

БӨЛІМ: БАЛАБАҚША / ПСИХОЛОГИЯ

Психологиялық ойын жаттығулар жинағы

ЖАРИЯЛАНДЫ
05.07.2017СІЛТЕМЕ
https://bilimger.kz/16402/

АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

Аубакирова Гульзат**Психологиялық ойын жаттығулар жинағы****1. «Досдостыққа» сергіту ойыны (5 минут)**

Нұсқау: Қазір сіздер өте бір қызық ойынды ойнайсыздар. Ол үшін жасалатын қимылды тез-тез жасау керек. 5 секундтың ішінде өзіңізгесеріктесте ауып алыңыз да тез-тез онымен қолалысыңыз. Ал енді бір-бірімізбен «сәлемдесеміз»:

Оң қол оң қолмен!

Мұрын мұрынмен!

«Досдостыққа» деген бұйрықты естігенде жұптарыңызды айыр бастайсыздар.

Бүгін біз ой, сезім және мінез-құлық бір-бірімен қалай байланысты екендігін білеміз.

2. «Біз, біздің және оқушылардың құқықтары» коллективтік ойыны (10 минут)

Ең маңызды деген құқықтарыңды және өзіңді бейнелей отырып, бірлесіп сурет салу.

Талдау:

- Бірлесіп жұмыс жасау жеңіл болды ма?
- Өзіңді қандай күйде бейнеледің?
- Қандай құқықтарыңды сен ең маңызды деп есептейсің?

Құқықтарықаралады:

Өмірсүругеқұқығы.

Зорлық-зомбылықтыңкезкелгентүріненқорғануғақұқығы.

Оқуғақұқығы.

Баланыңөзісенімартатынересекадамнан, дәрігерден, милиционерден, ұстазданкөмексұрауынақұқығы бар.

Төңірегіндердіңсый-құрметінебөленугеқұқықты.

«Жоқ» дегенсөздіайтуғақұқықты.

Басқа да балалардыңжәнебасқаадамдардың да дәлосындайқұқықтары бар.

3. «Ақсақмаймыл» жаттығуы (5 минут)

Қатысушыларөздерінемін-еркінсезініп, жайғасыпотырады. Жүргізуші (психолог): «Қазір мен сіздергетапсырма берем, бұлтапсырманыменің «бастаймыз» дегенсөзіменкейінорындаймыз, «тоқтаймыз» дегенкездетоқтаймыз. Егерберілгенереженібелгілісебептерменбұзыпалсаңыз, бірретқолдышапалақтапбелгіберіңіз.Басқанәрсегеалаңдасаңыздаосылайжасаймыз» Ендібәрімізкөзіміздіжұмамыз да «Ақсақмаймыл» туралыойламаймыз. «Бастаймыз».

Талқылау:

1. Тапсырмаорындаубарысындақандайжағдайларкедергіболды?
2. Қандайәсералдыңыз?
3. Ойдыигерумүмкін ба екен?

4. «Мен - үйде» және «Мен — жұмыста» жаттығуы (10 минут)

Қазірсіздерпарақтыекібағанғабөліңіздер. Біріншібағанаға «Мен үйде» деп, ал екіншібағанаға «Мен жұмыста» депжазыңыздар. Осы екібағананысолжердегімінез-құлықтарыңыз бен жүріс -тұрыстарыңыздыжазыңыздар.

Талқылау:

1. Осы жағдайлардағымінез-құлықтарыңыз бен жүріс-тұрыстарыңыздыңұқсастықтары мен айырмашылықтарытуралықорытындыжасаңыз.
2. Қайбағананытолтырғаноңайғасоқты? Қайбағанакөптеуболды?

