

## БӨЛІМ: ПСИХОЛОГИЯ

## БАЛАНЫ МЕКТЕПКЕ ДАЯРЛАУДАҒЫ ОТБАСЫНЫҢ РӨЛІ

ЖАРИЯЛАНДЫ  
04.04.2023СІЛТЕМЕ  
https://bilimger.kz/135992/

Отбасы мектеп жасына дейінгі бала үшін оның өмірін қоғамдық ортамен байланыстыратын негізгі және бірінші буын. Отбасындағы дәстүрлер ондағы болашақ мектеп оқушысының баланың орны, отбасы мүшелерінің оған қатысты тәрбиесі осыған барлығы тәуелді.

Көбінесе баланың мектептегі сәтсіздіктері, олардың ұжымға енуі, оқығысы келмеуі немесе оқи алмауы ата-аналардың қателіктерінің нәтижесі болып табылады. Ата-аналар бастысы баланың материалдық қамтамасыз етілуіне басты назар аудара отырып, оның кітап оқуға деген қызығушылығының қалыптасуына, баланың сөйлеуінің дамуына, еңбекке, еңбекті сүйеге психологиялық дайындығына аса мән бермейді. Осының нәтижесінде балада білімге деген жағымсыз қатынас қалыптасады. Мектепте оқуға табысты бейімделудің шарты баланың физикалық және атқарымдық даму деңгейі, оның денсаулық жағдайы болып табылады. Әлсіз бала тез шаршайды, оның жұмыс істеу қабілеті төмендейді де оқу жүктемесі ол үшін қиын болып көрінеді. Балаларды мектепке даярлауда олардың күн тәртібіне ерекше назар аудару қажет. Егер сіз балаңыздың қатты шаршағанын, кешке қарай сылбырлық танытып немесе жүйкесі жұқарып, көңіл күйі болмай тұрғанын сезетін болсаңыз оның күн тәртібін дұрыс ұйымдастырсаңыз алдында балаңыздың бойынан байқаған жағымсыз белгілердің ғайып болғанын аңғаратын боласыз.

## Күн тәртібі

Балалардың жас ерекшеліктеріне сәйкес рационалды күн тәртібі түрлі әрекет түрлерін алмастыруға, оңтайлы қимылдық режимді қамтамасыз етуге соның ішінде таза ауада толыққанды демалысты, жеткілікті ұзақтықтағы ұйқыны қамтамасыз етуге, бастысы баланың нормаға сәйкес өсуі мен дамуына ықпал етеді. Дұрыс ұйымдастырылған күн тәртібі – балалардың әрекетін ұйымдастыруға, оларды тәртіпке, уақытпен санасуға үйретуге мүмкіндік береді және балалардың бойында ашуланшақтықтың, қозғыштықтың алдын алуға күні бойы баланың еңбекке қабілеттілігін сақтауға мүмкіндік береді.

Балаға күн тәртібі түсіндіріледі. Табиғаттағы жыл мезгілдері рет-ретімен айтылады: жаз-қыс, күн-түн. Адамдар белгілі бір тәртіппен өмір сүреді: ұйықтайды-сергейді, жұмыс істейді-демалады. Баланы сағат ұйқыдан оятады. Балаға сағаттағы сандар, кіші және

үлкен сағат тілдері түсіндірілуі тиіс. Циферблатпен сағаттың үш дискісінің бейнесін салыңыз. Бала сағаттың үлкен және кішкентай тілін бейнелейді және есте сақтауға тырысады

Қанша уақытта ояну керек?

Үйден мектепке қанша уақытта шығу керек? Қанша уақытта ұйықтау керек?

Бала үшін дұрыс ұйымдастырылған күн тәртібі – денсаулықты сақтау мен нығайту ғана емес сондай табысты оқудың шарты.

#### Тамақтану тәртібі

Дұрыс ұйымдастырылған тамақтану тәртібі белгілі талаптарды орындауға негізделеді. Мұнда бастысы тамақтану мерзімі мен олардың арасындағы интервалдарды сақтау. Сондай-ақ тамақтану рационы құрамы бойынша теңгерімді, белоктар, майлар, көмірсулар, дәрумендер мен минералдардың қажетті саны болуы қажет. Бала асықпай, тыныш жағдайда тамақтануы, тамақтың сыртқы түрі мен иісі, үстелдік сервировкасы оны жағымды эмоцияларға бөлеуі қажет.

