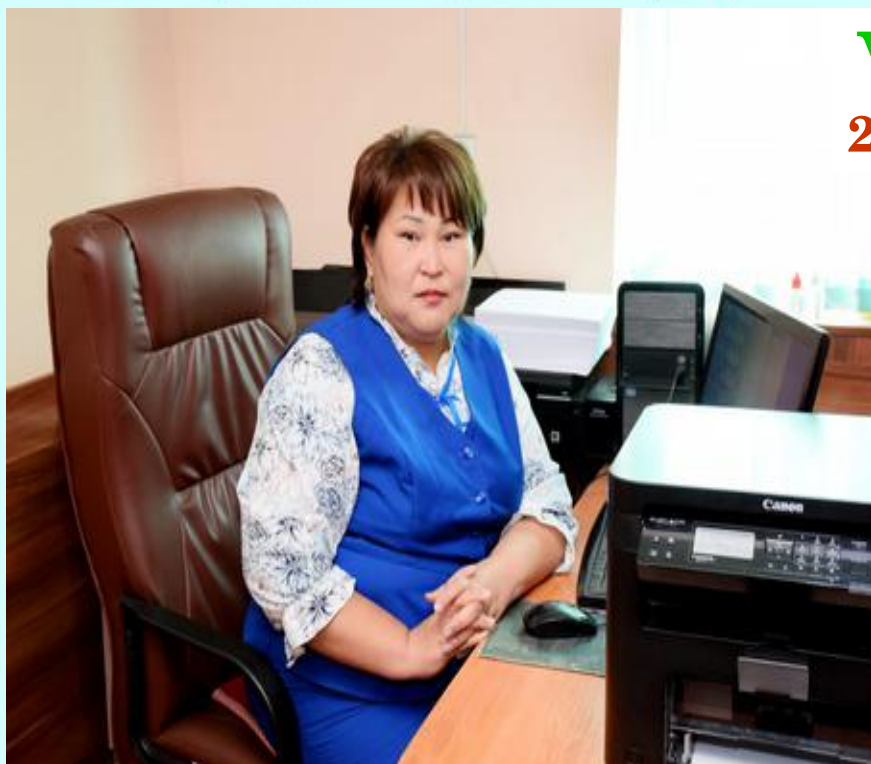


РЕСПУБЛИКАЛЫҚ ЖУРНАЛ

БІЛІМ ЖОЛЫ НҰРЛЫ ЖОЛ



Білім беретін, ғылыми, танымдық, жарнамалық басылым



V00032

28.09.2020 ж

2

0

2

0

**ТАГАЕВА
РАЙХАН**

ОЛЖАБАЕВНА

*Түркістан облысы, Отырар ауданы,
Шәуілдір ауылы «Балдырған-1» балабақшасы
Жоғары санатты әдіскер*

РЕСПУБЛИКАЛЫҚ ЖУРНАЛ

БІЛІМ ЖОЛЫ НҰРЛЫ ЖОЛ

28.09.2020 ЖЫЛ | № V00032

**Білім беретін, ғылыми,
танымдық, жарнамалық басылым**

МББ аты: «БІЛІМ ЖОЛЫ НҰРЛЫ ЖОЛ» журналы

МББ тілі: қазақша, орысша, ағылшынша

Шығу жиілігі: айына 1 рет Тарату аумағы: Қазақстан Республикасы
Меншік иесі: «Қаламгер ТЕН» ЖШС Алматы қаласы Редактор: Нагиев И. Б.
Негізгі тақырыптық бағыты: білім беретін, ғылыми, танымдық, жарнамалық

«БІЛІМ ЖОЛЫ НҰРЛЫ ЖОЛ» журналына жарияланған ақпараттардың
авторлық құқы ақпарат авторына тиесілі, редакция жауапты емес.
Жарияланған ақпарат авторларының пікірлері редакция көзқарасын білдірмейді.

Журнал ҚР Мәдениет және ақпарат министрлігінің Ақпарат комитетінде тіркелген.
Куәлік № KZ37VPY00015077. Нұр-Сұлтан қаласы. 19.09.2019 жыл

Тапсырыс: 562 Таралымы: 3000 дана.

Журнал «Қаламгер ТЕН» ЖШС баспаханасында басылды.

