

Ақтөбе қаласының білім бөлімі
Қалалық ғылыми-әдістемелік орталығы
«№24 «Аққу» мектепке дейінгі ұйымы» МКҚК

Ақтөбе қаласының білім бөлімінің
2018 ж. « 21 » 09
№ 682 бұйрығымен
бекітілді

Бағдарлама
«Денсаулық әліппесі»
(ортаңғы топ)

Бағдарлама негізі: Кареева Қ.А., Сламбекова Н.М., «Өмір қауіпсіздігін сақтау негіздері», Алматы: «Аруна», 2007 ж.

Құрастырған: Карамульдина Ж. И., тәрбиеші

№24 «Аққу» МДҰ педагогикалық кеңесі отырысында «Денсаулық әліппесі» бағдарламасы талқыланды.

Хаттама №1

«29» тамыз 2018 жыл

«№24 «Аққу» МДҰ» МКҚК меңгерушісі:



Садыкова А.К.

Қалалық сараптау комиссиясының отырысында «Денсаулық әліппесі» бағдарламасы мақұлданды және бекітілді.

Хаттама № 1

«18» 09 2018 ж.

Сараптау комиссиясының төрайымы:



(колы)

Есенжолова Ж.Ж.

(аты-жөні)

№24 «Аққу» мектепке дейінгі ұйымының
тәрбиешісі Карамульдина Ж.И. құрастырған
«Денсаулық әліппесі» бағдарламасына

Пікір

Мектепке дейінгі тәрбие – әр баланың өміріндегі ең жауапты кезеңдердің бірі. 4-5 жас аралығында бала интенсивті түрде дамиды, оның қозғалыстары қажеттіліктен туындайды. Бағдарлама мазмұны мектепке дейінгі мекемеде дене шынықтыру іс – шараларымен, музыка іс-шараларымен тығыз байланысты. Сонымен қатар, бағдарлама әр түрлі бөлімдерден тұрады, оның ішіндегі ең бастылары: денсаулығында ауытқушылығы бар балаларды дәстүрден тыс сауықтырудың тәжірибе жүзінде сынақтан өткен әдістерін пайдалану, емдік - сауықтыру іс-шараларын, балалардың қозғалыс әрекеттерін тиімді ұйымдастыру (жаттықтыру, жарыстар, әрекеттің басқа түрлерімен интеграцияланған мерекелер мен ойын-сауықтар, ұйқыдан кейінгі гимнастика, т.б). Осы бағдарламадағы қозғалыс әрекеттің барлық формалары баланың денсаулығына оң әсер етіп, төзімділігін арттыруға көмектесуі қажет. Мектепке дейінгі балаларды санитарлық гигиеналық тәртіпті ұйымдастыра білуге үйретеді. Баланың психологиялық және физиологиялық ерекшеліктері туралы білімін кеңейтеді, өз пікірін жеткізе білуге үйретеді. «Денсаулық аралы» бағдарламасы мектепке дейінгі балалардың бұлшықет күшінің, сезім мүшелерінің жұмысын, қабілеттерінің, қан айналымының қалыпты жұмыс істеуін және дамуын қалыптастырады. Мектепке дейінгі мекемелерде ортанғы тобында қолдануға ұсынылады.

«Өрлеу» БАҰО» АҚ филиалы
Ақтөбе облысы бойынша ПҚБАИ,
жаңа технологиялар және жаратылыстану ғылыми
(гуманитарлық) пәндерді оқыту
әдістемесі кафедрасының меңгерушісі,
п.ғ.к., доцент :



А.К. Дүйсенбаев

Түсінік хат

«Денсаулық әліппесі» бағдарламасы балалардың денсаулығын нығайтуды камтамасыз етуге, балабақша мен жанұя жағдайында шынығу әдістерін қолдануға негізделген. Бағдарламаның өзектілігі: «Денсаулық әліппесі» бағдарламасында дене тәрбиесін жүргізу жұмыстарының бастапқы кезеңіндегі қозғалыс жүктемелерінің тәртібі бойынша жылдам орындалатын жаттығулар, қозғалыс ойындары, жарыс элементтері бар ойындар, статистикалық ауыртпалығы бар жаттығуларға шектеулер қойылады. Бұлшықетті белсенді ететін және ішкі ағзаның қанайналымын жақсартатын жалпы дамыту жаттығулары, табиғи қозғалыспен байланысты жаттығулардың маңызы зор.