Дұрыс тамақтануды қамтамасыз ету үшін мыналар қажет:

-тамақта қажетті ингредиенттердің болуы;

-дұрыс ас-қорыту жолы;

— рационалды тамақтану тәртібі.

#### Ұйқы

Адам жасына сәйкес ұйқыға деген сұранысты қанағаттандыруы қажет, егер бұлай болмаған жағдайда түрлі аурулар пайда болуы мүмкін. Балаларда ұйқы жетіспеушілігі кезінде қанда арнайы гормондардың бөлінуі бұзылысына әкеледі де бұл өз кезегінде олардың өсуі мен дамуына кері әсерін тигізуі мүмкін. Баланың ұйқысы дұрыс қанбаған кезде оның оқуға деген ынтасы төмендейді.

Ұйықтап қалуды болдырмау үшін мынадай шарттарды сақтау қажет:

— күнделікті бір мезгілде ұйықтату;

— 19 кейін эмоционалдык жүктемелерді азайту (шулы ойындар, фильмдер көру және т.б.);

— өзіне пайдалы әдеттерді қалыптастыру: кешкі душ пен ванна, серуендеу, және т.б.

Бөлме желдетілген ал баланың кереуеті биік емес жастықпен тегіс болуы керек.

Болашақ оқушының жұмыс орны

Баланың жұмыс орнын дұрыс ұйымдастыру қажет.

Бала сабақ оқитын үстел күндізгі жарық сол жағынан түсетіндей болып (егер бала «солақай» болса онда керісінше) орналасуы, олай болмаған жағдайда толық жасанды жарықтандыру қажет. Үстел үсті жарығы (лампа) көзге тура түспеуі қажет ол үшін жарықтың үстінде арнайы қалқаншасы болуы керек.

Үстел мен орындықтың оңтайлы сәйкестігі мынадай болуы керек: кеудесін жоғары көтеріп, шынтақтарын үстел шетіне қойып, саусақтарының ұшымен көзінің сыртқы бұрышына дейін жеткізе алатындай болып орналастырылуы қажет. Ол үшін орындықтың

биіктігін ғана реттеудің өзі де жеткілікті. Дұрыс отырғызғанда баланың аяғы еденге немесе тіреуге тік болып орналасуы қажет. Орындықтың арқасы биік болмауы қажет. Бала осындай жағдайда жұмыс істей отырып, шаршамайтын болады.

#### Ойындар мен серуендер

Мұнда баланың қимыл белсенділігі мен таза ауадағы серуендеуіне басты назар аудару қажет. Серуендердің, қимылды ойындардың және басқа да қимылды белсенділік түрлерінің ұзақтығы 3–3,5 сағат болуы керек.

Дұрыс ұйымдастырылған күн баланың көңіл-күйін көтеріп, оның үлгіріміне де жағымды әсер етеді.

Баланы тәрбиелеу мен дамытуда мынаны ескеру қажет: білім баланы ақылды етуі мүмкін, бірақ шындығында оны бақытты етуге оның жақындарымен және жақсы көретін адамдарымен, отбасымен араласу арқылы қол жеткізуге болады. Ата-ана баланы тек алдағы уақытта жақсы оқуға ғана даярлап қоймай, сондай-ақ болашақ сыныптастарының ортасында өзіне лайықты орынға ие болу, мектепте өзін жайлы сезінуге жағдай жасауы қажет.

Ата-ана өзінің баласына қолдау көрсету үшін мектепке дейінгі ұйымның педагогтарымен ықпалдастықта әрекет ете отырып, өзінің баласы туралы мынадай ақпараттарды білуіне болады:

- бала қандай дыбыстарды дұрыс айта алмайды;
- оның сөзді естуін қалай дамытуға болады;
- оның сөздік қорының даму деңгейі қандай;
- бала өзінің ойын дұрыс жеткізіп, диалогқа қатыса ала ма;
- қолдың ұсақ бұлшық еттерінің даму деңгейі қандай және т.б.

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

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