Алматы қаласы – 2020 жыл Телефон: 8 777 055 0590



МАМАНДЫҒЫМ МАҚТАНЫШЫМ

**Түркістан облысы, Отырар ауданы, Шәуілдір ауылы
«Балдырған-1» балабақшасы
Жоғары санатты әдіскер: Тагаева Райхан Олжабаевна**

Кіріспе.

Менің бала күнгі арманым кішкентай бал тілді балалармен жұмыс жасау болатын өзімді балалардың ортасында бақытты сезінемін менің мамандығым менің мақтанышым даңқымды асқақтататын арманымның ең биік шыңы. Мен осы таңға дейінгі 24 жыл еңбек жолымды педагогикалық саласына арнап келемін.

Балабақша менің хан сарайымдай ыстық балалар махаббатқа толы жүзбен қарағанда мен мамандығым ризашылығымды білдіремін. Әр күні олардың сүйкімді жүзін көргенде еріксіз күлімсіреймін. өйткені олар мені қуана қарсы алады. Қуанышын жасыра алмай еркелей алдыма келеді. Бір үйдің үміті, шырағы, аяулысы, ардағы, еркесі, бұзығы, қызығы. Мен олармен бірге жүрсем, балаша қуанып, мына өмірге балаша қарағым келеді. Осынау мамандықтың қызығы мен қиындығын өзі бала ортасында жүрген жан ғана түсіне алады. Жер бетінде тәрбиеші алдын көрмеген адам кем де кем, мүмкін бұл мамандық содан киелі шығар. Балаларды ойлау, оларға қамқоршы болу, оларды сүйу – бұл әр адамның басына берілмеген ең ғажап сезім. Тәрбиешілердің ең кереметі – өз махаббатыңды балаларға сыйлау. Мен осы сезімді өмірге рахаттана қосамын және балаларды осы сезімде болуға үйретемін. Көңілі көктем, сезімі сел боп аққан адамның мейірімділік әлеміне қатысты сезіп-білгендерін, рухани дүниесіне жиған-терген жауһарларын жер-жаһандағы барша жанмен бөлісу үшін алып-ұшып тұратыны белгілі.

«Тәрбиеші деп мамандықты оқып, қолына диплом алған адам емес, тәрбиеші деген ол осы ұлағатты есіммен бірге жасайтын ұлы тұлға. Мамандыққа деген сенімділік сирек кездеседі, ол тек соған құрбан еткенде ғана дәлелденеді.» Біреулер мақсатты түрде тәрбиеші болады, олар мектеп табалдырығынан бастап осы мамандықтың құндылығын түсініп, сол мақсатқа жетуге бар күшжігерін салады. Біреулер үшін бұл жол-қиын да соқтықпалы болуы мүмкін. Бұл тағы бір мұғалім мамандағының әмір екенін дәлелдейді.

Менің мамандығым мектепке дейінгі ұйымда тәрбиеші. Мамандықты таңдау үшін, адам ең алдымен өзін, өз бейімділігін тануы қажет. Мамандық таңдау деген өзің айналысқың келетін жұмысты таңдау ғана емес, өзін араласқын келетін ортаны да таңдау. Қазақ «Адам екі түрлі жағдайда қателеспей керек: бірі — жар таңдағанда, екіншісі мамандық таңдағанда» деп бекер айтпаса керек. Абай ағамыз айтқандай: «Неге арналсаң, соны істе» деп, қашанда адам өмірден орнын өз таңдауымен тапқан жөн.

Мынау көп салалы өмірде мамандықтың түрі кәп. Ең бастысы – адам еңбекке қабілетті, зейінді болуы қажет және оның мамандығы өзі өскен ортаға маңызды, бағалы үлес қосатындай болуы шарт. Өз ісіне сенімді, дұрыс таңдаған адам ғана жетістікке жетеді. Адам еңбегінен қуанышын таба білсе, бойына жаңа күш қосылып, еңбекке деген шабыты арта түседі. Зор ықылас, шабытпен істеген іс–табыс биігіне жеткізетін қанат. Мен өзімнің ұстаздар әулетінен шыққанымды мақтан етемін, себебі, алғаш мектеп табалдырығын аттап, алғаш рет қолыма қалам ұстаған күннен бастап, менің арманым мұғалім болу еді. Қазір мен өз арманымға жеттім және маған дәріс берген ұстаздарыма, ата-анама алғысым шексіз. Тәрбиеші бейімділігі, дарындылығы көбінесе балалардың тағдырын шешеді.