Бағдарламаның мақсаты: Балаларға денсаулық сақтау шараларының маңыздылығын түсіндіре отырып, денсаулығы зор тұлғаны тәрбиелеу.

Бағдарламаның міндеттері: балалардың денсаулығын нығайтуға бағытталған барлық іс-шараларды ғылыми негізделген және тәжірибе тұрғысында сыналған әдістермен бекіту. Педагогикалық ұжым мен ата-аналардың баланы сауықтыру бойынша қызметтің жаңа тиімді әдістерін іздену. Балалардың балабақша жағдайында бейімделуінің жағымды және жеңіл өтуін камтамасыз ету және ұйымдастыру. Дене тәрбиесінің әдіс-тәсілдері арқылы сауықтыру міндеттерін шешу. Балаларды өзінің денсаулығын күтуге, жауапкершілікпен карауға тәрбиелеу.

Күтілетін нәтижелер: балалар үшін: балалардың балабақша жағдайына бейімделуінің жағымды өтуі, санитарлық-гигиеналық дағдыларды орындай білуі. Қоғам үшін: болашақ ұрпақтың дене дамуының жақсаруы, денсаулық сақтау жұмысының артуы. Ата-ана үшін: балалардың денсаулығының нығайуы, өз-өзіне қызмет көрсету дағдысының қалыптасуы.

«Денсаулық әліппесі» бағдарламасының тақырыптық жоспары ортаңғы топ жасындағы балаларға арналып, 36 сағат құрылды. Оқу жұмыс жоспарының вариативтік компонентіне кіргізілді. Аптасына 1 рет жүргізіледі. Ұйымдастырылған оқу қызметінің ұзақтығы – 15-20 мин.

Тақырыптық жоспар

№	Тақырыбы	Бағдарламалық міндеттері	Сағат саны
1	Мен және менің достарым	Балалардың дене мүшелері туралы үйрету және әрбір дене мүшелерінің қажеттіліктерін түсіндіру. Әңгімелеу дағдыларын дамыту. Сыйластыққа тәрбиелеу.	1
2	Менің басым	Балаларды бас және бастың құрылысымен таныстыра отырып, құлақ, мұрын, ауыз, тіл және тіс туралы білім беру. Оларды күту дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
3	Біздің аяғымыз-біздің көмекшіміз	Балаларды дене мүшелерінің бірі - аяқ қызметіне түсінік беріп, таныстыру. Білімдерін жинақтау. Оларды күту дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
4	Біздің көзіміз-жанымыздың айнасы	Балаларға көз туралы білім беру. Көздің гигиенасы туралы айтып, түсіндіру. Күту дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
5	Ертеңгілік жаттығулар. Дене бітімі деген не?	Ертеңгілік жаттығулардың денсаулыққа пайдасы туралы айту. Бала денсаулығының басты кепілі-дене бітімі және жалпақтабан туралы мағлұматтар беру. Ертеңгілік жаттығуларды жүйелі жасауға дағдыландыру.	1
6	Біз қалай естиміз?	Балаларға құлақ және құлақтың құрылысын үйрету. Құлақтың қажеттілігін түсіндіру. Оның гигиенасы сақтау дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
7	Мұрын не үшін қажет?	Балаларды тыныс алу мүшелерімен таныстыру. Адам ағзасына ауаның өту жолын үйрету. Оларды күту дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
8	Біздің көңілді беторамалымыз	Баланың жеке басының тазалығын сақтаудың жолдарын үйрету. Мұрындарын тазалап, қол жуып жүру дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
9	Тілдің қызметі	Тілдің дәм айыру аймақтарын көрсетіп, үйрету. Тамақтанғанда тілдің қызметін айту, түсіндіру. Күту дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1

А.М.

