

## БӨЛІМ: БАЛАБАҚША

## құм терапиясының балалар өміріндегі маңызы

ЖАРИЯЛАНДЫ  
20.10.2024СІЛТЕМЕ  
<https://bilimger.kz/166843/>

## «Құм терапиясы балалар өміріндегі маңызы»

Еліміз егемендік алып, өз мәртебесі биіктей түскен шақта ең алғашқы алға қояр міндеттердің бірі-ол бала тәрбиесі. Ел тізгінін берік ұстай білетін ұрпақ тәрбиелеу-біздің борышымыз. Еліміздің болашағын жалғастырушы ұрпақ тәрбиелеу. Ал сол жас ұрпаққа тәрбие беретін бүгінгі тәрбиеші мамандар тәрбиелеу мен білім берудің жаңаша жетілдірілген әдіс-тәсілдерін іздестіріп, күнделікті жұмыс барысында жаңашыл бағыттар қарастырып, оны өздерінің іс-тәжірбиесінде қолданып отырса, бала тәрбиесі алға басары сөзсіз.

**Құм терапиясы** – адамға өзінің жан дүниесіндегі өз «Менін», өзін танытуға, өзіне өте маңызды, жан тебірентерлік **және** құпиясының ашылуына көмектеседі.

**Құм терапиясын** қолданудағы мақсатым: Бала өзін жайлы, қорғалған күйде сезініп, шығармашылық белсенділік танытатын табиғи стимулдық орта қалыптастыру. ...

«Құм терапиясы» қағидасы аналитикалық терапияның негізін салушы Карл Густав Юнгпен ұсынылған. Мүмкін ұлы Юнгке адамның құммен «әлектенуінің» қажеттілігі, оның құрылысы осы идеяны ұсынуға себепші болған шығар. Себебі көптеген психологтар жекелеген құм түйіршіктерінде жеке тұлғаның нышандық айқындамасын, ал құм массасында – жаһандағы Өмірді көреді. Құм – миллион жыл бұрын пайда болған. Ол бүкіл әлем бойы жайылған. Құм – өте ұсақ ақ түсті, сары, қоңыр, сұр және қызғылт түсті болады. Құм бала үшін магнит сияқты өзіне тартымды зат. Бала құмды не екенін сезінгенше қолдары сарай, қоршау т.б. жасай бастайды. Ал оған ойыншықтар, кішігірім пішіндерді қосса, онда баламен түрлі ертегілерді драмалау, ойын процесіне кіреді.

Бәрімізге таныс бұл зат жай ғана – құм. Бірақ шын мәнінде бұл таңғажайып керемет материал. Құм әр түрлі болады. Жеңіл және құрғақ, ауыр және сулы, ол әр түрге ыңғайланады. Бірақ, бұл құмнан жасалған пішіндерде шашылып, тіл алмай қоюы да мүмкін. Балалар сағат сайын үйлер, пішіндер жасап немесе жай ғана құмның үстімен

жүруі де мүмкін. Құммен ойын туралы 1929 жылы Англияның педиатры Маргарет Ловенфельд жазған екен. Арнайы құм салынған ыдыста балалар өздеріне ұнаған пішіндермен суды пайдалана отырып, әр түрлі композициялар жасаған. Балалар өздерінің жасағандарын «менің әлемім» деген екен және Ловенфельд өзінің техникасын «Әлемнің құрылуы» деп атаған екен. Қазіргі заманның құм суретшілері құмнан портрет, пейзаждар, мультфильмдер жасайды. Құммен сурет салу техникасы қазір өте танымал. Құм өнері барлық әлемге кең таралған. Құммен ойын — балалар мен ересектердің эмоционалдық хал-жағдайларына оң әсер етеді, бұл баланың өзіндік дамуы үшін тамаша құрал болып табылады. Құммен ойнау кеңістік әдіс ретінде 1939 жылы ағылшын педиатры Маргарет Ловенфельд сипаттама берген. «Құм терапиясы» концепциясының құрылуымен негізінде юнгиан мектебінің өкілдері айналысты, мысалы швейцар аналитигі Дора Калф.

Құм терапия - балаларға үлкен мүмкіндік. Бала құммен алуан түрлі мүсіндер жасау арқылы өзінің сана-сезімін байытады. Құмдық терапия - ол баланың уайымдау немесе қайғыру сәтін ашып көрсете алады, ол жағдайда балаға көңілін көтеруге жол салады. Бала құммен ойнай отырып, өзінің бойындағы ауыр сезімді ұмыта бастайды. Сонымен қатар, ойын үстінде өзінің көңіл-күйін көтерумен бірге, өзін-өзі емдей бастайды. Құм ерекше нәрсе. Кейде біздер қолымызды құрғақ құмға салсақ, өзімізді шөлейт аймақта жүргендей сезінуіміз мүмкін. Құмдық терапияда бұрыс немесе дұрыс композиция деген жоқ. Түрлі мүсіндер жасай алады, оны қайтадан бұзып, қайта қалпына келтіруге болады. Бала осы бағыт-бағдармен әрекеттеніп отырып, өзін-өзі сиқыршы тәрізді сезінеді. Бала құммен ойнауда сындырудан, майыстырудан, жаңа мүсіндер құрастырудан қорықпай айналысады. Құмдық терапия - оқуды, білімді талап етпейді. Бұл терапияның маңыздылығын әлем дәлелдеген.