Әр мамандықтың өз қиындығы, өз қызығы бар. Менің мамандығым–тәрбиеші. Тәрбиеші жұмысы күрделі де, қызықты да, жауапты.

Тәрбиеші жан–жақты болса ғана, өз маманының ұстасы болады деп ойлаймын. Тәрбиеші - жай ғана мамандық емес. Ол адам бағдарын жасаушы, келешек ұрпақтың сәулетшісі. Бұл ұл сөздің астында тәрбиеші мамандығының үлкен жауапкершілік иесі екендігінің айқындап тұр. Жауаптылығы сол - Отанға лайықты тұлғаларды қалыптастыруды ең алғашқы баспалдағы, қызықтысы-жас бүлдіршіндермен араласып, олардың тәтті қиялынын туындайтын әр сөзіне, балаң көңілінен ұштасып жатқан іс әрекеттерін тамашалаудың өзі бір ғанибет. Мамандығы өзі өскен ортаға маңызды, бағалы үлес қосатындай болуы шарт. Өз ісіне сенімді, дұрыс таңдаған адам ғана жетістікке жетеді. Адам еңбегінен қуанышын таба білсе, бойына жаңа күш қосылып, еңбекке деген шабыты арта түседі. Зор ықылас, шабытпен істеген іс–табыс биігіне жеткізетін қанат. Абай атамыз айтқандай: «Неге арнасаң, соны істе» деп, қашанда адам өмірден орнын өз таңдауымен тапқан жөн. Мамандық таңдау деген өзің айналысқың келетін жұмысты таңдау ғана емес, өзін араласқын келетін ортаны да таңдау. Өйткені бала – кіршіксіз пәк, тап-таза мөлдір бұлақтың бастауын, көзін ашып тұнығуына қону үшін қаншама қиын да, қызықты еңбек пен тер төгу керек. Тәрбиеші бала жанының бағбаны. Тәрбиеші деген сөздің мағынасына үңілсек, мақсаты тәрбие беру екенін түсінеміз. Тәрбиешіге арналған жүк жеңіл еместіне кәзіміз жетіп отыр. Балабақшада дұрыс тәлім - тәрбие бере алсақ, ол ертең мектепке барып саналы түрде сапалы білім алуға тырысады. Соның нәтижесінде елін сүйген азамат болып шығады. Мен бірнеше бала тәрбиелеп жатырмын, олар өсе келе, бірнеше мамандық иесі болып шығатынына сенімім мол. Болашақ заңгерлерді - әділдікке үйрету, дәрігерлерді - жауапкершілікке баулу, мейірімділікке үйрету, құрылысшыларды - нақтылыққа тәрбиелеу – барлығы тәрбиешінің қолында. Сондықтан да өз бойымызда әділдік те, мейірімділік те, жауапкершілік те болу қажет. Тәрбиеші жұмысы – оңай жұмыс емес. Бірақ абыройлы, сыйлы. Жақсы тәрбиешіні балалар ешқашан ұмытпайды. Жер бетінде тәрбиеші алдын көрмеген адам кем де кем, мүмкін бұл мамандық содан киелі болғаны шығар.

Таңғажайып балалар әлемімен тереңірек танысып, өз өмір тәжірибемнің мейірімінің дәндерін қондыру — менің жұмысымның мәні деп ойлаймын. Балалармен жұмыс жасау мен үшін үлкен бақыт. Себебі, тек қана бала ешнәрсеге алаңдамай мейірімділікке сенеді, кішкентай алақанын менің алақанымға қойып, өз құпияларын маған айтады. Пәк көңілді балалармен қарым-қатынас маған қуаныш, шаттық сыйлайды. Өйткені, мен оларға, олар маған қатты сенеді. Менің бақытты болуым, осы балаларымның сенімінің арқасы. Мен балаға деген ыстық ықыласын бір сөзбен айтып көрсетіп қана қоймай, бар жүрегімен және жан -тәнімен сезіне білемін. Жұмысым күрделі де қызықты. Шынымды айтсам, кейде жұмыстан үйге келгенде қатты шаршағанымды сеземін. Өйткені балалармен Өткізген күнімді ой елегінен өткізсем олардың ақжарқын сәбилік жүректерін, тәп-тәтті қылықтарын, маған қарағанда үміт толы көздерін бәрін есіме алсам шаршағанымнан құлан таза айғып кетемін. Осы бір «Балалар әлемінің теңізіне» бір бойласам, ешқашан өз мамандығымды өзгерткім келмейді. Өйткені, бала-пәк, бала тап-таза мөлдір бұлақтың бастауы сияқты. Көзін ашып, тұнығына қану үшін тәрбиешіде жылы жүрек, аялы алақан, мейірімді жылы жүз керек-ақ.