3. Не себепті айырмашылықтар болады?
4. Бұл бағанадағы жағдайлар сәйкес келу керек па? Неге?
5. **«Үш жыл» жаттығуы (15 минут)**
6. Бәріміз емін — еркін отырып, терең демаламыз.
Ешқандай нәрсе ойламауға тырысайық.
7. Елестетіп көріңіз, сіз өзіңіздің үш жыл өміріңіздің қалғанын білдіңіз. Бірақ осы үш жыл ішіндесіз ешқандай да ауырмай, деніңіз сауболып өмір сүресіз.
Сіз бұл хабарды естігенде қандай күйде боласыз?
Бірден болашағыңызға жоспар құрасыз ба әлде аз уақыт қалғанына өкінесіз бе?
Қағаз бетінетүсіріңіз.
8. Осы қалған өміріңізді кімдермен бірге сүрередіңіз? Қай жерде сүрередіңіз?
Жұмысыңызды жалғастырасыз ба? Осы уақыт аралығында не істеп үлгеру керек?
Осылардың барлығын қысқаша қағаз бетінетүсіріңіз.
9. Осы осы үш жылдағы өміріңіз бен қазіргі өміріңізді салыстырыңыз.
10. Қандай ұқсастықтар бар және қандай айырмашылықтар бар?
Сол өмірден бүгінгі өміріңізге не қосаредіңіз?

Қорытынды: Енді бұл «үш жыл өмір» — тек ойыну үшін жасалған жаттығуде қабылдап, олай данарылыңыздар. Бұлоыннан өздеріңізге не аларедіңіздер? Бұл жаттығуды жасай отырып сіз қандай тәжірибе жинақтадыңыз? Қағаз бетінетүсіріңіз.

Сергіту сәтінде балалардың көңіл-күйін дамытуға арналған психологиялық жаттығулар

1. **«Сәлемдесу» ойыны:** Қазір біз сендермен ойынойнаймыз, қимылды тез жасауларың керек. «Бастаймыз» деген белгі берілгенде, мен қалай амандасу керек екенін айтатын, сонда сендер бір-бірлеріңмен тез-тез амандасасыңдар. Әрадаммен әртүрлі амандасасыңдар. Сонымен, көзбен... қолмен... иықпен... құлақпен... тіземен... иекпен... өкшемен... арқамен.
2. **«Сантики, Фантики, Лимпопо».** Барлығы шеңбер бойымен тұрып, бір баланы таңдайды да бөлменің сыртына шығарады.
Шеңбердегі балалардың ішінен бір баланы жүргізуші етіп сайлайды, ол шеңбердегі балаларға қозғалыстарды көрсетіп тұрады.
Барлық ойыншылар жүргізушінің артынан көрсеткен қимылдарды қайталау керек.
Қимылдарды қайталаған кезде жүргізушіге қарамай, білтіртпей жасау керек.
Шеңбердегі балалар шапалақұрып, «САНТИКИ, ФАНТИКИ, ЛИМПОПО» деп айтып ойынды бастайды. Бөлме сыртында тұрған бала ойыншылардың дауыстарын естіп, бөлмеге кіреді де шеңбердің ортасын атұрып,

кім жүргізуші екенін табу керек. Егер жүргізушіні тапса,
жүргізуші есіктің сыртына шығады. Ойын сол ретімен жалғасып отырады.

3. **«Көңіл-күй неге ұқсас».** Ойыншылар олардың бүгінгі көңіл-күйлері неге (қай жыл мезгіліне, ауарайына, табиғаттың құбылысына) ұқсас екенін айтып береді. Ойынды үлкен дер бастаса жақсы болар еді: «Менің қазіргі көңіл-күйім көгілдіраспандағы жылы, жұмсақ күннің көзіне ұқсайды, ал сеніңше?». Жаттығу шеңбер бойымен жалғаса береді. Ойынның сонында жауаптар қорытындыланады, бүгінгі шеңберіміздегі балалардың көңіл-күйі қандай екен: қайғылы, көңілді, күлкілі, ызаланған т.б. Жауаптардың қорытындысын шығарған кезде, жамана ауарайы, суық, жаңбыр, түнерген аспан сияқты элементтер агрессивті, қобалжу күйлердің көрсеткіштеріне назар аударыңыз.

Мақала орындаған Аубакирова Гульзат

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

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