Мен өз жұмысымда құмдық терапияны балалардың көңіл-күйін байқап, сол көңіл-күйлерін көтеру мақсатында қолданамын.

Бәрімізге белгілі құм-ұсақ ірмектерден құралады, олар бірігіп құмдық массаны құрайды. Көптеген психологтар әр ірмектерден адамның келбетінің әр түрлі көңіл-күй ерекшеліктерін, сезімдерін байқаған. Құмдық массада өмірдің күштілігінің сыр сипаты суреттеледі. Балалардың танымдық қызығушылықтары, логикалық ойлау қабілеттері артады. Әсіресе мүмкіндігі шектеулі балалармен жұмыс жасауда таптырмас әдіс ретінде пайдаланылады. Қарапайым математикалық түсініктерді қалыптастыру белсенділіктерін де жетілдіруге көмегі тиеді. Қарапайым ойнау әдісін іске асырады. Баланың өсіп-өнуіне жауапкершілікпен қарап, оның сана-сезімінің терең дамуына көңіл бөлетін болсақ, бұл ойымызды іске асыру үшін құмдық терапияны емнің бір бөлшегі ретінде пайдалану аса қажет деп пайымдаймын. Құмдағы ойындар — баланың табиғи әрекеті формаларының бір түрі. Сондықтан да мен құммен ойнайтын орындарды оқыту және дамыту оқу қызметтерінде қолданып отырамын. Құмнан суреттер салып, әртүрлі оқиғаларды ойлап тауып, біз бала үшін әлдеқайда қызықты түрде оған өзіміздің біліміміз бен өмірлік

тәжірибемізді, қоршаған әлемнің заңдылықтары мен оқиғаларын жеткізе аламыз.

### **Құм терапиясының маңыздылығы:**

- Сөзбен айтып жеткізе алмайтын ойлаумен қобалжуларды сыртқа шығаруға көмектеседі.
- Бала құммен ойнай отырып, сенсорикасы мен моторикасын дамытады.

Құм терапиясын 3 жастағы балалармен бастауға болады. Кейбір адамдар бұл әдісті психоанализге әкеледі деп ойлайды, бірақ менің тәжірибемде терапияның еркін әдіс екені көрсетіледі. Мысалы: көгілдір түсті құмзар, онда бала мен ересек бірлесе ойнайды. Ойында ойыншықтар қолданылады. Бала тек бөбекжайда ғана емес, ата-анасымен өзен жағалауында да бос уақытты ұтымды пайдалануға болады.

Экологиялық тепе-теңдіктің бұзылуы және қоғамда тудырылатын мәселелер: өмірдегі және теледидардағы қатыгездіктің өсуі, дұрыс тамақтанбау және ата-аналардың денсаулыққа қайшы келетін қылықтары, қиын отбасылардың көбеюі. Ата-аналардың көбі балалармен қарым-қатынас жасауға және тәрбиелеуге уақыт бөлмейді және ниеттері жоқ, оларда бірінші орында отбасын қаражатпен қамтамасыз ету. Балаларға ата-анасымен тікелей қарым-қатынасын компьютер мен теледидар алмастырады. Осындай келеңсіздіктердің нәтижесі балалардың тез және жиі шаршайтындықтары, ұйымдастырылған оқу қызметіне деген қызығушылықтарының төмендеуі, байланыстырып сөйлеуін және сөздік қорларының аздығын болдырады, коммуникативтік дағдыларының дамуын тоқтатады. Тәрбиешіге түрлі мінездегі балалармен жұмыс істеуге тура келеді. Мен өзімнің тобымда балалардың сөздік қорларының дамуына және жалпы өзін-өзі ұстау жұмыстарына назарымды аударамын. Осы жұмыстарды шешудің бірден-бір жолы «Құм терапиясы». Біз топта жыл бойы құмды қолданамыз. Балалар құммен ойнауды өте жақсы көреді. Жазғы маусымда балалар шаршамастан бірнеше ай бойы құмзарда «еңбектенеді», түрлі кеңсарайларды жасап, түрлі тоқаштар «қуырып», торттарды жасайды. Құм балалардың өзара түсінушіліктерін табуға көмектеседі. Құм агрессиялық қуатты шешеді, сондықтан құмзарда ойнап отырған барлық балалар бірге ойын жоспарлап, оны жүзеге асырады. Балалардың бір-бірімен қарым-қатынас жасауға мүмкіндігі туады да, ол тілдік және коммуникативті дамуына жағымды әсерін тигізеді деп ойлаймын.

