

**Ата-аналарға арналған кеңес**  
**«Серуенде және үйде балаларға арналған қимылды ойындар»**

Дайындаған: дене тәрбиесі нұсқаушысы  
Шуханова Н.С.

Қостанай қ., 2026 ж.

### **Серуенде және үйде балаларға арналған қимылды ойындар**

Қимылды ойындардың кез келген жастағы балалар үшін маңызын асыра бағалау мүмкін емес. 3–4 жаста бала әлі де өз денесін басқаруды үйренеді, сондықтан үйлесімділікті дамытуға, әртүрлі қозғалыстарды қайталауға бағытталған ойындарды жалғастыру өте маңызды. Балалардың далада белсенді қимылмен айналысқаны дұрыс, алайда ондай мүмкіндік болмаса, үй ішінде де белсенді ойындарды мүмкіндігінше жиі ұйымдастырған жөн.

Мектепке дейінгі кіші жастағы балаларға арналған қимылды ойындардың ерекшелігі – олардың жарыс сипаты болмауы және барынша қарапайым болуы. Балалар ересектердің немесе басқа балалардың қимылдарын қайталағанды жақсы көреді, сондай-ақ сөздік нұсқаулармен берілетін ойындар да ұнай бастайды.

Сіздерге 3–4 жастағы балаларға арналған, далада да, үйде де ойнауға болатын бірнеше қарапайым ойын ұсынамыз.

#### **«Ақырын жүрсен – алысқа жетесің. Тоқта!»**

Бұл жастағы балаларға бір орында қатып қалу қажет болатын ойындар ұнайды, себебі олар осы дағдыны меңгеру кезеңінде.

Жүргізуші балаларға арқасымен белгілі бір қашықтықта тұрады да: «Ақырын жүрсен – алысқа жетесің. Тоқта!» дейді. Жүргізуші сөйлеп тұрған кезде балалар оған қарай жүреді, «тоқта» дегенде бәрі қимылсыз қалады. Жүргізуші бұрылып қарайды: қозғалған балалар ойыннан шығады. Қалғандары жүргізушіге жеткенше ойынды жалғастырады.

#### **«Кім болса, секірсін...»**

Бұл ойынды үйде де, далада да ойнауға болады.

Балаларға өздеріне қатысты қарапайым тапсырмаларды тыңдау ұнайды. Жүргізуші: «Бүгін ботқа жегендер отырсын» немесе «Балмұздақты жақсы көретіндер секірсін» дейді. Әдетте ойын көңілді әңгімелермен қатар жүреді. Бұл қорқынышты емес, керісінше, сөйлеуді дамытуға көмектеседі.

Осылайша түстерді де үйретуге болады: «Жасыл киім кигендер сол аяқпен секірсін».

#### **«Қалай екенін көрсет...»**

Бұл – бала бір нәрсені бейнелеп, басқалары табатын ойын. Бірақ кішкентай балалар тек қарапайым нәрселерді (мысалы, жануарларды) ғана бейнелей алады.

Ойынды түрлендіру үшін күнделікті әрекеттерді көрсетуді ұсыныңыз: тіс тазалау, құмда ойнау, көлік жүргізу. Бұл жағдайда табу міндетті емес. Егер бірнеше бала болса, әрқайсысы әрекетті өзінше көрсетеді. Бұл ойын қимылды ғана емес, қиялды да дамытады.

#### **«Пойыз»**

Бұл – өте көңілді, жарыссыз қимылды ойын.

Балалар бір-бірінен ұстап, пойыз болып тұрады. Міндет – жүргізушінің қимылдарын қайталау. Жүргізуші түзу жүруі, бұрылуы, тоқтауы, артқа жүруі, ән айтуы мүмкін. Жүргізушіні ауыстырып отырған жөн.

#### **«Маймылдар»**

Қимылдарды қайталауға арналған тағы бір ойын. Балаларға маймылдардың қимыл мен мимиканы қайталағанды жақсы көретінін айтыңыз.

Бір бала сіздің немесе басқа баланың қимылын қайталайды. Жүргізушіні таңдауға немесе балаларды жұппен жұмыс істеуге болады.

#### **«Түсті сигналдар»**

Бұл ойын балаларды зейін қоюға және қарапайым нұсқауларды есте сақтауға үйретеді.

Түрлі түсті картоннан белгілер (шеңберлер) жасаңыз. Жасыл – жүгіру, қызыл – тоқтау, сары – секіру дегенді білдіреді. Алдымен 2–3 сигналдан бастаңыз, кейін біртіндеп көбейтіңіз.

**«Кім жылдам?»**

Балалар шеңберде тұрады (асфальтқа борымен сызуға болады). Жүргізуші бір затты атайды, бәрі соған жүгіріп барып, тиіп, орнына қайтады.

Соңғы келген бала жүргізуші болады. Бұл ойында түстерді де қайталауға болады.

**«Қарапайым доппен ойын» (Вышибалы)**

Бір бала ортада тұрады, ал қалғандары доппен тигізуге тырысады. Бірақ бұл жаста балаларға тек доптан қашу да қызық.

Доп тиген бала ойыннан шықпайды. Балаларды кезекпен орын ауыстырып, доп лақтыруға үйретіңіз. Доп жұмсақ болуы керек.

**«Ыстық – суық»**

Бұл ойын 3–4 жастағы балаларға өте ұнайды.

Бір затты жасырып, баладан табуын сұраңыз. Сіз «ыстық» (жақын), «суық» (алыс) деп бағыт беріп отырсыз.

**«Ойыншықтарды жинаймыз»**

Бірнеше зат алыңыз. Балалар 10-ға дейін санағанша, оларды бөлмеге таратып қойыңыз.

Балалар заттарды тез жинап, себетке салуы керек. Кейін тапсырманы күрделендіріңіз: секіріп, алақан соғып, аяқтың ұшымен жүріп немесе еңбектеп жинау.