Тәрбиеші баланы ғана емес ата-ата ананыда тәрбиелей алады Жалпы әрбір адам тәрбиеші болу үшін – өзі тәрбие көрген, сол тәрбиені өзі ұғынғаны жөн. Тәрбиенің отанында тәрбиеленген адам ғана айналаны, қоршаған ортаны тәрбиелей алады. Тәрбиелі ұрпақ елімізге ауадай қажет. Себебі тәрбиелі ұлттың тамыры тереңге бойлап, қаланған іргесі қандай ауыртпалық түсседі құламайды. «Адамды тәрбиелеу – демек оның ертеңгі қуанышқа ие болатын келешек жолын тәрбиелеу»- демекші біз балаларымыздың болашағына, тәрбиесіне жауапты жандармыз. Мектепке дейінгі ұйымдардағы жұмыстардың басты бағыты оқу тәрбие процесін жүйелі жоспарлау, жаңа инновациялық технологияларды ендіре отырып балаларды дамытудың тиімді жолдарын қарастыру. Балабақшадағы балалармен жұмысқа жетекшілік ететін бірден – бір адам, ол – Педагогикалық үрдістің тиімділігі тәрбиешілердің өз ісін сапалы орындауымен анықталады. Сондықтанда тәрбиеші мектеп жасына дейінгі балаларды оқыту, тәрбие және дамыту әдістемелері жағынан білікті болуы керек. Тәрбиеші өз жұмысын ғылыми негізде теориялық тұрғыда сауатты жүргізе білсе, болды.

Тәрбиешінің өмірден алған тәжірибесі, қабілеті, адамгершілігі, қарапайымдылығы, мінез – құлқы әлдеқайда жоғары деңгейде болуы тиіс. Ол қандай қиын жағдай болсын, кедергілерге қарамастан балалармен тікелей тынымсыз жұмыс жасайды.

Тәрбиешінің бір бойында бірнеше қызмет бар. Ол жаңа үрдісте заманауи технологияларды енгізу арқылы ұйымдасқан оқу қызметі, семинарлар, ғылыми жұмыстар мен және тағы да басқа сайыс – байқауларды ұйымдастырып өткізуші, басқару арқылы нәтижелерге қол жеткізуін қолдаушы болып танылады. Тәрбиеші – жүрегі жақсылық пен жаңалыққа толы ұлы тұлға.

Сол бойындағы барлық білім мен білікті, тәрбиені баланың жүрегіне жеткізу үлкен қасиет.

Тәрбиеші тәрбиесін шын қабылдаған бала болашақта сәзсіз ұлы тұлғаға айналады. Ұлы Абай атамыз:

«Ақырын жүріп, анық бас,

Еңбегің кетпес далаға,

Ұстаздық еткен жалықпас,

Үйретуден балаға!» – деп жырлап кеткендей, әрбір ұстаз бұлақ түбінен асыл тас іздегендей балаға мән мен мағынаға толы білімді үйретуі керек. Бүлдіршіндерді тәрбиелеуде, тәрбиешілердің осындай қым – қуат тіршіліктен шаршамай, талмай еңбек етіп, кішкентай бүлдіршіндеріміздің бойына ізгілік, мейірімділік, қайырымдылық, адамгершілік сіңіріп, өз – өзіне деген сенімділікке тәрбиелеуде тәрбиешілер шешуші рөл атқарады. Мен өзімнің әріптестеріме жаңа инновациялық, әдістемелік көмек беріп, оларға мейірімділікке, шыдамдылыққа, кешіре білуге бағыт беріп келемін. Қызметтестеріммен тең жағдайда сырласып, тыңдап, мен өз балабақшамның жұмысын жетілдіріп, жоғары деңгейде көтере алатыныма сенемін.

