

## БӨЛІМ: БАЛАБАҚША

## Балалардың салауатты өмір туралы түсініктерін толықтыру

<b>ЖАРИЯЛАНДЫ</b> 21.03.2021	<b>ТІРЕК СӨЗДЕР</b> ата-анаға кеңес, ата-анамен жұмыс, бала дамуы, балабақша, балабақша әдістемесі, балабақша бағдарламасы, балабақша қазақша, балабақша тәрбиешісі, балалар дүниесі, балалар ойыны, балалар тәрбиесі, балалар үшін, балалармен жаттығу, балалармен жұмыс, балалармен тәрбие, баланың дамуы, дамыту ойындары, ерте даму, ерте оқу, креативті тәрбие, қимылды ойындар, логопед, мектепке дейінгі тәрбие, ойын әдістемесі, педагогика, сенсорлық даму, сөйлеуді дамыту, тәрбие және оқыту, тәрбиеші, тіл дамыту	<b>СІЛТЕМЕ</b> <a href="https://bilimger.kz/92511/">https://bilimger.kz/92511/</a>
---------------------------------	--	---

Алматы қаласы. Жетісу ауданы.

КММ №103 санаториялық балабақшасы.

Тәрбиеші: Турлыбекова Шархан Абдезовна

**Тақырыбы:** Балалардың салауатты өмір туралы түсініктерін толықтыру.

Білім беру саласы: Денсаулық.

Оқу қызметі: Дене шынықтыру.

Тақырыбы: Балалардың салауатты өмір туралы түсініктерін толықтыру. Баланың жеке басының тазалығын сақтау жолдарын үйрету, жылдамдық және ептілік қасиеттерін дамыту. Денсаулық ережелерін күнделікті сақтауға баулу.

Ресурстар: кегель, геометриялық жұмсақ пішіндер кедір – бұдыр тақтайша.

Кіріспе бөлім:

Марш әуенімен балалар залға адымдап кіреді. Жүру түрлері:

1. Тізені өте жоғары көтеріп жүру.

2.Еңкейіп жүріп»чух-чух» деп дыбыс шығару.

3.Қол шапалақтап жүру.

4.Шеңберге бұрылып жанымен жүру.

5.Шеңбер сыртымен жүру.

Аяқтың ұшымен жеңіл жүгіру.Педагог белгісімен тура жәнекері жүгіру,адымдаумен кезектестіру,шеңбер жасап тұру.

Тынысын қалпына келтіру жаттығулары.

Шаттық шеңбері.

Аштың ба таңмен көзіңді,

Сілкін де сергіт өзіңді.

Шымырмен дене шынықтыр,

Бір мезет тізе бүгіп тұр

Бір мезет артқа шалқала,

Құс болып ұшып қанат қақ

Жоғары үш –төрт қарғы да

Иіліп еңкей алдыңа.

Негізгі бөлім.

Жалпы дамыту жаттығулары: «Көңілді ағаштар»

1. «Жел тұрғанда ағаштар қозғалады.Б.Қ. қолы төменде,аяқ бірге баспен оңға, солға,артқа,алға бұрылу.(4-5 рет)
2. «Билеген ағаштар» Б.Қ. қол белде, аяқты иық деңгейінде ажыратып,оңға, солға иілу(4-5 рет)
3. « Мықты тамырлар» Б.Қ. балалар малдас құрып отырып, аласа ағаш бейнесін келтіреді. Жел соққанда оңға солға қозғалады.
4. «Күшті дің»Б.Қ. балалар шалқасымен жатып,аяқтары бұтақтар болады,аяқтарын қозғалтады.(4-5 рет)
5. «Биік аласа ағаштар» Б.Қ. балалар аяқтарын қосып тұрады «биік ағаш» дегенде қолдарын жоғары көтереді, «аласа ағаш» дегенде отырады

.(4-5 рет)

6«Созылмалы тамырлар» Б.Қ. аяқты қосып,қолдары белдерінде қос аяқтап оңға солға

секіреді. (4-5 рет)

Тынысын қалпына келтіру жаттығулары.

1.Әтештің әні «ку – ка – ре –ку»

2.Қарға қарқылдайды «қар – қар – қар»

3.Марғау керіліп , бірнеше ретесінеу.

Негізгі қимылдар:

1.Кегельдер арасымен еңбектеу.

2.Кесек ағаштан аттап жүру.

3.Кедір- бұдыр тақтайша үстімен жүру.

Қимылды ойын.»Қара құлақ»

Шарты:Бір бала қазық болады,қозғалмай тұрады. Балалар жақындап келіп, мынау кім? Дейді.»ойбай бұл қарақұлақ қой» деп балаларқашады.Ұсталған бала қарақұлақ болады.

Қорытынды бөлім

Тыныш ойын:»Көпіршік жарылды» «Тарс» көпіршік үрлейміз»үп –үп –үп»

Педагог.Балалар денсаулық туралы кім мақал-мәтел біледі?

Санжар: Денсаулық зор байлық.

Димаш : Дені саудың – жаны сау.

Аружан: Сау дене азат ақыл,адал көңіл,

Үшеуімен бақытты болар өмір.

Педагог:Ауырмай деніміз сау болу үшінқандай ережелердісақтауымыз қажет.

Каусар:Үйде ванна душ болса,

Салқын сумен жуынғын.

Ыстық суға шомылсаң,

Суық суға шайынғын.

Уалихан: Дос бол сабын сумен сен,

Жиі қолды жуғын сен.

Таңертең де кешке де,

Жуғын күндіз түсте де.

Ажар:Мақсатыңды ақтап сен,

Дені сау болу қолыңда.

Тазалықты сақтап сен,

Ережені орында.

Педагог.Мінекей балалар, біз осы ережелерді сақтап,салауатты өмір сүрсек,деніміз сау болып өсеміз сондықтан әрқашан қозғалыста болып ,спортпен айналысу керек.

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

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