

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Денсаулық сақтау технологияларын оқу-тәрбие үдерісінде қолдану

ЖАРИЯЛАНДЫ
14.12.2025СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/185825/>**Толендиева Камшат Нурдиновна**

Тәрбиеші.

Алматы қаласы, Алатау ауданы

№ 197 бөбежай балабақшасы КМҚК

КІРІСПЕ

Қазіргі мектепке дейінгі білім беру жүйесінде баланың денсаулығын сақтау мен нығайту басты стратегиялық бағыттардың бірі болып табылады. Ғылыми деректерге сүйенсек, мектепке дейінгі жаста қалыптасқан денсаулық көрсеткіштері баланың кейінгі оқу жетістіктеріне, психологиялық тұрақтылығына және әлеуметтік бейімделуіне тікелей ықпал етеді. Осыған байланысты оқу-тәрбие үдерісін ұйымдастыруда дәстүрлі білім беру тәсілдерімен қатар, денсаулық сақтау технологияларын жүйелі түрде қолдану қажеттілігі артып отыр. Денсаулық сақтау технологиялары – бұл баланың физикалық, психикалық және әлеуметтік саулығын сақтауға әрі дамытуға бағытталған педагогикалық әдістер мен ұйымдастыру формаларының жиынтығы. Балабақша жағдайында аталған технологияларды тиімді пайдалану баланың шаршауын болдырмауға, қозғалыс белсенділігін арттыруға және жағымды эмоциялық орта қалыптастыруға мүмкіндік береді. Сондықтан денсаулық сақтау технологияларын оқу-тәрбие үдерісіне енгізу ғылыми-педагогикалық тұрғыдан өзекті мәселе болып саналады.

Негізгі бөлім

Денсаулық сақтау технологияларын қолданудың негізгі мақсаты – баланың дене және психикалық дамуын үйлесімді қамтамасыз ету. Бұл технологиялар оқу-тәрбие үдерісінде баланың жас және жеке ерекшеліктерін ескере отырып, денсаулыққа зиян келтірмейтін қолайлы жағдай жасауға бағытталады. Балабақшада денсаулық сақтау технологияларының бірнеше түрі қолданылады, олардың әрқайсысы баланың денсаулығына кешенді әсер етеді.

Алғашқы маңызды бағыт – қозғалысқа бағытталған денсаулық сақтау технологиялары. Бұған таңертеңгілік жаттығулар, қимылды ойындар, сергіту сәттері және дене шынықтыру сабақтары жатады. Қозғалыс белсенділігі баланың бұлшық ет жүйесін дамытып қана қоймай, жүрек-қан тамырлары мен тыныс алу жүйесінің қызметін жақсартады. Сонымен қатар, жүйелі қозғалыс баланың иммунитетін нығайтып, аурушаңдық деңгейін төмендетуге ықпал етеді. Оқу-тәрбие үдерісінде қозғалыс пен тынығудың дұрыс үйлесуі баланың жұмыс қабілетін сақтауға мүмкіндік береді.

Екінші бағыт – психологиялық денсаулықты сақтауға бағытталған технологиялар. Мектепке дейінгі жаста баланың эмоциялық жай-күйі оның жалпы дамуына айрықша әсер етеді. Сондықтан балабақшада жағымды психологиялық орта қалыптастыру, эмоциялық қолдау көрсету, ойын терапиясы элементтерін қолдану маңызды. Сергіту жаттығулары, релаксациялық сәттер және тыныс алу жаттығулары баланың психоэмоциялық күйзелісін азайтып, зейінін тұрақтандырады. Бұл технологиялар баланың оқу-танымдық белсенділігін арттырып, шаршаудың алдын алады.

Үшінші бағыт – күн тәртібін және оқу жүктемесін оңтайландыруға негізделген технологиялар. Балабақшадағы оқу-тәрбие үдерісінде күн тәртібінің сақталуы баланың биологиялық ырғақтарының қалыптасуына әсер етеді. Сабақтардың ұзақтығын, демалыс уақытын және серуендерді дұрыс жоспарлау баланың денсаулығын сақтаудың маңызды шарты болып табылады. Денсаулық сақтау технологиялары арқылы оқу тапсырмалары баланың жасына сай беріледі және шамадан тыс жүктемеге жол берілмейді.