Қорытынды

Ал енді мамандығымды қорытындылай келе көпнарсеге ойға түйе отырым алға қойған мақсаттарыма жететініме сенімдімін. Менің тәрбиешілік қызметімнің нәтижелігі өзге де педагогтардың өзін – өзі тануға ықпал жасау. Әрбір маман шығармашылығын, шеберлігін, талантын жаңғыртып, өз ісінің шебері атанса және оны балалармен жұмыста көрсете алса мен оны еңбегімнің жемісі деп түсінемін.

«Ел есінде бір жыл қалғың келсе - ас бер, он жыл қалғың келсе - ағаш отырғыз, ал мәңгі қалғың келсе - бала тәрбиеле» дейді дана халқымыз. Баланың ой - өрісін дамытуға, олардың қиялына қанат бітіріп, тіл байлықтарының молаюына біздің тәрбиешілердің сіңіретін еңбегі орасан. Сондықтан да Сөзіміз – түзу, Еңсеміз – биік, Рухымыз – мықты болсын десек бірегей тәрбиеші мамандығын ұлықтай білейік. Ұрпағымыздың тамырына нәр беретін мамандық екендігін естен шығармайық әріптестер.

«Білерім - бір тоғыз, білмейтінім - тоқсан тоғыз» демекші, білген сайын білмейтінін көп екенін ұға түсініп жүрмін. Сондықтан да шығар белестерім әлі алда деп ойлаймын. Білімді кеңейтіп, тәжірибе жинау алдымда әлі де алдымда. Білімді ешқашан өзін білгіш қып кәрсетуге тырыспайды. Шын білімдінің зейін - зердесі кең, алыстан қарасаң - кербез, жақыннан қарасаң - кішіпейіл. Жүзіне үңілсең - мейірімді, жанына үңілсең - шуақты көрінбек. Міне, осындай кербез, кішіпейіл, мейірімді, шуақты тәрбиеші атансам – мамандығымнан асқан мақтанышым жоқ.

* * * * *

БІЛІМІМДІ ЖЕТІЛДІРУ, ЗАМАН ТАЛАБЫ

**Түркістан облысы, Отырар ауданы, Шәуілдір ауылы
«Балдырған-1» балабақшасы
Жоғары санатты әдіскер: Тагаева Райхан Олжабаевна**

Ұстаз - өз білімін үздіксіз жетілдіріп отырғанда ғана ұстаз, ал оқуды, ізденуді тоқтатса оның ұстаздығы да жойылады. **К.Д.Ушинский.**

Тәрбиеші болу мен үшін үлкен бақыт, үлкен мақтаныш. Біз өмір сүріп отырған бүгінгі дәуір жаңашыл көзқарасты, жаңашылдықты талап етеді.

Кәзіргі заман ұстазы, тек өз мамандығының терең білгірі болу емес, тарихитанымдық, педагогикалық-психологиялық сауатты, саяси экономикалық және ақпараттық коммуникациялық білімді және технологияны жан-жақты меңгерген ақпараттық құзырлы маман болуы керек. Мен өзімнің білімді әрқашан шыңдап одан әрі дамытып, жетілдіріп отырамын. Біліктілігімді арттыру үшін педагогтарға арналған, «Мектепке дейінгі ұйымдарда білім беру процесін жобалау», «Мектепке дейінгі оқыту және тәрбиелеудің заманауи технологиялары, білім берудің инновациялық тәсілімдемесі» т.б осындай курстарын оқып, үйрендім. Жаңа ХХІ ғасырға жаңа заман талабына сай білімді-білікті ұрпақ өсіп келеді. Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың теориялық негіздерін жаңаша айқындау және бейімдеу үшін осы саладағы әлемдік ғылыми зертеулер тәжірибесін ұсыну идеялары негіз болған 4К моделін (командада жұмыс істеу, коммуникативтілікті дамыту, сыни ойлау креативтілік) осы оқыған курс барысында ұғындым.

