

«АйКүн» бөбекжай-балабақшасының  
Ересек тобына арналған  
Қысқы ойындар апталығы:  
«Қардағы көңілді старттар»

Тәрбиеші: Бердонгарова А.Ж.

Ақтөбе 2026ж

*Мұрты*

**Мақсаты:** Балалардың қыс туралы түсініктерін кеңейтіп, қысқы ойындар мазмұнын меңгерту, спорт туралы білімдерін кеңейту, қызығушылықтарын арттыру. Бала денесін ойын арқылы қозғалысқа келтіріп, таза ауада шынықтыру. Іс-әрекетке деген қызығушылығын ойын арқылы қалыптастыру. Салауатты өмір салтына тәрбиелеу.

**Қажетті құрал-жабдықтар:** Кедергілер, шелектер, шана, күрек, шаңғы, хоккей таяқшасы, шайба, аққалаға керекті заттар.

**Үштілдік:** Қар-снег-snow, аққала-снеговик-snowman, қыс-зима-winter.

**Жүргізуші:** Құрметті ата-аналар, балалар, балабақша ұжымы, қонақтар **«Қарлығаш»** тобы балаларының **«Қыс қызығы»** атты эстафеталық жарысқа қош келдіңіздер!

**Тілек шеңбері**

Балалар алаңда екі қатарға тұрып, бір-біріне қарап, тілектер айтады.

Ауамыз таза болсын,

Денсаулығымыз мықты болсын,

Ойын қызықты болсын,

Жарыс көңілді болсын,

Жеңімпаздар көп болсын!

**Жүргізуші:** Сауығып айдай толасың.

Спортты серік ете біл,

Жақсы азамат боласың.

Жеңімпаз болу оңай ма,

Арман болған талайға?

Болмасаң да ұқсап бақ,

Жарысқа түсіп қалайда.

- Ал, балалар, барлық қонақтармен сәлемдесіп алайық.

**Балалар:** Сәлем бердік алтын күн,

Сәлем бердік ашық аспан.

Сәлем бердік жер-ана,

Сәлем бердік баршаңа.

**«Әнұран» шырқалады**

**Жүргізуші:** Шанамен зырлап желетін,

Шаңғы, коньки тебетін.

Аққала жасап ойнайтын,

Қай мезгіл деп ойлайсың?

**Балалар:** Қыс мезгілі.

- Балалар, қараңдаршы бізге қонақтар келе жатқан секілді. Ой, мынау келе жатқан аққала, түлкі, қасқыр ғой. (балалармен амандасады)

**Түлкі:** Менің жұмбағымды шешсендер мен сендерді жарысқа жіберемін.

Қыста ғана болады.

Ұстасаң қолың тоңады. (Қар)

Табаныма байладым,

Қос таяқпен айдадым. (Шаңғы)

Жалт - жұлт етеді,

Ұстасаң еріп, кетеді. (Мұз)

Зулап түсті төменге.

Шықпас менен төбеге. (Коньки)

Тікен - тікен тік пісте,

Қысы, жазы бір түсте. (Шырша)

Күміс тұяқ тұлпарды,

Ерттеп міндім тай қылып. (Шана)

**Жүргізуші:** Намысы бар балапандар қайдасың,

Білген дұрыс бұл спорттың пайдасын- дей отырып **«Ақ аю»**, **«Ақ қоян»** топтарын ортаға басшыларымен шақырамыз.

Міне, балалар шықты алаңға,  
Жас спортшылар жеке-жеке команда  
Ал, балалар өздеріңді таныңдар,  
Ептілік, мықтылық, батылдық көрсетіп табанды,  
«Ура» деген ұранды біз тастаймыз  
Жарысымызды ал енді бастаймыз  
«Жеңіске жетеміз!» деп  
Жалынды ұран тастаймыз

**«Ақ аю» топ басшысы** - Сьезбек Айарыс

**Ұраны:** Біріміз бәріміз үшін,  
Бәріміз біріміз үшін.

**«Ақ қоян» топ басшысы** - Сәдуақас Әлихан

**Ұраны:** Қояндарша орғимыз,  
Намысты қолдан бермейміз.

**Жүргізуші:** Ал сайыскер топтар,  
Ешкімнің жоқ алалар.

«Жеңімпаз болу» үлкен сын,  
Оны әділқазың бағалар.