### **Әрекет үстіндегі құмды қолдану.**

Сөйлеуді дамыту оқу қызметінде мен келесі әдіс-тәсілдерді қолданамын:

1. **1.** Әңгімелесу «бөлмедегі құммен ойнау ережелері» бұл оқу қызметінде мен топтағы не істеуге болады және не істеуге болмайтының талқылаймыз (құмды шашуға, лақтыруға, басқа жерге тасуға т.б.)
2. **2.** Балалардың өз тәжірибесі туралы әңгімелесу «Құммен ойнағанда мен не сеземін?». Балалар өз сезімдері, құммен ойнау барысындағы туындаған

қиялдары туралы және құмның қасиеттерін әңгімелейді.

3. Сусымалы құмды қарастыру (Құм сағаты) «Менің сезінулерім». Балалар сусымалар құмды, бірнеше рет аударып отырып, бұл процесті өте ұзақ қарап отыра алады. Бұл көрініс оларды қатты қызықтырады. Содан кейін олар өз сезінулері туралы әңгімелейді.

### **Қарапайым математикалық түсініктерді қалыптастыру оқу қызметтерінде төмендегідей жаттығуларды қолданамын:**

- 1.«Өлше де сана». Балалар қасықпен құмды өлшейді және санын санайды.
- 2.«Түрлі өлшемдермен өлше». Бірдей мөлшердегі құмды балалар түрлі белгілері бар қасықтармен өлшеп салыстырады және санын санайды.

### **Сурет салу ұйымдастырылған оқу қызметінде келесі жұмыс түрлерін қолданамын:**

1. **1.** «Құммен сурет салуды үйренеміз». Осы ұйымдастырылған оқу қызметінде балалармен бастапқы кезеңде әрқайсысымен жекелеп өткіземін. Бір заттың бейнесін саламыз немесе көшірме қағаз арқылы бейнелейміз. Суреттің ортасына жіңішке қылқаламмен желім жағып үстіне құм себеміз, 1-2 минуттан соң артық құмды алып тастаймыз да, қайта өз ыдысына қалдық құмды саламыз.
2. «Суретті құммен саламыз». Ұйымдастырылған оқу қызметінде түрлі түсті гуашпен боялған және түрлі табиғи реңкі бар құмдарды қолданамыз. Түрлі түсті құмды біртіндеп желіммен әр түсті жеке алып отырып, суретті шығарамыз.
3. «Бауырсақ және түрлі безендірілген қуыршақтар» дымқыл құмнан мүсіндеу және т.б.

### **Күн тәртібінің екінші жартысында қолданатын «Құм ойындары» :**

Қыстың суық күндерін де сыртқа шығуға мүмкін болмаған жағдайда балалармен құммен ойнайтын түрлі ойындар, мысалы: «Ненің ізі», «Келесіге бер», «Сезімтал алақандар», «Еркін ойындар» т.б.ұйымдастырылады.

Бала тәрбиесінің басты ошағы-отбасы десек, құм терапиясының маңыздылығы бөбекжай мен отбасы арасындағы қарым-қатынастың болуына үлкен үлес қосады. Бала құммен ойынды тек бөбекжайда ғана ойнап қоймай, үйге барғанда да сол ойынды жалғастырады. Осы орайда бөбекжай мен ата-ананың байланысын нығайту барысында ата-аналарға үйге төмендегідей тапсырмалар беріп отырамын.

### **Ұсақ моториканы дамыту жаттығулары:**

«Коктейль трубочкалары»

«Моншақтар»

«Фасольды теру»

«Жіпті орау»

Сусымалы заттарды сапыру.

Осы жұмыстарды қолдана отырып, балалар құммен жұмыс жасау барысында :

- **Біріншіден**, баланың жаңалықтар ашып, бір нәрсені зерттеп немесе жеке жұмыс жасау қалаулары арта түседі.
- **Екіншіден**, тактильді сезімділік пен ұсақ қол моторикасы дами түседі .
- **Үшіншіден**, құммен ойын барсында барлық танымдық функциялары дамиды (қабылдау, зейін, жады, қиял).
- **Төртіншіден** құмда су сияқты жағымсыз энергияны жояды.

**Қорыта айтқанда:** Бала қиялындағы сөзбен айтып жеткізе алмайтын дүниесін құмға түсіре алатындығына көзім жетті. Бала қолымен және табиғатпен жасалған шынайы, тартымды және тартымсыз пішіндерді қолданады, ал қолдан жасалған заттар шындықты қабылдауға көмектеседі.

Құм терапиясы арқылы баланың мынадай құзіреттіліктерін дамыттым:

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

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