Өзімнің тәжірибеме сүйене отырып «Мен қалай басқара алдым, өзімді қалай өзгерттім» циклограмма мен ұйымдастырылған оқу қызметін қалай жоспарлауды, оқу қызметін ойын арқылы өтуді үйрендім. Ұйымдастырылған оқу қызметіндегі мақсатты SMART мақсатқа айналдырып үйрендім. SMART мақсат – нақты, өлшемді, қол жетімді, нақты нәтижеге бағытталуы, уақытпен шектеліп және өте тиімді жоспарлауға, оқу қызметінде нақты мақсат қоюға, баланың ерекшеліктерін анықтауға, мақсатқа қалай өзгеріс енгізуді түсіндім. Ойын арқылы оқу баланың оқу назарын аудару, танымдық қызығушылығын арттыруға тікелей ықпал ететінін білдім. Балаларды оқыту мен тәрбиелеудің негізгі мақсаты ойын болғандықтан педагог жетекшілігімен жүргізілетін ойын, еркін ойын, құрылымдалған ойын түрлері оқу мақсатына сай таңдадым. Егер үйреніп жатқан белсенді әдіс-тәсілдерді қолдана білсем, онда балаларды сыни тұрғысынан ойлау қабілеттерін дағдыландырамын. Яғни, «Не үшін?», «Қалай?», «Неліктен?» деген сұрақтарға жауап іздей бастаймын.

Тәрбие мен оқытуды жетілдіруде «Бала үні» ескеру аса маңызды. Бала азамат тұлға ретінде өз ойын еркін айтуды бала кезден пайдалана білуге дағдыландырамын. Балалардың зерттеу нәтижелері бойынша, саралап

оқытудың тиімділігі бұл әдістің оқуда әртүрлі қиындықтары бар балалардың немесе қабілетті, дарынды балалардың оқуына пайдалануға болатынын білдім. Қарым-қатынасқа түсе алмайтын балаларға «диалогті оқу» яғни әңгімелесу дағдыларын қалыптастырады.

Мектепке дейінгі білім беру мекемелерінің тәжірибесінде бақылау маңызды орын алатынын білдім. Енді осы бақылауды қолға алып, балаларды бақылау арқылы қажетті деректерді жинақтауды жоспарлап қолға алуды ұйғардым.

Өзімнің басты міндетім – баланың жұмысына толыққанды дұрыс кері байланыс берудің маңыздылығын білдім. Ендігі менің алға қойған мақсатым балалардың бірлесе отырып топтық, жұппен, ұжыммен жұмыс жасауына, өзгенің пікірін тыңдай білуге жағдай жасаймын. Топпен жұмыс жасаудың алғы шарты – балаларды топқа бөлу.

Білім мазмұнын жаңарту тікелей шығармашылық ізденістегі тәрбиешінің кәсіби шеберлігіне байланысты. Әр тәрбиешінің шеберлігін шыңдайтын, жас ұрпақтың білімі нәтижелі болуға жұмыс атқаруға кәмектесетін оқыған курстың берері көп екен. Үйренгеніміз де, үйренеріміз де көп. «Сабақ беру – үйреншікті жай шеберлік емес, ол үнемі жаңадан жаңаны табатын өнер» - деп, **Жүсіпбек Аймауытов** атамыз айтқандай үйренген жаңалығымызды қолдана білуіміз – ол әр тәрбиешінің өз еншісінде. Үнді елінің тарихи тұлғасы **Махатма Гандидің** «Егер сен болашақтағы өзгерісті байқағың келсе, сол өзгерісті уақытында жаса» деген ілімді негізге ала отырып, бала бойындағы қабілетті жетілдіріп, балаларды болашаққа жетелеп, жақсы істі бастағалы отырмын.

Менің қызметімнен алған, оқыған білімім бойынша менің көкейге түйгенім: алдымызға бір мақсат қоя отырып, сол мақсатқа жету жолында баланың жүрегіне жол тауып, әрекеттіндіре білу шеберлігіне жете білсек, егемен елдің ұл-қыздары білімді де білікті болып шықпақ. Соның арқасында біз бәсекеге қабілетті, іргесі мықты ел боламыз.

* * * * *

ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ ТЕХНОЛОГИЯСЫ

Түркістан облысы, Отырар ауданы, Шәуілдір ауылы

«Балдырған-1» балабақшасы

Жоғары санатты әдіскер: Тагаева Райхан Олжабаевна

Балабақша – барлық тәрбие мен білімнің ең алғашқы баспалдағы іспеттес. Мұндағы тәрбие мен білім балалардың табиғи мінезін, қабілетін ерте жастан дамытады. Бала – болашағымыз, бала – қуанышымыз. Ендеше мектепке дейінгі үздіксіз тәрбиемен, біліммен қамту өзімнің басты мақсаттарымның бірі екенін қуана айта аламын.