Ашық жарқын жүзді,

Әділқазылар біздің

Таңдап баға беруге,

Шақырайық төрге,- деп **әділқазылар алқасымен** таныстырайық.

**Б\б әдіскері:** Темирбекова Сауле Сағындыковна

**Б\б психологі:** Ғабдулина Қарагөз

**Б\б медбикесі:** Кашимова Гүлнар

Топтарымызға сәттілік тілеп, қошемет көрсетейік. (Музыка ойналады) Енді сайыс түрлерімен танысайық.

**Жүргізуші:** Балалар бүгінгі жарыс **6-кезеңнен** тұрады:

1. **«Қай топтың шанасы алда»**

2. **«Хоккейшілер»**

3. **«Кім епті?»**

4. **«Шаңғышылар»**

5. **«Аққала» жасау жарысы**

6. **«Арқан тартыс»**

**Жүргізуші:** Балалар, ендеше жарысымызды бастаймыз! Дайынсыңдар ма?

**Балалар:** Біз дайынбыз!

- Ал енді құрметті сайыскерлер! Сіздерге сәт сапар! Жарысымызды бастаймыз.

**Жүргізуші:** Шанасына мінеді,

Мәз мейрам боп күледі.

Жарысамыз бәріміз,

Жарасып тұр сәніміз.

**I-кезең:** **«Қай топтың шанасы алда» деп аталады**

**Ойынның шарты:** Әр топқа бір шанадан, оның үстіне бір баланы отырғызып, белгіленген жерден айланып өз орнына барады. Кім бірінші келсе, сол топ жеңіске жетеді.

**II-кезең:** **«Хоккейшілер» деп аталады**

**Ойынның шарты:** Балалар хоккей таяқшасымен шайбаны кедергілер арасынан айналып өтіп, мәреге бірінші келген топ жеңіске жетеді.

**III-кезең:** **«Кім епті?» (Ыдыстан-ыдысқа қалақпен қар тасу)**

**Ойынның шарты:** Балалар ыдыстағы қарды қалақпен кедергілер арасынан жүгіріп, шелекке тасу. Қай топ шелекке көп қар жинаса, сол топ жеңіске жетеді.

**Жүргізуші:** Жапалақтап ала қар,

Жауды күнде қайталап.

Қырға шықты балалар,

Шаңғыларың арқалап.

**IV-кезең:** **«Шаңғышылар» деп аталады**

**Ойынның шарты:** Балалар шаңғымен кедергілер арасынан жүріп өтіп, мәреге бірінші болып жеткен топ жеңіске жетеді.

**Жүргізуші:** - Балалар, біз келесі ойынды ойнамас бұрын жұмбақ шешейік, сол жұмбақтың

шешуі арқылы келесі ойынымыздың атауын анықтаймыз.

Мұрны сәбіз үп-үшкір

Көзі көмір қап-қара

Көне шелек басында

Сыпырғышы қолында **(Аққала)**

**V-кезең: «Аққала»**

**Ойынның шарты:** Балалар дайын тұрған қардан аққала құрастырады. Оның көзін, мұрнын, аузын жасайды. Басына шелек кигізіп, қолына сыпырғыш ұстатады. Қай топтың балалары бұрын болса, сол топ жеңеді.

**VI-кезең: Қазақтың ұлттық ойыны: «Арқан тартыс»**

**Ойын шарты:** Арқанның екі жағынан екі топқа бөлінген балалар тартысады. Қай топ арқанды өз жағына тартып, алып келсе, сол топ жеңіске жетеді.

