

БӨЛІМ: БАЛАБАҚША

Балабақшада денсаулық сақтау технологияларының маңызыЖАРИЯЛАНДЫ
21.02.2026СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/187350/>**Жаманкулова Бибигуль Дегеновна**

Тәрбиеші

Маңғыстау облысы, Жаңаөзен қаласы

"№13 "Ақмарал" бөбекжайы" МКҚК

Аннотация.

Бұл мақалада мектепке дейінгі ұйым жағдайында денсаулық сақтау технологияларын қолданудың педагогикалық маңызы қарастырылады. Денсаулық сақтау технологиялары баланың физикалық дамуын нығайтуға, психологиялық саулығын сақтауға және оқу жүктемесінің тиімді ұйымдастырылуына ықпал ететін кешенді жүйе ретінде талданады. Тәрбиешінің денсаулықты сақтауға бағытталған жұмысындағы рөлі мен ұйымдастыру ерекшеліктері сипатталады.

Кілт сөздер: денсаулық сақтау технологиялары, мектепке дейінгі ұйым, бала денсаулығы, физикалық даму, психологиялық саулық, тәрбиеші.

Кіріспе

Баланың денсаулығы – оның үйлесімді дамуының негізгі шарты. Мектепке дейінгі кезеңде ағзаның қарқынды өсуі, жүйке жүйесінің қалыптасуы және негізгі қозғалыс дағдыларының дамуы жүзеге асады. Сондықтан балабақша жағдайында баланың денсаулығын сақтау мен нығайту білім беру үдерісінің басым бағыттарының бірі болып табылады. Қазіргі педагогикада бұл міндет денсаулық сақтау технологиялары арқылы жүзеге асырылады.

Денсаулық сақтау технологиялары білім беру процесінде баланың физикалық және психологиялық саулығын қамтамасыз етуге бағытталған педагогикалық тәсілдер мен ұйымдастыру формаларының жүйесін білдіреді. Бұл технологиялар баланың жас ерекшелігін, физиологиялық мүмкіндіктерін және психологиялық жағдайын ескере

отырып, оқу-тәрбие жұмысын оңтайландыруды көздейді.

Денсаулық сақтау технологияларының педагогикалық мәні

Мектепке дейінгі ұйымдағы денсаулық сақтау технологиялары баланың денсаулығына зиян келтірмейтін, керісінше оны нығайтатын білім беру ортасын қалыптастыруға бағытталады. Педагогикалық тұрғыдан бұл технологиялар оқу жүктемесін реттеу, қозғалыс белсенділігін қамтамасыз ету, эмоциялық жайлылықты сақтау және санитарлық-гигиеналық талаптарды орындау арқылы жүзеге асады.

Баланың денсаулығын сақтау тек медициналық қызметтің міндеті емес. Ол педагогикалық үдерістің барлық қатысушыларының, әсіресе тәрбиешінің жүйелі жұмысын талап етеді. Тәрбиеші күн тәртібін дұрыс ұйымдастыру, қозғалыс режимін сақтау және психологиялық қолайлы орта құру арқылы денсаулық сақтау технологияларын іске асырады.

Физикалық дамуды қамтамасыз етудегі рөлі

Мектепке дейінгі жаста қозғалыс белсенділігі баланың дене дамуының негізгі факторы болып табылады. Денсаулық сақтау технологиялары қозғалыс әрекетін ұйымдастыру арқылы бұл қажеттілікті қанағаттандырады. Таңертеңгілік жаттығулар, қимылды ойындар, серуен және сергіту сәттері баланың бұлшық ет жүйесін нығайтып, жалпы төзімділігін арттырады.

Жүйелі қозғалыс әрекеті баланың дұрыс дене бітімінің қалыптасуына, тыныс алу және жүрек-қан тамыр жүйесінің дамуына ықпал етеді. Сонымен қатар қозғалыс белсенділігі баланың жұмыс қабілетін арттырып, шаршаудың алдын алады.

Психологиялық саулықты сақтаудағы маңызы

Баланың денсаулығы тек физикалық көрсеткіштермен шектелмейді. Психологиялық саулық та мектепке дейінгі кезеңде ерекше маңызға ие. Денсаулық сақтау технологиялары эмоциялық жайлылықты қамтамасыз ету, күйзелістің алдын алу және баланың психикалық тепе-теңдігін сақтау міндеттерін қамтиды.

Қолайлы психологиялық орта баланың сенімділігін, белсенділігін және әлеуметтік бейімделуін қамтамасыз етеді. Тәрбиеші баланың эмоционалдық жағдайын бақылап, жағымды қарым-қатынас атмосферасын қалыптастыру арқылы психологиялық денсаулықты сақтауға ықпал етеді.