Оқыту баланың интеллектуалды қабілеттілігін айтарлықтай шамада анықтайды, балаларға мінезін қалыптастыруға, байланыс тілді, логикалық ойлау-ды, дүниетанымды дамытуға, сыни ойлауды қалыптастыруға және жеке мүмкіндіктерді беретін дамытушы орта құруға мүмкіндік береді. Мектепке дейінгі шақ адам әміріндегі ең маңызды кезең болып келеді. Өйткені осы кезде баланың бойындағы табиғи бар дарындылық жан-жақты дами бастайды. Сондықтан осы шақта балалармен анағұрлым жан-жақты дамытушылық әрекеттер жүйелі жүргізілсе, жұмыс соншалықты нәтижелі болады. Тәрбиелі, білімді ұрпақ балабақшадан мектепке дайын шәкірт болып шығады.

Денсаулық – адамның табиғаттан алатын бірден-бір бағалы сыйлығы. Оны шыңдау үшін, әр адам әзінің ағзасын шамасынша шынықтырып, салауатты өмір сүруге ұмтылуға тиіс. Бұл ұмтылыс жас шағынан басталғаны өте дұрыс екенін өмірден байқауға болады. Денсаулық сақтау технологиясының мақсаттарына жету- дене шынықтыру сабақтары, денені сауықтыру жұмыстары, түрлі гимнастика, сергіту сәттері, түскі ұйқыдан кейінгі шынықтыру жаттығулары, ойындар арқылы іске асырылады. Баланың жеке бас тазалығын сақтау ережелерін қалыптастыру, дене жаттығуларын, қозғалыс ойындарын, сергіту сәттерін, табиғи әдістермен (күн, су, ауа) ағзаны шынықтыруды ұйымдастыру, пайдалы дағдыларды дарыту, зиянды әдеттерден сақтандыруды үйрету күнделікті өткізілетін іс-шара болып табылады. Технологияның бір бәлімі-сергіту жаттығулары, баланың жұмыс қабілетіне, ойлау жүйесіне игі әсер етіп, жүйкесін, сезімталдығын арттырып, денсаулығын нығайтып, зейінін тұрақтандырады. «Денсаулық сақтау» технологиясының басты шараларының бірі- шынықтыру шаралары. Балаларды «денсаулық жолдарымен»: массаждық кілемшелер, түймелі, тығынды, бұршақты кілемшелер, иректі тақтайша, кішкене тасты, құмды қораптармен жүргізу, бүлдіршіндердің қоршаған ортадағы температура өзгерісіне шыдамдық танытатын ағза қалыптастыру, шынықтыру шараларының негізі болып табылады. Денсаулық сақтау технологиялары – бұл балалардың денсаулығының сақтауы және дамытуы бойынша білім беретін кеңістік жұмысының жүйесі.

Балабақшада күн кестесіне сәйкес жұмыс күнін денсаулық сақтаудың тиімді әдісі - таңғы жаттығудан бастайды. Ертеңгілік жаттығулардың орындалу барысында балалардың бойында жинақылық, шапшаңдық, дене бітімінің түзу, әрі сымбатты, жүрісінің жеңіл болуы қадағаланады.

Жаттығулар денедегі зат алмасуын жақсартады, мойын, иық, бел, іш, арқа, балтыр бұлшық еттерін қатайтады, жүйкесін нығайтады, бала өзін - өзі сергек сезінеді, көңіл-күйі көтеріледі. Қимыл-қозғалыстар бір орында тұрып жүруден бастап, аяндап жүрумен аяқталады. Жаттығу түрлері ай сайын алмастырылып отырылады. Жылы күндері аулада, салқын күндері спорт залында өткізіледі.