**Жүргізуші:** Назар аудар денсаулыққа,

Өмірде бақыттысың денің сауда

«Денсаулық – терең бақыт» деген сөзді

Құр айтпаған ұлы Абай данамыз да.

Денің сауда күштісің бұл әлемде,

Денің сауда сұлусың жер бетінде.

Сол мықты денсаулықтың арқасында

Жетерсің әлі талай бақыттарға деп, - ортаға әділ қазылардың әділ қазысын айтатын

мүшелерді шақырамыз. Марапаттау.

**I-орын: «Ақ аю» тобы**

**II-орын: «Ақ қоян» тобы**

**Аққала:** Балалар, жарысқа өте жақсы қатыстыңдар, рахмет сендерге, менің әкелген сыйлығым бар! (көрсетіп, апайға береді, топта сыйлығын таратып береді)

**Жүргізуші:** Ұрпақ керек ертеңгі алда,

Болашақты болжайтын.

Дені таза, тәні таза,

Елін, жерін қорғайтын!

Денсаулық - басты байлық өмірдегі,

Нәр беретін асыл ғой көңілдегі.

Салауатты өмір салтын насихаттап,

Атанайық жақсы азамат өңірдегі.

Еліміздің болашағы дені сау азаматтардың қолында. Денсаулықтың кепілі –

салауаттылық. **«Қыс қызығы»** атты спорттық эстафеталық жарысымыз осымен

аяқталды. Келіп тамашалағандарыңызға рахмет. Келесі кездескенше, сау болыңыздар!

## АТА-АНАЛАРҒА АРНАЛҒАН КЕҢЕСТЕ

Дайындаған: медбике Арстанова Л.Р.

### *\* Қыс мезгілінде баланың денсаулығын қалай сақтаймыз?*

Қыс – баланың ағзасы үшін ерекше күтімді қажет ететін кезең. Осы уақытта ата-аналар төмендегі жайттарға көңіл бөлгені жөн:

#### **Суық тиюдің алдын алу:**

- Баланы ауа райына сай киіндіру, артық қымтамау;
- Таза ауада күн сайын серуендету;
- Қол жуу дағдыларын сақтау;
- Бөлмені жиі желдетіп отыру.

#### **Дұрыс киіндіру:**

- Киім қабат-қабат болғаны дұрыс (тер шығарып, тоңдырмау үшін);
- Табиғи матадан тігілген киімдерді таңдау;
- Бас киім, қолғап пен жылы аяқ киімнің болуы міндетті.

#### **Дәруменге бай тағамдар:**

- Көкөніс пен жемістер (сәбіз, алма, қырыққабат);
- Сүт өнімдері;
- Табиғи шырындар мен жылы сусындар;
- Дәрігер ұсынған дәрумендерді уақытында қабылдау.

### *Қысқы ойындар: қауіпсіздік ережелері*

Қысқы ойындар баланың қимыл-қозғалысын дамытып, көңіл күйін көтереді. Алайда қауіпсіздік ережелерін сақтау өте маңызды.

#### **Сырғанау және қармен ойнау кезінде:**

- Баланы тек қауіпсіз жерлерде сырғанатуға рұқсат беру;
- Биік, мұзды төбелерден алыс болу;
- Қатты заттармен (мұз, тас) лақтыруға тыйым салу.

#### **Аулада ойнау мәдениеті:**

- Басқа балаларға кедергі келтірмеу;
- Үлкендердің ескертуін тыңдау;
- Ойын соңында киімді құрғатып, қолды жылыту.

### *Жаңа жыл мерекесіне баланы психологиялық тұрғыда дайындау*

Жаңа жыл – бала үшін ерекше қуаныш пен ғажайыпқа толы кезең. Осы мерекені бала дұрыс қабылдауы үшін ата-ананың қолдауы маңызды.