10	Бір бірімізбен танысайық	Киген киіміне қарап, дене мүшелеріне салыстыру арқылы қыз немесе ұл бала екенін түсіндіріп, үйрету. Тазалық сақтау дағдыларын дамыту. Қамқор болуға тәрбиелеу.	1
11	Тіс және тістің гигиенасы	Баланың жеке басының тазалығын сақтаудың жолдары: кол жуу, тіс тазалау туралы үйрету. Ұқыпты және жүйелі түрде тісті тазалау және қолды жуу дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
12	Тіс щеткасы, тарак	Балаларға тіс щеткасының қажеттілігін тарактың қолданысын түсіндіру. Қолдана білуді үйрету. Гигиена дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
13	Теріміз қалай сезеді?	Балаларды дене тәрбиесінің маңыздылығымен таныстыру, емдік пайдасын үйрету. Теріні күту дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
14	Тамақтану	Тамақтану түсінігінің маңызын ашу. Бала денсаулығын нығайтудағы дәрумендердің ролін көрсету. Тамақтану кезіндегі мәдениет этикеті дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
15	Қаңқа,буын, бұлшықет	Балаларға қаңқа суретін көрсетіп, бұлшықеттер туралы үйрету. Тік жүру дағдыларын дамыту. Әсемдікке тәрбиелеу.	1
16	Неге адамдар түнде ұйықтайды?	Ұйқының адам денсаулығы үшін маңызын үйрету. Ұйқы күн тәртібінің құрамды бір бөлігі деген түсінік қалыптастыру. Денсаулық сақтау дағдыларын дамыту. Дене шынықтыруға деген қызығушылықтарын тәрбиелеу	1
17	Біздің денсаулығымызға не керек?	Балалардың денсаулыққа қажетті заттар туралы білімдерін бекіту. Денсаулық сақтау дағдыларын дамыту. Жауапкершілікке тәрбиелеу.	1
18	Алақай, алақай!	Тыныс алу жолдарын жаттықтыруға үйрету. Денсаулық сақтау дағдыларын дамыту. Дене шынықтыруға деген қызығушылықтарын тәрбиелеу	1
19	Көмекке келу	01, 02, 03, 04 телефон қызметін түсіндіру, үйрету. Көмек беру дағдыларын дамыту. Жанашырлық пен ұқыптылыққа тәрбиелеу.	

М.М.М.

20	Медбике бөлмесіне экскурсия	Тазалықты сатап, ауырмауға тырысуға үйрету. Ол үшін қажетті заттар мен құралдар туралы білімдерін бекіту. Денсаулық сақтау дағдыларын дамыту. Дене шынықтыруға деген қызығушылықтарын тәрбиелеу.	1
21	Табиғатпен достасайық	Балаларға флора және фауна туралы мәлімет беру. Өсімдік пен жануарлар дүниесіне деген жауапкершілік және ұқыптылық қарым-қатынасты дамыту. Қамқорлыққа тәрбиелеу.	1
22	Мен және менің денсаулығым	Балаларға өз денсаулықтарын күту ережелерін үйрету. Пайдалы тағамдарды қолдануға дағдыландыру. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
23	«Мен үйдемін...»	Балаларға үйдегі қауіпсіздік ережесі туралы түсінік беру. Өз денсаулығын күтуге дағдыландыру. Ұқыптылыққа тәрбиелеу.	1
24	Қыз бала	Қыз бала туралы түсіндіру. Киім түрлерін ажырата білуге үйрету. Тазалық сақтау дағдыларын дамыту. Сыйластыққа тәрбиелеу.	1
25	Ер бала	Ер бала туралы түсіндіру. Киім түрлерін ажырата білуге үйрету. Тазалық сақтау дағдыларын дамыту. Сыйластыққа тәрбиелеу.	1
26	Менің отбасым	«Отбасы» туралы түсінік беру. Баланың үлкенді сыйлау, кішіге қамқор болу, жауапкершілік сезімдерін дамыту. Сыйластыққа тәрбиелеу.	1
27	Әлди-әлди, бөпешім	Өзінен кіші бауырларын күтуге үйрету. Балалардың жаттығуды дұрыс орындау дағдыларын дамыту. Сыйластыққа тәрбиелеу.	1
28	Күлкі -көңіл ажары	Адам денсаулығын сақтап, нығайтудағы көңіл-күйдің тигізетін әсері жайлы білімдерін қалыптастыру. Балаларды үнемі ақжарқын, көңілді жүруге дағдыландыру. Сыпайылыққа тәрбиелеу.	1
29	«Ну, погоди !» мультфильмінен үзінді.	Балаларды тазалыққа, ұқыпты болуға үйрету. Жаттығу дағдыларын дамыту. Дене шынықтырумен айналысуға тәрбиелеу.	1
30	Досыма көмек	Пайдалы астарды тандай білуге үйрету. Аттарын ажырату дағдыларын жетілдіру.Тазалыққа тәрбиелеу.	1

