

БӨЛІМ: БАЛАБАҚША / ПСИХОЛОГИЯ

Психологиялық ойын жаттығулар жинағы

ЖАРИЯЛАНДЫ
05.07.2017

СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/16402/>

АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

Аубакирова Гульзат

Психологиялық ойын жаттығулар жинағы

1. «Досдостыққа» сергіту ойыны (5 минут)

Нұсқау: Қазір сіздер өте бір қызық ойынды ойнайсыздар. Ол үшін жасалатын қимылды тез-тез жасау керек. 5 секундтың ішінде өзіңізгесерік тастауыпалыңыз да тез-тез онымен қоалалысыңыз. Ал енді бір-бірімізбен «сәлемдесеміз»:

Оң қол оң қолмен!

Мұрын мұрынмен!

«Досдостыққа» деген бұйрықты естігенде жұптарыңызды айыр бастайсыздар.

Бүгін біз ой, сезім және мінез-құлық бір-бірімен қалай байланысты екендігін білеміз.

2. «Біз, біздің және оқушылардың құқықтары» коллективтік ойыны (10 минут)

Ең маңызды деген құқықтарыңды және өзіңді бейнелей отырып, бірлесіп сурет салу.

Талдау:

- Бірлесіп жұмыс жасау жеңіл болды ма?
- Өзіңді қандай күйде бейнеледің?
- Қандай құқықтарыңды сен ең маңызды деп есептейсің?

Құқықтарықаралады:

Өмірсүругеқұқығы.

Зорлық-зомбылықтыңкезкелгентүріненқорғануғақұқығы.

Оқуғақұқығы.

Баланыңөзісенімартатынересекадамнан, дәрігерден, милиционерден, ұстазданкөмексұрауынақұқығы бар.

Төңірегіндердіңсый-құрметінебөленугеқұқықты.

«Жоқ» дегенсөздіайтуғақұқықты.

Басқа да балалардыңжәнебасқаадамдардың да дәлосындайқұқықтары бар.

3. «Ақсақмаймыл» жаттығуы (5 минут)

Қатысушыларөздерінемін-еркінсезініп, жайғасыпотырады. Жүргізуші (психолог): «Қазір мен сіздергетапсырма берем, бұлтапсырманыменің «бастаймыз» дегенсөзімненкейінорындаймыз, «тоқтаймыз» дегенкездетоқтаймыз. Егерберілгенереженібелгілісебептерменбұзыпалсаңыз, бірретқолдышапалақтапбелгіберіңіз.Басқанәрсегеалаңдасаңыздаосылайжасаймыз» Ендібәрімізкөзіміздіжұмамыз да «Ақсақмаймыл» туралыойламаймыз. «Бастаймыз».

Талқылау:

1. Тапсырмаорындаубарысындақандайжағдайларкедергіболды?
2. Қандайәсералдыңыз?
3. Ойдыигерумүмкін ба екен?

4. «Мен - үйде» және «Мен — жұмыста» жаттығуы (10 минут)

Қазірсіздерпарақтыекібағанғабөліңіздер. Біріншібағанаға «Мен үйде» деп, ал екіншібағанаға «Мен жұмыста» депжазыңыздар. Осы екібағананысолжердегімінез-құлықтарыңыз бен жүріс -тұрыстарыңыздыжазыңыздар.

Талқылау:

1. Осы жағдайлардағымінез-құлықтарыңыз бен жүріс-тұрыстарыңыздыңұқсастықтары мен айырмашылықтарытуралықорытындыжасаңыз.
2. Қайбағананытолтырғаноңайғасоқты? Қайбағанакөптеуболды?

3. Не себепті айырмашылықтар болады?
4. Бұл бағанадағы жағдайлар сәйкес келу керек па? Неге?

