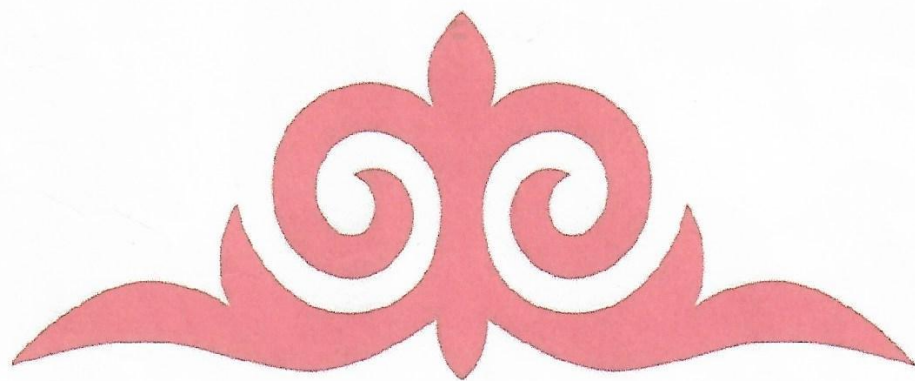


№28 «Ақбота» бөбекжай-балабақшасы

ҰЛТТЫҚ ОЙЫН



2022-2023 жыл

ҰЛТТЫҚ ОЙЫНДАР

«Ұлттық ойындар» бағдарламасы негізгі білім беретін балабақшаларда ойынға деген қызығушылығын оята отырып, дене қасиеттерінің дамуына ықпал береді. Сынақтар, бақылау жаттығуларын орындау қорытындылары бойынша пайдаланатын әдістемелік құрал ретінде қолдануға болады.

Түсінік хат

Бағдарлама арналған «Ұлттық ойындар» курс бағдарламасы балалардың ойынға деген қызығушылығын арттыра отырып, арнайы денені дамытатын жаттығулар үлкен мүмкіндік береді. Балалардың ойынға деген қызығушылығын арттыру мақсатында пәнен тыс жұмыстарды ұтымды пайдалану керек.

Мақсаты:

Денсаулықты нығайтумен қатар бүлдіршіндерге қазақтың ұлттық спорт түрлеріне деген көзқарасын қалыптастырып, дене жаттығулары мен ойындарын өз беттерінше дамытуға тәрбиелеп, оқу- ойын материалдарын бір жүйе ретінде олардың руханилығын, адамгершілігін, дене тәрбиесін тәрбиелеуге баулуды қалыптастыру.

Міндеттері:

- Дене тәрбиесі саласы бойынша балалардың өмірлік маңызы бар білімге ие болуын қамтамасыз ету;
- Ұлттық ойындарды үйретіп отырып, жұмыс қабілеттілігін арттыру аясында балалардың денсаулығын нығайту;
- Тәрбиеленушілердің ұлттық ойынға деген қызығушылығын арттыру;
- Ұлттық ойынға деген әлеуметтік көзқарасын қалыптастыру;
- Жарыстар өткізу, ұйымдастыру дағдыларын қалыптастыру;

Кіріспе

Ұлттық ойындар туралы негізгі түсінік. Жаттығулармен айналысу нәтижесінде сауықтыру тиімділігін арттыру. Ойын барысында зақымданудың алдын-алу туралы түсінік беру.

2. Ұлттық ойындар

Мақсаты:

-ойын түрлерімен жете танысу.

Негізгі ұғымдар:

-ойын түрлерін тереңдете түсіне отырып, жүзеге асыру

-қозғалыс дағдысын меңгерту

Мерген

Команда құрамында 8-10 бала болады. Балалардың қолдарында құм толтырылған бір-бір дорба болады. Сол дорбаны белгілі қашықтықта сызылған шеңберге лақтырып салу керек. Көп салған команда жеңіске жетеді.