31	Су - тазалық көзі	Балаларға судың денсаулыққа пайдасы туралы үйрету. Оны пайдалану ережелерін түсіндіру. Суды қорғау дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
32	Кел, ойнайық!	Балаларды музыканы тыңдай отырып, қимылдай білуге үйрету. Қимыл-қозғалыс дағдыларын дамыту. Шапшаңдыққа тәрбиелеу.	1
33	Күн және ауа.	Күн және ауа туралы білім беру. Гигиена дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
34	Көңілді сәт-викторина.	Балалардың алған білімдерін бекіту. Гигиена дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
35	Біз қонаққа барғанда.	Қонаққа барғанда өздерін ұстау ережілерін үйрету. Тазалық дағдыларын дамыту. Сыпайылыққа тәрбиелеу.	1
36	Дәрігер Салауаттың сұрақтары.	Жыл бойына алынған білімдерін бекітіп, қайталау. Гигиена дағдыларын дамыту. Тазалыққа тәрбиелеу.	1
Барлығы:			36

М.А.

Қолданылған әдебиеттер :

1. Кареева Қ.А., Сламбекова Н.М., «Өмір қауіпсіздігін сақтау негіздері», Алматы: «Аруна», 2007 ж.
2. Ахметов Ш.А., «Қазақ балалар әдебиетінің хрестоматиясы», Алматы: «Арман ПВ», 2009 ж.
3. Елубаев Е. Н., «Жарты ғасырдың алтын қоры», Алматы: «Өлке», 2007 ж.
4. Карбозин Ж. И., «Ертегілер, жұмбақтар», Алматы: «Аруна», 1992 ж.
5. Коркин В.П., Митянина В.И., «Қызықты кітап», Алматы: «Айғайтас», 2010 ж.
6. Муканова Ж.Т., «Бүлдіршіндермен қызықты әңгімелер», Көкшетау: «Келешек», 2011 ж.
7. Нүсіпбекова М.С., Сейлғазина Н. К., «Валеология», Алматы: «Алматыкітап», 2007 ж.
8. Нұртазина Р.Б., Сейсенова А.Д., «Мен оқимын, ойнаймын, ойлаймын», Алматы: «Арман ПВ», 2009 ж.
9. Нуждина Т.Д., «Энциклопедия для малышей», М: Просвещение, 1998 ж. -
10. Петровская О., «Адам денесі», Алматы: «Аруна», 2008 ж.
11. Смақов Ж.Б., «Өлеңдер, тақпақтар, ойындар», Алматы: «Аруна», 1992 ж.
12. Шелипова С.И., «Валеология», Алматы: Арман ПВ, 2006 ж.