Күн тәртібі мен жүктемені ұйымдастыру

Денсаулық сақтау технологияларының негізгі бағыттарының бірі – мектепке дейінгі ұйымдағы күн тәртібін баланың жас және физиологиялық ерекшеліктеріне сәйкес ғылыми негізде ұйымдастыру. Күн тәртібі баланың өмір сүру ырғағын реттейтін, оның физикалық және психикалық саулығын қамтамасыз ететін маңызды педагогикалық

құрал болып табылады. Дұрыс ұйымдастырылған режим баланың ағзасының қалыпты қызмет етуіне, жүйке жүйесінің тұрақтылығына және жұмыс қабілетінің сақталуына ықпал етеді.

Мектепке дейінгі жаста баланың ағзасы қарқынды дамиды, сондықтан демалыс пен белсенді әрекеттің үйлесімді кезектесуі ерекше маңызға ие. Ұйқы, тамақтану, оқу қызметі және қозғалыс белсенділігінің ғылыми тұрғыдан негізделген жүйесі баланың шамадан тыс шаршауын болдырмайды. Егер күн тәртібі сақталмаса немесе оқу жүктемесі дұрыс реттелмесе, балада тез шаршау, зейіннің тұрақсыздығы, эмоциялық қозғыштық сияқты жағымсыз құбылыстар байқалуы мүмкін.

Күн тәртібін ұйымдастыруда оқу қызметінің ұзақтығы мен мазмұны баланың психофизиологиялық мүмкіндіктеріне сәйкес келуі тиіс. Оқу әрекеті мен демалыс кезеңдерінің тиімді үйлесуі баланың зейін тұрақтылығын сақтауға және жұмыс қабілетін ұзақ уақыт қолдауға мүмкіндік береді. Бұл баланың ақпаратты қабылдау сапасын арттырып, оқу материалын саналы меңгеруіне жағдай жасайды.

Күн тәртібін сақтау баланың тәртіп дағдыларын қалыптастыруға да ықпал етеді. Режимнің тұрақтылығы балада уақытты сезіну, өзін-өзі реттеу және ұйымдасқан мінез-құлық қалыптастырады. Осылайша күн тәртібі тек денсаулық сақтау құралы емес, сонымен қатар тәрбиелік маңызы бар педагогикалық механизм ретінде қарастырылады.

Тәрбиешінің рөлі

Денсаулық сақтау технологияларын тиімді жүзеге асыру тәрбиешінің кәсіби құзыреттілігіне байланысты. Педагог баланың жас және жеке ерекшеліктерін ескере отырып, оқу-тәрбие процесін денсаулыққа қауіпсіз форматта ұйымдастыруы тиіс. Тәрбиеші қозғалыс белсенділігін жүйелі қамтамасыз етіп, балалардың денсаулыққа қатысты дағдыларын қалыптастырады.

Сонымен қатар тәрбиеші балаларға салауатты өмір салтының қарапайым ережелерін меңгерту арқылы денсаулық мәдениетін қалыптастырады. Педагогтің жеке үлгісі бұл үдерісте ерекше маңызға ие.

Қорытынды

Балабақшадағы денсаулық сақтау технологиялары – баланың физикалық және психологиялық саулығын қамтамасыз етудің маңызды педагогикалық құралы. Бұл технологиялар баланың денсаулығын сақтауға, қозғалыс белсенділігін дамытуға және оқу жүктемесін оңтайландыруға бағытталған. Тәрбиешінің мақсатты ұйымдастырылған жұмысы мен денсаулыққа қолайлы орта баланың үйлесімді дамуына негіз болады. Сондықтан денсаулық сақтау технологиялары мектепке дейінгі ұйым қызметінің ажырамас бөлігі ретінде қарастырылуы тиіс.

Пайдаланылған әдебиеттер

3. Смирнов Н.К. **Денсаулық сақтау білім беру технологиялары.** – Мәскеу: Академия, 2004.
4. Ковалько В.И. **Мектепке дейінгі ұйымдағы денсаулық сақтау технологиялары.** – Мәскеу: ВАКО, 2007.
5. Жұмабаев М. **Педагогика.** – Алматы: Ана тілі, 1992.
6. Құлжанова Н. **Мектепке дейінгі тәрбие.** – Алматы: Ана тілі, 1993.
7. Тілеубергенова А. **Мектепке дейінгі ұйымдағы дене тәрбиесі әдістемесі.** – Алматы, 2016.
8. Сәтімбекова Р. **Мектеп жасына дейінгі балалардың салауатты өмір салтын қалыптастыру.** – Алматы, 2019.
9. Әбдіғапбарова Ұ. **Мектеп жасына дейінгі балалар психологиясы.** – Алматы: Эверо, 2019.
10. *Мектепке дейінгі тәрбие және оқыту. Ғылыми-әдістемелік журнал.* – Алматы, 2022.
11. *Дене тәрбиесі және спорт журналы.* – Алматы, 2020.

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

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