Төртінші бағыт – салауатты өмір салтын қалыптастыруға бағытталған технологиялар. Балабақшада бұл бағыт жеке гигиена дағдыларын үйрету, дұрыс тамақтану мәдениетін қалыптастыру және қауіпсіз мінез-құлық ережелерін меңгертумен жүзеге асады. Балаларға тазалықтың, қозғалыстың және дұрыс демалыстың маңызын түсіндіру олардың өз денсаулығына саналы көзқарасын қалыптастырады. Мұндай технологиялар баланың өмір бойы сақталатын пайдалы әдеттерін дамытуға негіз болады.

Денсаулық сақтау технологияларын тиімді қолдануда тәрбиешінің кәсіби рөлі ерекше. Тәрбиеші оқу-тәрбие үдерісін ұйымдастыруда баланың денсаулығын басты құндылық ретінде қарастыруы тиіс. Ол қолданылатын әдістердің баланың психикасына және физикалық мүмкіндіктеріне сәйкес болуын қадағалап, денсаулыққа қауіп төндіретін факторларды дер кезінде болдырмауы қажет. Сонымен қатар, тәрбиеші ата-анамен бірлесе отырып, баланың денсаулығын сақтау бойынша ортақ талаптар қалыптастырған жағдайда ғана нәтижелі жұмыс жүргізіледі.

Практикалық тәжірибе көрсеткендей, денсаулық сақтау технологиялары жүйелі түрде енгізілген балабақша топтарында балалардың оқу-танымдық белсенділігі жоғары болып, олардың эмоциялық жағдайы тұрақты сақталады. Бұл технологиялар баланың тұлғалық дамуын қолдап, оқу-тәрбие үдерісінің сапасын арттыруға мүмкіндік береді.

Қорытынды

Қорытындылай келе, денсаулық сақтау технологияларын оқу-тәрбие үдерісінде қолдану мектепке дейінгі ұйымның негізгі міндеттерінің бірі болып табылады. Бұл технологиялар

баланың физикалық, психикалық және әлеуметтік саулығын кешенді түрде қамтамасыз етіп, оның үйлесімді дамуына жағдай жасайды.

Балабақшада денсаулық сақтау технологияларын жүйелі және мақсатты түрде пайдалану баланың шаршауын азайтып, оқу үдерісіне қызығушылығын арттырады. Сондықтан оқу-тәрбие үдерісін денсаулыққа бағытталған тәсілдермен ұйымдастыру – салауатты, белсенді және жан-жақты дамыған тұлға тәрбиелеудің маңызды алғышарты болып табылады.

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР

1. Жұмбаева Ә., Қожахметова К. Мектепке дейінгі педагогика. – Алматы: «Мектеп», 2019.
2. Омарова Б. Мектепке дейінгі балалардың денсаулығын сақтау технологиялары. – Алматы: «Атамұра», 2018.
3. Нұрғалиева Г.Қ. Балабақшадағы денсаулық сақтау технологияларының әдістемесі. – Алматы: «Білім», 2017.
4. Сағындықова А.Т. Мектепке дейінгі ұйымдарда салауатты өмір салтын қалыптастыру. – Алматы: «Өрлеу», 2020.
5. Құлманова Р. Балабақшадағы оқу-тәрбие үдерісін ұйымдастыру әдістемесі. – Алматы: «Рауан», 2019.
6. «Мектепке дейінгі тәрбие мен оқыту» журналы. Ғылыми-әдістемелік басылым, №2, 2021.
7. «Балабақша әлемі» журналы. Республикалық ғылыми-практикалық журнал, №3, 2020.
8. Сухомлинский В.А. Баланың денсаулығын сақтауға бағытталған тәрбие. – Мәскеу: Педагогика, 2016.

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

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