#### **Мерекелік әсердің балаға ықпалы:**

- Баланың қиялы мен эмоциясы дамиды;
- Өзіне деген сенімділігі артады;
- Жағымды көңіл күй қалыптасады.

#### **Қуаныш пен эмоцияны дұрыс қабылдау:**

- Баланы асыра уайымдатпау, қорқытпау;
- Аяз ата туралы ақпаратты жас ерекшелігіне сай түсіндіру;
- Баланың сезімін тыңдап, қолдау көрсету;
- Мерекелік дайындыққа баланы бірге қатыстыру.

## ҚР ДСМ ҚОҒАМДЫҚ ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ ҰЛТТЫҚ ОРТАЛЫҒЫНЫҢ САРАПШЫЛАРЫ БАЛАЛАРДЫҢ ҚЫСҚЫ КЕЗДЕГІ ҚАУІПСІЗДІК ЕРЕЖЕЛЕРІ ТУРАЛЫ

- ✦ Қыста балалардың барлығы дерлік шана тебеді, төбешіктен сырғанағанды, қар лақтырып ойнағанды, аққала жасағанды және т.б. жақсы көреді.
- ✦ Алайда, балалардың қуанышын жарақаттардың басуы мүмкін. Жағымсыз салдардан қорғау үшін қарапайым қауіпсіздік ережелерін есте сақтаған жөн.

### Қысқы серуенте арналған киім

- ✦ Баланы қалың киіндірмеңіз!
- ✦ Киімнің қимылдауға кедергі келтірмеуі, ыңғайлы, жеңіл және жылы болуы тиіс.
- ✦ Қысқы аяқ киім ыңғайлы болуы, оның табаны таймауы қажет.

### Шанамен, педянкамен сырғанау

- ✦ Шананың сынған жерлерінің болмауын тексеріңіз.
- ✦ Төбешіктен шанамен емес, педянкамен сырғанаған дұрыс.
- ✦ Көлік өтетін жерге қарай сырғанамау керек.
- ✦ Кішкентай балаларды кішкентай, апаса қарлы төбешіктерден, адамдар аз жүретін және ағаштар өспейтін, дуалдар және басқа да кедергілер болмайтын жерлерде сырғанатқан жөн.
- ✦ Баланың шанада ішімен жатып сырғанауына рұқсат етпеңіз, ол тісін сындырып немесе басын соғып алуы мүмкін.



### Абайлаңыз, аяз!

Аязды күндері балалармен бірге серуендеуді азайтыңыз немесе мүлдем тоқтатыңыз.



### Шаңғы тебу

Шаңғыны саябақтарда, қаланың сыртында, қаланың автокөлік жүрмейтін жерлерінде тебу керек.



### Конькимен сырғанау

- ✦ Конькимен арнайы жабдықталған орындарда сырғанау керек.
- ✦ Балаға тығыз киім киізіңіз.
- ✦ Қажет жағдайда ұстап қалу және құлатып алмау үшін баланың жанында болыңыз.



### Үйдің жанында ойнау

- ✦ Балаларға жолға жақын ойнауына рұқсат етпеңіз.
- ✦ Биік жерлерден қарға секіруге рұқсат бермеңіз.
- ✦ Қардың астында сынған бөтелкелер, тастар, қоқыс және т.б. болуы мүмкін.
- ✦ Балаларға қарды, мұз кесектерін ауызға алуға болмайтынын түсіндіріңіз: оларда ауру тудыратын кірдің және микробтардың болуы мүмкін.



### Абайлаңыз, тайғақ!

- ✦ Балаларға мұз басқан тротуармен бүкіл табанмен басып, кішкентай қадамдармен жүруге үйретіңіз.
- ✦ Тайғақ жерлерді айналып өтіңіз.
- ✦ Жолды абайлап өткен дұрыс.

Балаларды қауіпсіздік ережелерін үйрету олардың көптеген қауіпті жағдайлардан аулақ болуына көмектеседі.