**Махмет Айбек Игеубайұлы**

*Дене тәрбиесі нұсқаушысы, Қарағанды қаласы, №91 негізгі орта мектеп, «БОТАҚАН» шағын орталығы*

**Мектепке дейінгі мекемелерде дене тәрбиесін ұйымдастыру әдістері.**

 Баланың бақытты болуы үшін, денінің сау болуы үшін үлкен қамқорлық жасауымыз керек. Дені сау баланың ақыл- ойы айқын, өз- өзіне сенімді, жан- жағына қуанышпен шаттана қарайтындай болуы шарт. Бала денсаулығының мықты болып, қозғалыс, дене құрылысының дұрыс жетілуі мектепке дейінгі кезеңде қалыптасады. Сондықтан , бала организімінің қызметін жетілдіру, қабілетін арттыру ең басты міндетіміз. Дене тәрбиесі балалардың ақыл- ой, адамгершілік, еңбек және эстетикалық жағынан тәрбиелеу жұмысын жүзеге асыруға, олардың сергек, шат көңілді және белсенді болуларына мүмкіндік тудырады. Балалар мекемелерінде дене тәрбиесінің мазмұны жүргізілуіне , дене жаттығулары, табиғаттың сауықтырушы күші, гигиеналық және әлеуметтік – тұрмыстық факторлар қолданылады. Дене жаттығуы- дене тәрбиесінің негізгі және ерекше құралы.

Балабақшаға таңертеңгі келген уақыттан бастап Күн тәртібі бойынша сауықтыру шараларын (Таңғы жаттығу, қимылдық ойындар, сергіту сәттері, серуен кезіндегі спорттық ойындар мен жаттығулар, спорттық мерекелер, ойын – сауықтар) өткіземіз. Дене шынықтыру оқу іс - әрекеті балаларды қимылға үйретудің негізгі қалыбы болып табылады. Ол әрбір жас топтарында аптасына 2 рет өткізіледі. Дене шынықтыруды өткізген кезде балалардың қулап жарақат алмауын көп қадағалауымыз керек. Бала организміндегі мүмкіндіктерін арттыра түсу үшін таза ауадағы дене шынықтыруға көп көңіл бөлеміз.

 Жас ұрпақ дұрыс өсіп жетілуі үшін денсаулығын күтуді үйрету, салауатты өмір салтын сақтап, өмір сүруге дағдыландыру.

Топта тәрбиеші жай қимылдайтын, әлжуаз балалармен үнемі жеке жұмыстар жүргізіп отырады. Балаларды сәби кезінен бастап қабылдап, үнемі сол балалармен жұмыс жасайтын болсақ, барлық баланың даму ерекшелігін, мінез – қылықтарының барлығын, не нәрсеге бейімділігін өте жақсы білуімізге болады. Орталықта денешынықтыру кезінде бала дұрыс қозғалыста болуы үшін жыл мезгілдеріне сай киіндіруге, демалыс күндерінде де үйде жаттығулар жасауды әдетке айналдыруды, ашық есік күні, мерекелік ертеңгіліктерге, түрлі спорттық ойындарға ата – аналардың белсене қатысып, қызығушылық танытуын ынтымақтаса жүргізген жұмыстарымыздың нәтижесі деп білеміз. Тобымызда «Әкем, шешем, мен» спорттық сайыс өткізіліп, ата – аналармен бірге ойындар ойнап, жаттығулар жасап, балаларымыз бір жасап қалысады. Орталық ауласы, бөлме тазалығы безендірілуі, балаларға ыңғайлылығы, әдемілігі, эстетикалық талғамдылығы жоғары болуы шарт. Неғұрлым ерте жатып, уақытымен таңертеңгілік тамағын ішіп, серуенге шығып ойнаған, жылы сөз, мақтау естіген, спортпен шұғылданған, шыныққан бала әрқашан да ауруға төтеп беретін, жігерлі, ақылды болып өседі. Бала денсаулығы жақсы, шыныққан, көңіл – күйінің жоғары, ынталы болуы үлкендерге, яғни ата – ана, тәрбиешіге, қоршаған ортаға байланысты. Іс әрекеті, технологияны ертеңгілі бойжазу. Сөз соңында Н.Назарбаевтың «Қазіргі заман талабына сай, жан – жақты жетілген, бойында ұлттық сана мен ұлттық психология қалыптасқан, имандылық әдебі, парасаты бар ұрпақ тәрбиелеу, өсіру, білім беру бүгінгі таңда отбасының балабақшасының, барша елдің, халықтың міндеті» екенін еске саламын. Мектеп жасына дейінгі балалармен жұмыстағы негізгі міндеттердің бірі – дене тәрбиесін дұрыс жүргізу болып табылады. Дене тәрбиесі – жалпы тәрбиенің құрамды бөлігі. Ол денені жетілдіруге, яғни денсаулықтың, дене дамуының және дене әзірлігінің жоғары деңгейіне жетуіне бағытталған. Ол тәрбиенің басқа түрлері – адамгершілік, эстетикалық, ақыл-ой, еңбек тәрбиелерімен байланысты. Сондықтан да біздің елімізде дене тәрбиесі үрдісінде жалпы тәрбие мақсатынан туындайтын педагогикалық міндеттер де шешімін табады.

 Мектеп жасына дейінгі балалар дене тәрбиесінің теориясы тәрбиелеу және оқыту процесінде баланың дамуын басқарудың жалпы заңдылықтарын танып біледі.Мектепке дейінгі жастағы балалар дене тәрбиесінің басты міндеті — өмір қорғау және денсаулық нығайту, балалардың орғанизмін шынықтыру болып табылады.Ал, жақсы денсаулық барлық органдар мен организм жүйелерінің нормаға сай жұмыс істеуімен анықталады. Өмірдің шапшаң қарқыны, ғылыми – техникалық прогресс, еңбектің алуан саласындағы сан түрлі шығармашылық іс-әрекет қабылдау, еске сақтау, ойлау процестерінің активтілігін, дәл және тез бағдарлауға және түсіп жатқан информация тудыратын реакцияға деген қабілетті талап етеді.

 Осыған байланысты сәби жастан бастап балалардың дене тәрбиесін дұрыс ұйымдастыру, денсаулығын нығайту және жан-жақты дамыту, мектепке және алдағы қоғамдық өмірге дер кезінде даярлаудыжүзеге асыру маңызды болып табылады.