Технологияның бір бөлімі- сергіту жаттығулары, баланың жұмыс қабілетіне, ойлау жүйесіне игі әсер етіп, жүйкесін, сезімталдығын арттырып, денсаулығын нығайтып, зейінін тұрақтандырады. «Денсаулық сақтау» технологиясының басты шараларының бірі- шынықтыру шаралары. Балаларды «денсаулық жолдарымен»: массаждық кілемшелер, түймелі, тығынды, бұршақты кілемшелер, иректі тақтайша, кішкене тасты, құмды қораптармен жүргізу, бұлдіршіндердің қоршаған ортадағы температура өзгерісіне шыдамдық танытатын ағза қалыптастыру, шынықтыру шараларының негізі болып табылады. Балабақша тәрбиеленушілеріне маусым өзгешеліктеріне орай аурудың алдын алу шаралары ретінде итмұрын шырыны мен дәрумендер, балық майы беріледі. Қыс айларында балалардың мойнына сарымсақ тұмаршалары ілінеді, қабылдау бәлмелерінде тәрелкелерде салынып тұрады. Балалардың денесін шынықтырудағы маңызды бөлігі – түскі ұйқыдан кейінгі жаттығулар. Көзделетін мақсат: ұйқыдан баланы біртіндеп ояту арқылы сергектікке, дене бітімінің дұрыс қалыптасуына көңіл бөліп, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу. Түскі ұйқыдан кейінгі кешенді жаттығулар кез келген жайлы бөлмеде классикалық музыканы, табиғат әуендерін пайдаланып жүргізіледі.

Бекітілген жоспар бойынша ата–аналар, тәрбиеші олардың тәрбиеленушілерімен біріккен алуан түрлі спорттық сайыстар, жарыстар, «денсаулық күндері» жыл бойы өткізілуде. Мәселен, «Көңілді эстафета», «Біз – спорттық отбасы», «Спорт – біздің досымыз», т.б. Баланың кіші жастан өз денсаулығын күте білуге үйрете отырып, дені сау, қайратты азамат етіп шығару еліміздің мектепке дейінгі мекемелерінің оқутәрбие ісінде басты мақсатқа айналып отырғандықтан оқу-тәрбие жұмысының ұйымдастырылуы алдымен баланың денсаулығын сақтап жүргізілуге бағыттап отыруға тиіспіз. Денсаулығы түзу болмаған баланың толыққанды білімі мен тәрбиеге ынтасы бола қоймайтынына күнделікті әмірде көз жеткізіп жүреміз. Топта баланың денсаулығын сақтау мен нығайтуға көп көңіл бөлінеді. Өйткені дені сау бала оқу процесіне белсене араласады. Әрдайым жайдары көңіл-күйі жоғары болады.

Мемлекеттің болашағы — жас ұрпақ. «Ел боламын десең, бесігіңді түзе» демекші, бүлдіршіндердің бойына ұлттық салт-дәстүрді сіңіріп, оларды халықтық тағылым нәрімен сусындатып, танымдық жұмыстарды жүйелі түрде жүргізу керек.

Ұлтық ойындар денсаулық сақтау технологиясында өзінің бір орынын алады. Қимыл, қозғалыс техникасымен және олардың орындалуындағы қолдануға болатын әртүрлі әдіс-тәсілдерді ұсыну. Спорттық жаттығуларға, жарыстарға, сайыстарға қызығушылықтарын арттыру. Өз қимыл-қозғалыстық мүмкіндіктерін жақсартуға ынталандырып, олардың орындалуына шығармашылық тұрғысынан қарау қажет. Әртүрлі жағдайда кеудені тік ұстауды үйрету.

Бағытты түрде физиологиялық қасиеттерді және жалпы төзімділікті, шапшаңдылықты, жүйріктікті, тәсілқойлылықты, тепе-теңдік сезімі мен қимыл - қозғалыс координациясын дамыту. Амалшылдық, тапқырлықты бойларына дарыту. Балаға көзбен шамалауды үйрету. Спорттың әр түрімен таныстырып, спорттық үлгі-нұсқаларға беріп отыру.

Салауатты өмір салты қажеттіліктерін қалыптастыру. Допты лақтыруға жаттықтыру. Әртүрлі жаттығуларда, доппен ойнайтын ойындарда және басқада құрал - жабдықтармен балаларды өз мүмкіндіктерін көрсетуге баулиды.

Денсаулық саласында массаж бағыты да кіреді. Массаж халықтық медицинаның үлкен бір бөлігі. Ол барлық жер шарына кеңінен таралған, сондықтан емдеу әдістерінің ең негізгісі болып табылады.

Тоқсан ауыз сөздің тобықтай түйініне келмек болсақ, «Сау дене, азат ақыл, адал көңіл, үшеуімен болады бақыт өмір», -деп сыршыл ақын **Мағжан Жұмабаев** айтқандай, мектепке дейінгі мекемелердің әрбір ісі жан-жақты жарасымды, рухани бай тәрбие берумен қатар, денсаулығы мықты болашақ өсіруге бағыттау баршамыздың міндетіміз.