

«Серуен кезіндегі қимылдық ойындарды жинақтау»

Серуен – балалар үшін денсаулықты нығайту, физикалық дамуын жақсарту, табиғатпен танысу және көңіл-күйін көтеру үшін өте маңызды уақыт. Қимылдық ойындар серуен кезінде баланың көңіл-күйін жақсартып, оның физикалық белсенділігін арттырады. Сонымен қатар, серуен кезінде өткізілетін қимылдық ойындар балалардың координациясы мен ептілігін дамытуға, түрлі дағдыларды меңгеруге көмектеседі.

Мұнда серуен кезіндегі бірнеше қызықты және пайдалы қимылдық ойындарды ұсынамын:

1. «Кім тез жетеді?»

- **Мақсаты:** Балалардың жылдамдығын арттыру, денсаулықты нығайту.
- **Қалай ойнайды:** Балалар белгіленген нүктеден екінші нүктеге дейін жүгіріп, қайсысы бірінші жеткенін білуі керек. Ойынды бірнеше рет қайталауға болады.
- **Ережесі:** Балалар белгіленген сызықтан бастап жүгіріп, белгіленген нүктеге дейін жетеуі керек. Ұпай саналып, әр жеңістен кейін балалар демалып алады.

2. «Ұшты-ұшты!»

- **Мақсаты:** Балалардың ептілігін және қимылын дамыту.
- **Қалай ойнайды:** Балалар бір қатарға тұрады. Тәрбиеші немесе жетекші "Ұшты-ұшты!" дегенде балалар әртүрлі қимылдар жасап, жылдам орындайды. Мысалы, қолдарын жоғары көтеріп, төмен түсіру, аяқтарын кең қойып жүгіру, секіру және т.б. Қандай да бір қимылды бұзған бала ойыннан шығады.
- **Ережесі:** Тәрбиеші әртүрлі қимылдарды айтып, балалар сол қимылдарды орындау керек.

3. «Жануарлар мен оның дыбыстары»

- **Мақсаты:** Балалардың зейінін дамыту және қозғалыс дағдыларын жақсарту.
- **Қалай ойнайды:** Тәрбиеші балаларға жануарларды атайды, олар сол жануардың бейнесін жасайды. Мысалы, мысық болып жүру, қасқырдың қалай жүгіргенін көрсету, тышқанның қозғалысын қайталау.
- **Ережесі:** Тәрбиеші жануардың атын атайды, ал балалар сол жануардың қозғалысын, дауысын жасау керек.

4. «Қаппен жүгір!»

- **Мақсаты:** Балалардың жылдамдығын және төзімділігін арттыру.
- **Қалай ойнайды:** Балалар қап киіп немесе қапты қолдарымен ұстап, белгіленген жерге дейін жүгіріп жету керек. Ойын барысында балалар бір-бірінен алға шықпауға тырысады.
- **Ережесі:** Балалар қапты аяқтарына киіп, белгіленген нүктеге дейін жүгіріп, қайта келіп, келесі балаға жүгіріп барып тапсырады.

5. «Қолдың нұсқауы»

- **Мақсаты:** Балалардың ептілігін және жылдамдығын дамыту.

- **Қалай ойнайды:** Тәрбиеші балаларға әртүрлі қимылдарды көрсету арқылы нұсқайды, ал балалар сол нұсқауларды орындауы керек.
- **Ережесі:** Балаларға әртүрлі дене қимылдарын (қолды жоғары көтеру, солға бұрылу, секіру, т.б.) көрсетіп, балалар оны орындау керек. Алғашқы уақыттарда қимылдар жай болуы мүмкін, кейін уақыт өткен сайын күрделендіруге болады.

6. «Тас-су»

- **Мақсаты:** Балалардың қозғалыс жылдамдығын және төзімділігін тексеру.
- **Қалай ойнайды:** Балалар екі топқа бөлінеді. Бір топ «тас», екінші топ «су» болады. «Тас» тобының балалары басқа топтың балаларынан қашуы керек, ал «су» тобы оларды ұстауға тырысады.
- **Ережесі:** «Тас» тобы қуып, «су» тобының мүшелерін ұстап алады. Ұсталмаған бала «тас» тобының мүшесіне айналады. Ойынды бірнеше рет қайталауға болады.

7. «Алаңдағы футбол»

- **Мақсаты:** Балалар арасында топтық жұмысты, ептілік пен командалық рухты қалыптастыру.
- **Қалай ойнайды:** Балалар екі топқа бөлініп, футбол ойнайды. Топтар әртүрлі қақпаға допты соғып, жеңіске жетуге тырысады.
- **Ережесі:** Ойын екі команда арасында өтеді. Топтар арасындағы допты айдап, қарсы команданың қақпасына соғу қажет. Балаларға ешқандай арнайы құрал-жабдықтар қажет емес, алаңның көлемі қолайлы болуы тиіс.

8. «Таспен жарысу»

- **Мақсаты:** Балалардың қимылдық дағдыларын жақсарту, төзімділігін арттыру.
- **Қалай ойнайды:** Балалар тас немесе басқа да затты алып, сол затты белгіленген жерге дейін алып жүруі керек.
- **Ережесі:** Әр бала өзіне берілген тасты ұстап, белгіленген жерге жеткізіп, қайтып келу керек. Тасты түсірмей жеткізу міндетті.

9. «Көлеңкелі қақпа»

- **Мақсаты:** Балалардың ептілігін, реакциясын дамыту.
- **Қалай ойнайды:** Тәрбиеші екі нүкте арасындағы жолды көрсетеді. Балалар бұл жолмен қозғалатын кезде, тәрбиеші көлеңкені көрсету арқылы балаларды тандап, олардан белгілі бір әрекеттерді талап етеді (сүңгіреу, алға қарай жүгіру, еңкейіп өту).
- **Ережесі:** Балалар көлеңкелер бойынша жүруі немесе басқа әрекеттерді орындауы керек.

10. «Көңілді жорық»

- **Мақсаты:** Балалардың физикалық дамуын жақсарту.
- **Қалай ойнайды:** Балалар серуенде түрлі фигураларды жасап жүреді: секіру, жүгіру, бір аяқты тұрып тұру, жүру және басқа әрекеттер.

- **Ережесі:** Тәрбиеші балаларға әртүрлі тапсырмалар береді, мысалы, секіру, жүгіру, тағы басқа әрекеттерді орындау.

Қорытынды: Қимылдық ойындар балалардың физикалық дамуына әсер етіп қана қоймай, олардың көңіл-күйін жақсартуға, әлеуметтік дағдыларын дамытуға көмектеседі. Серуен кезінде бұл ойындар балаларды біріктіреді, олардың ептілік, жылдамдық және төзімділік сияқты қасиеттерін жақсартады. Ойындарды түрлі кезеңдерде өткізіп, әртүрлі деңгейде күрделендіріп отыру арқылы балалардың қызығушылығын арттырып, физикалық белсенділігін қамтамасыз етуге болады.