5. **«Үш жыл» жаттығуы (15 минут)**

6. Бәріміз емін — еркін отырып, терең демаламыз.
Ешқандай нәрсе ойламауға тырысайық.
7. Елестетіп көріңіз, сіз өзіңіздің үш жыл өміріңіздің қалғанын білдіңіз. Бірақ осы үш жылы ішіндесіз ешқандай да ауырмай, деніңіз сау болып өмір сүресіз.
Сіз бұл хабарды естігенде қандай күйде боласыз?
Бірден болашағыңызға жоспар құрасыз ба әлде аз уақыт қалғанына өкінесіз бе?
Қағаз бетін түсіріңіз.
8. Осы қалған өміріңізді кімдермен бірге сүрередіңіз? Қай жерде сүрередіңіз?
Жұмысыңызды жалғастырасыз ба? Осы уақытаралығында не істеп үлгеру керек?
Осылардың барлығын қысқаша қағаз бетін түсіріңіз.
9. Осы осы үш жылдағы өміріңіз бен қазіргі өміріңізді салыстырыңыз.
10. Қандай ұқсастықтар бар және қандай айырмашылықтар бар?
Сол өмірден бүгінгі өміріңізге не қосар едіңіз?

Қорытынды: Енді бұл «үш жыл өмір» — тек ойыну үшін жасалған жаттығуды қабылдап, олойдан арылыңыздар. Бұлойдан нәзіктеріңізге не алар едіңіздер? Бұл жаттығуды жасай отырып сіз қандай тәжірибе жинақтадыңыз? Қағаз бетін түсіріңіз.

Сергіту сәтінде балалардың көңіл-күйін дамытуға арналған психологиялық жаттығулар

1. **«Сәлемдесу» ойыны:** Қазір біз сендермен ойынаймыз, қимылды тез жасауларың керек. «Бастаймыз» деген белгі берілгенде, мен қалай амандасу керек екенін айтатын, сонда сендер бір-бірлеріңмен тез-тез амандасасыңдар. Әрада мен әртүрлі амандасасыңдар. Сонымен, көзбен... қолмен... иықпен... құлақпен... тіземен... иекпен... өкшемен... арқамен.
2. **«Сантки, Фантики, Лимпопо».** Барлығы шеңбер бойымен тұрып, бір баланы таңдайды да бөлменің сыртына шығарады.
Шеңбердегі балалардың ішінен бір баланы жүргізуші етіп сайлайды, ол шеңбердегі балаларға қозғалыстарды көрсетіп тұрады.
Барлық ойыншылар жүргізушінің артынан көрсеткен қимылдарды қайталау керек.
Қимылдарды қайталаған кезде жүргізушіге қарамай, білтіртпей жасау керек.
Шеңбердегі балалар шапалақұрып, «САНТИКИ, ФАНТИКИ, ЛИМПОПО» деп айтқызып бастайды. Бөлме сыртында тұрған бала ойыншылардың дауыстарын естіп, бөлмеге кіреді де шеңбердің ортасына тұрып,

кімжүргізушіекенін табу керек. Егержүргізушінітапса,
жүргізушіесіктіңсыртынашығады. Ойынсолретіменжалғасыпотырады.

3. **«Көңіл-күй неге ұқсас».** Ойыншыларолардыңбүгінгікөңіл-күйлері неге
(қайжылмезгіліне, ауарайына, табиғаттыңқұбылысына)
ұқсасекенінайтыпбереді. Ойындыүлкен дер бастасажақсыболареді:
«Меніңқазіргікөңіл-күйімкөгілдіраспандағыжылы, жұмсақкүнніңкөзінеұқсайды,
ал сеніңше?». Жаттығушеңбербойыменжалғасабереді.
Ойынныңсонындажауаптарқорытындыланады,
бүгінгішеңберіміздегібалалардыңкөңіл-күйіқандайекен: қайғылы, көңілді,
күлкілі, ызаланғант.б.Жауаптардыңқорытындысыншығарғанкезде,
жаманауарайы, суық, жаңбыр, түнергенаспансияқтыэлементтерагрессивті,
қобалжукүйлердіңкөрсеткіштеріненазараударыңыз.

Мақала орындаған Аубакирова Гульзат

ҚМ АА Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.