана емес, сонымен қатар мектеп жасына дейінгі балалардың күнделікті өмірінде мектеп жасына дейінгі балалардың дене қозғалысын дамытатын қимылды ойындарды енгізу туралы ұсыныстар береді.

Зерттеудің теориялық бөлімінде арнайы әдебиеттерді зерделеу негізінде біз мыналарды қарастырдық, анықтадық және сипаттадық:

- қимылды ойындар және олардың мектеп жасына дейінгі балалардың дамуындағы рөлі;
- мектепке дейінгі жастағы балалардың дене қозғалысының ерекшеліктері

балалардың қозғалыс белсенділігін дамытудағы қимылды ойындардың маңызы.

Эксперименттік жұмыстың нәтижелерін талдау ересек мектеп жасына дейінгі балалардың қозғалыс белсенділігін дамытуға бағытталған педагогикалық шарттарды жүзеге асырудың тиімділігін растады және зерттеу мақсатына қол жеткізілді деп айтуға мүмкіндік береді, зерттеу міндеттері шешілді, сондай-ақ болжамның педагогикалық шарттары дәлелденді.

Жоғарыда айтылғандарға сүйене отырып, қимылды ойындар мектеп жасына дейінгі балалардың қозғалыс белсенділігін дұрыс дамыту процесіне ықпал етеді деп қорытынды жасауға болады.

Қолданылған әдебиеттер тізімі

1. Лесгафт, П.Ф. Избранные труды [Текст]/ П.Ф. Лесгафт. – М. : Физкультура и спорт, 2007. – 360 с.
2. Жуков, М.Н. Подвижные игры: учеб. для студентов пед. вузов по специальности 033100 - Физ. культура / М. Н. Жуков. - 2-е изд., стер. - М.: Academia, 2014 (ГУП Саратов. полигр. комб.). - 157, [2] с.
3. В.Л.Страковская, Подвижные игры в терапии больных и ослабленных детей. М., «Медицина», 1978, -184 с.
4. Сеченов, И.М. Участие органов чувств в работах рук у зрячего и слепого[Текст]/ И.М. Сеченов // Избранные произведения Т. 1. – М., 1952. – 516 с.
5. Арямов, И.А. Возрастные особенности детей и наука о физическом воспитании [Текст]/ И.А. Арямов // Теория и практика физической культуры. – 1950. – № 10. – С. 781-782.
6. Бальсевич, В.К. Физическая подготовка в системе воспитания культуры здорового образа жизни человека (методологический, экологический и организационный аспекты) [Текст]/ В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 1. – С. 22 – 26.
7. Леонтьев, А.Н. Проблемы развития психики[Текст]/А.Н.Леонтьев. – М.: Изд-во АПН РСФСР, 2009. – 356 с.
8. Урунтаева, Г.А. Практикум по дошкольной психологии: пособие для студентов высш. и средн. пед. учеб. заведений [Текст]/ Г.А. Урунтаева, Ю.К. Афонькина. – М.: Академия, 2000. – С. 247, 249, 250.
9. Степаненкова, Е.А. Теория и методика физического воспитания: учеб. пособие [Текст]/ Э.Я. Степаненкова. – М. : Академия, 2001. – 368 с.
10. Щедрина А.Г. Педология – наука о детстве в формировании здорового образа жизни: научное издание [Текст]/ А. Г. Щедрина. – Новосибирск: Сибирский центр деловых технологий, 2017. – 218 с.