Көтеріспек

Балалар өздері келісіп біреуі сақасын алысқа тігіп, екіншісі атады. Асықты атқан қарсыласы сақаға тигізсе, сол аралыққа екіншісі арқалап барады. Сөйтіп ойын кезектесіп қайталана береді.

Арқан тарту

Жерге бір панель сызық сызылады. 8-10 метрлік арқанның ортасына қызыл шүберек байланады. Ойыншылар екі топқа бөлініп арқанды тартысады. Арқанды тартып алған команда жеңіске жетеді. Арқанды жұлқып тартуға болмайды. Әр тартыстың ұзақтығы 30-40 секунд.

Күшті болсаң үзін көр

Ортаға екі балақай шығып, табан тіресіп таяқшаны екі қолдап тартады. Таяқты өзіне тартып алған оқушы жеңіске жетеді.

Әтештер қақтығысы

Балалар диаметрі 1м шеңбер ортасына жұпталып шығып көрсетеді. Мұғалім нұсқауы бойынша бір қолымен аяғын ұстап, бір аяқпен иықтары арқылы шеңберден бір-бірін итеріп шығарады. Шығып кеткен бала ұтылған болып есептеледі.

Омпы

Асық ойынының бір түрі.Бес ойыншы ойнауға болады.Шеңбер ортасына әр ойыншы өз асықтарын тігеді.Асықтардың ортасына бір асықты омпы түрінде қояды.Омпыға тигізген бала жеңген болып есептеледі.

Сиқырлытаяқ

Жүргізуші ойыншылардышеңберге тұрғызып,нөмерлейді.Өзі шеңбер ортасына тұрып кез-келген нөмерді айтып, таяқты лақтырады.Нөмері аталған оқушы таяқты қағып алуы керек.Ойын осылай жалғасады.

Күш сынаспақ

Бұл ойын стол үстінде екі баланың білек сынасуымен орындалады.2 бала шынтақтарын столға тірек қол бастарын айқстырады.Кім білекті столға жықса сол бала жеңіске жетеді. Ағаш аттың үстінде аттың басын ұстап тұрып 2-ші қашан білектен тартысып сынасуға да болады.Бірақ баланың қауіпсіздігі қатаң бақыланады

Көтермек

Ортаға екі ойыншы бала шығады.Бір-біріне арқаларын беріп тұрады.Белгі бойынша кім бірін -бірін- бірі арқада көтеріп алса,сол бала жеңіске жетеді. Жеңіске жеткен бала ойында қала береді де басқа балалармен бірге күш сынасады.

Ақсерек-көксерек

Бұл ойынды ойнау үшін балалар екі топқа бөлінеді,қолдарынан ұстап тұрады.Ара қашықтық 10-15 қадам. Ойынды бастайды

1- топ Ақсерек-ау ақ серек

Бізден сізге кім керек.

2-ші Ақсерек –ау ақ серек Жаман-жаман бала аты (бала аты) керек.Аты аталған бала келесі топқа дейін жүгіріп барып ортасынан ұстасқан қолдарды ажыратып кету керек.Егер өтіп кетсе сол топтан бір баланы тобына алып қайтады,өте алмаса сол топта қалады.Ойын осылай жалғаса береді

Қыз –қуу

Балалар арасынан бір ер бала,бір қызды(ағаш атпен)қуады.Бала қызға жетіп қолынан ұстаса ол жеңіске жеткені.Кейде қызды 2 бала да қуады қай бала бұрын жетіп қыз қолын ұстаса сол бала жеңіске жетеді.

Түйілген орамал

Ойын жүргізуші ойынды өзі бастайды.Ең алдымен балаларды айналасына жинап алады да «1,2,3» — деп дауыстайды.Осы кезде балалар жан-жаққа бытырай қашады.Ал ойын жүргізушісі қолында түйілген орамалы бар баланы қуалайды.Ол орамалды басқа біреуге лақтырады қағып алған бала қаша жөнеледі.Осылайша ойын жүргізіледі,түйулі орамалды алғанша қуалай береді.Ұсталған ойыншы көпшілік ұйғарымымен ортада тұрып өнер көрсетеді..Одан кейін ойын жүргізуші ауыстырылады.Ойын ойнап болған соң балалар шеңбер жасап тұрады.

