

Қимылдық ойындар

Қимылдық ойындар — балалардың физикалық дамуын қамтамасыз ететін, денсаулықты нығайтатын және көңіл-күйін көтеретін ойындар. Олар балаларды белсенділікке, қозғалысқа ынталандырады, сонымен қатар топтық жұмысқа үйретеді. Қимылдық ойындар баланың үйлесімді дамуын, моторикасын, шапшаңдығы мен шыдамдылығын арттыруға көмектеседі. Сонымен қатар, ойындар арқылы балалардың әлеуметтік дағдылары мен сергектігі дамиды.

Қимылдық ойындардың пайдасы:

1. **Физикалық дамуды жақсартады:** Қимылдық ойындар балалардың бұлшық еттерін нығайтады, икемділігін, тепе-теңдігін және үйлесімділігін дамытады.
2. **Қызығушылықты арттырады:** Балалардың ойынға деген қызығушылығын оятады және оларға ойын арқылы білім береді.
3. **Топтық дағдыларды дамытады:** Топпен ойнау балалардың ынтымақтастық, көмек көрсету және әлеуметтік дағдыларын жетілдіреді.
4. **Координацияны жетілдіреді:** Бұлшық еттер мен ми арасындағы байланыс қалыптасып, қозғалыс дағдылары дамиды.
5. **Эмоциялық тепе-теңдікті сақтайды:** Қимылдық ойындар балалардың көңіл-күйін жақсартады, стрессті төмендетеді және энергияларын дұрыс арнауға көмектеседі.

Қимылдық ойындардың түрлері:

1. Жүгіру ойындары:

- **«Кім жылдам?»:** Балалар белгіленген қашықтықты жүгіріп өтіп, бірінші болып келген бала жеңімпаз болады.
- **«Кім биікке секіреді?»:** Балалар кезекпен жоғарыға секіреді, ең биікке секірген бала жеңімпаз болады.

2. Шеңбердегі ойындар:

- **«Шеңберді ұста!»:** Балалар шеңбер құрып тұрады, бір бала сыртта жүріп, шеңбердің ішінде тұрған балаларды ұстап алуға тырысады. Ұсталған бала келесі кезекте болады.
- **«Шеңберде тұрып қимыл жасау»:** Балалар шеңбер жасап, бір-біріне қарап тұрады. Тәрбиеші кез келген қимыл жасап, балалар сол қимылды қайталайды.

3. Жұптық ойындар:

- **«Жұппен жүру»:** Балалар жұптасып, белгіленген жолда жүреді. Алдымен қатар, содан соң артынан жүруді сұрау арқылы түрлі қозғалыс қимылдарын көрсетеді.
- **«Бір-біріне көмектесу»:** Балалар бір-біріне қолдарын ұстап, бір қадамнан екінші қадамға өту үшін өзара көмек көрсетеді.

4. Құрылыс ойындары:

- **«Кубиктермен ойнау»:** Балалар кубиктерден түрлі пішіндер құрып, әртүрлі әрекеттер жасап ойнайды. Мысалы, құлап қалған кубиктерді қайта жинау үшін секіру, аулақ жүгіру және т.б.

- **«Тіреу және бағытты белгілеу»:** Балалар әртүрлі тұстарда орналасқан белгілерге жетіп, әр түрлі бағытта жүгіреді.

5. Секіру ойындары:

- **«Секіруге арқан»:** Бір бала арқанды айналдырып, қалғандары оның айналуынан секіруі тиіс. Ойынның мақсаты — ешбір бала арқанға тиіп кетпей, барлық балаларды айналдыру.
- **«Көлеңкеге секіру»:** Балалар көлеңкеге секіріп, белгілі бір мөлшерде қимыл жасап, түсті көлеңкеге жетуі керек.

6. Доппен ойындар:

- **«Допты ұста!»:** Балалар допты шеңберде ұстап тұрады, допты бір-біріне лақтыру арқылы жылдамдықты арттырады.
- **«Допты секіру»:** Балалар допты ұстауға және секіруге тырысады, әрбір допты төменнен жоғары қарай секіру керек.

7. Жыртқыш және аңшы ойындары:

- **«Қашып құтылу»:** Балалар жүгіріп, жыртқыштардан қашып жүреді. Жыртқыштар балаға тиген кезде ол қозғалмай тұрады.
- **«Жоғалған жануарды табу»:** Тәрбиеші балаға жыртқыштың тапсырмасын береді, ал балалар аңшы бола отырып, оған сәйкес қимылдар жасайды.

Қимылдық ойындарды ұйымдастыру кезінде ескеретін нәрселер:

1. **Жердің жағдайы:** Ойын алаңы тегіс, қауіпсіз және бөгеттерсіз болуы тиіс.
2. **Балалардың қауіпсіздігі:** Ойынның әр кезеңінде балалардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету керек. Балалар жарақат алмас үшін ойын шарттарын дұрыс орындауды үйрету керек.
3. **Құрал-жабдықтар:** Қимылдық ойындар үшін арнайы құралдар мен жабдықтар қажет болса, олардың дұрыс жұмыс істейтініне және қауіпсіздігіне көз жеткізу керек.
4. **Қатысушылардың жас ерекшелігі:** Ойынның қимылдары балалардың жас ерекшеліктеріне сәйкес болуы қажет. Шаршамайтын және тым күрделі емес ойындарды таңдау керек.

Қорытынды:

Қимылдық ойындар балалардың денсаулығын нығайтып қана қоймай, олардың әлеуметтік байланыстарын нығайтады, логикалық ойлауын дамытады және ұжымда жұмыс істеу қабілетін арттырады. Қозғалыс ойындары балаларды белсенді, күшті және шыдамды етеді. Мұндай ойындарды күнделікті өмірде жиі ұйымдастырып отыру баланың физикалық және психологиялық дамуына оң әсер етеді.