Соқыр теке

Балалар дөңгелене тұрады.Бір баланың көзі байланып қойылады.

Балалар:Бота,бұзау,қозы,лақ

Қайда кеткен құлыншақ

Соқыртеке бақ-бақ

Мені ізден тап-тап.

Деп тақпақтайды. Содан кейін Соқыртеке (баланың көзі байлаулы)(баларды қуалайды немесе балалар оның жанына келіп түртіп қашады.Соқыр теке ұстап алған баланың көзі байланады да ол «соқыр теке» ролін атқарады.Ойын осылайын жалғаса береді.

Сақина жасыру

Ойынды өткізуші және сақина жасырушы бала белгіленеді.Қалған ойыншылар жерге отырып тізілерінің үстіне алақандарын жаяды.Бастаушы жұлулы қолын әрбір ойыншың алақанына салысымен,ол бала алақанын жаба қояды.Бастаушы бір баланың алақанына сақина салысымен, ойыншылардың біреуінен-«Сақина кімде»-деп сұрайды.Ол сақинаның кімде екенін білсе сол баламен орнын ауыстырады.Ал білмесе ол өз өнерін көрсетеді.Ойын басқарушы ойынды осылай жалғастыра береді.

Арқан тую.

Балалар шеңбер жасап тұрады. Қолында арқаны бар жүргізуші топ арасынан шығады да: - ойын бастайды – деп дауыстайды. Сонан соң арқанның түйілмеген басын ұстан шеңбер бойымен айналады, арқанды балалардың аяқтарының астынан жібереді. Балалар арқан үстімен секіріп тұрады. Кімде-кімнің аяғына арқан ілініп, секіре алмай қалса ол бала ойынды тоқтатып өнер көрсетеді, тақпақ, өлең айтады немесе билеп береді. Ойын осылай жалғаса береді.

Хан талапай.

Бұл отырып ойналатын, негізінен қыз балаларға арналған ойын. Оған төрт-бес үміткерден қатысады. Ойын үшін он асық таңдап алынады. Он бірінші асықтардан ерекше өзге түске (қызыл, не көк) боялған болуы шарт бір-бірден асық үйірісудің қорытындысы бойынша ойыншылар кезектерін бөліседі. Бұдан соң алғашқы ойыншы қос уыстай ұстаған бар асықты ортаға үйіруі керек. Қалған ойыншылар аңдысын аңдап өзге асықтардан ерекшеленген «ханға» қадалады. Себебі, хан алшы түссе, барлығы тарпа бас салып, ортадағы асықтарды, хан талапай жасауы тиіс. Хан кімнің қолында кетсе, келесі үйірі кезегі соған беріледі екен, хан мен бірге қолына ілінген асықтардың санына қарай ұпай жазылады.

Хан алшы түспеген жағдайда үйірген ойыншы шашылған асықтардың бүгі мен бүгін, шігі мен шігін, алшысымен-алшысын тәйкесімен мен тәйкесін бір-біріне соғып, кенейлер бір-біріне тимей қалғанша ұпай жинайды. Көздеген асығы үшінші бір асыққа тиіп кетсе, немесе бөгде асықты қозғап қалса да, ойынның бұзылғаны. Онда кезек келесі ойыншыға беріледі. Осы ретпен әр ойыншы жинаған асығының санына қарай ұпай жинайды.

Межелі ұпай санын (10 не 20 немесе 30) ойын жүргізуші алдын ала белгілейді. Межеге бұрын жеткен ойыншы жеңімпаз болып саналады.

Ескерту: Асықтарды бір-біріне тигізу кезінде қолмен сүйретіп апаруға ,орыннан қозғап түзетуге бол майды.Ойынның соңына дейін ханға бірде- бір асық тимеуі керек.Себебі ол –хан

Аударыспақ

Қазақтың кәдімгі ұлттық ойын спорт ойыны.Қарапайым бөренеден «ағаш ат» жасаудың еш қиындығы жоқ.Екі жақ басы берік тұғырға бекітілген биіктігі 50 см (балалардың жасына қарай) ұзындығы 2 м бір –біріне қапталдас орыналасқан «ағаштардың» ара қашықтығы екі жақтан созылған қол ерін жектетіндей болса жеткілікті..Оларға мінген «шабантоз» балалар бір-біріне қарама қарсы отырып қол ұсасады.Төрешінің белгісімен бірі-бірі тартып,не итеріп,әйтеуір қай айласын,не күшін асырғаны қарсыласын»ағаш аттан» аударып түсуі шарт.Аяқты жерге ағаш атқа тіреуге болмайды.ойын шарты бұзылады.Ағашаттын құлағанда айналасына құм немесе ағаш үгінділері төселу керек.

Асау көк.

Кешкі астан кейін мейманға ән салғызу, әңгіме-ертегі, жұмбақ, немесе жаңылтпаш айтқызу мақсатында ұйымдастырылады.Әуелі үй иелері «ауылдың алты ауызын» айтады да, онан соң «қонақ кәдесі» деп мейманның өнер көрсетуін сұрайды.Түк білмейтін қонақты айып ретінде мінгізетін керме арқан «Асау көк» деп аталады.Кермеге мінген қонақ әрі-бері сүрінбей жүруі керек.

Асық футбол

Арнайы жасалған құрылғыға екі ойыншыдан шығып асықты өз жағына қойып арнайы резинкамен атып қақпадан өткізуі керек.

Тексерілді:

Балабақша әдіскері:  Альменова Ж

Үйірменің мазмұны мен құрылымы
(барлығы 20 сағат. аптасына 2 рет)

№	Сабақтың тақырыбы	Дене қасиеттерін дамыту	Сағ. саны	Уақыты
1	Кіріспе		1	1.09
2	Мерген	ұғымдарын тереңдету	2	8.15.09
3	Көтеріспек	ептілікті, жылдамдықты	2	22-29.09
4	Арқан тарту	өзінің дене және психикалық саулығын нығайту	2	6-13.10
5	Күшті болсан үзін көр	шатишаңдықты, күштілікті	2	20-27.10
6	Әтештер қақтығысы	шатишаңдықты, күштілікті	2	3-10.11
7	Оңпы	Ептілікке, шатишаңдыққа тәрбиелек	2	17-24.11
8	Сиқырлытаяқ	Спортқа қызығушылықтарын арттыру	2	8.15.12
9	Күш сынаспақ	қозғалыс белсенділігінің мәдениетін тәрбиелеуге бағыттау	2	22-29.12
10	Көтермек	Балаларды оңтайлы қозғалыс белсенділігіне қажеттілікті тәрбиелеу	2	5-12.01
11	Ақсерек-көксерек	ептілік пен күштілікті	2	19-26.01
12	Қыз қуу	Балаларды оңтайлы қозғалыс белсенділігіне қажеттілікті тәрбиелеу	2	2-9.02
13	Түйілген орамал	күштілік пен ептілікті	2	16-23.02
14	Соқыр теке	қозғалыс белсенділігінің мәдениетін тәрбиелеуге бағыттау	2	2-9.03
15	Сақина жасыру	Мергендікті төзімділікті, шатишаңдықты	2	16-30.03
16	Арқан тую	Қимыл-қозғалыстарын дамыту	2	6-13.04
17	Ханталапай	ептілікті, төзімділікті, шатишаңдықты		20-27.04
18	Аударыспақ	қозғалыс белсенділігінің мәдениетін тәрбиелеуге бағыттау	2	4.05
19	Асау көк	Балаларды оңтайлы қозғалыс белсенділігіне қажеттілікті тәрбиелеу	2	11-18.05
20	Асық футбол	Мергендікті төзімділікті, шатишаңдықты	2	25.05

