

*Dana Tulakova*

# БАЛАНЫ ДҰРЫС ДАМУҒА САТЫЛАРЫ



Әр бөлім бойынша баламен күнделікті  
жаттығулар жасап, ойындар ойнау.

---

## I бөлім. Іс-қимыл, ептілікті (моторлы) дамыту

Баланың моторлы дамуы — оның қимыл-қозғалыс қабілеттерінің қалыптасуы мен жетілуін білдіреді. Бұл даму екі негізгі түрге бөлінеді:

1. Ірі моторика — дененің ірі бұлшықеттерінің жұмысын қамтиды (мысалы, басын ұстау, отыру, жүру, жүгіру, секіру, еңбектеу, бір сызықпен жүру, өрмелеу, суда жиі ойнау, сырғанау).
2. Ұсақ моторика — қол мен саусақтардың ұсақ бұлшықеттерін басқару (мысалы, сурет салу, түйме тағу, ойыншық құрастыру).



Моторлы даму жолдары:

- **Жасына сай қимыл белсенділігін арттыру:** жорғалау (диванға, шведская стена, орындыққа өзі отыру), жүру (бақай ұшымен, массажды кілемшелерде, тас және шөпте), шармен ойнау, секіру, баспалдақпен түсіп-шығу, жүгіріп кедергілерден өте білу;

**Ұсақ моториканы дамыту үшін:**

Мүсіндеу (пластилин, қамырмен ойнау)

Қағаз жырту, қайшымен қию

Конструкторлармен ойнау

Сурет салу, саусақпен бояу

Саусақ ойындары мен жаттығулар: «Қуырмаш», «Саусақпен санау», т.б.

- **Теңгерім мен үйлесімділікті дамыту:** тепе-теңдік тақталары (бордюр бойымен жүру), серуендеу жолдары, спорттық жаттығулар.

Егер сіздің балаңыздың моторлы дамуы жасына сай емес деп ойласаңыз, невропатолог немесе дефектолог маманға жүгінген дұрыс.

## II бөлім. Баланы сенсорлық дамыту



Баланың сенсорлық жүйесін дамыту — оның сезім мүшелерінің (көру, есту, сипап сезу, иіс, дәм, тепе–теңдік, қозғалыс сезімі) жұмысын жетілдіруге бағытталған. Бұл жүйе баланың қоршаған ортаны дұрыс қабылдап, онымен әрекеттесуіне негіз болады.

Сенсорлық жүйені дамыту жолдары:

### 1. Сипап-сезу (тактильдік) жүйесі:

- Түрлі текстурадағы заттарды ұстау: мақта, құм, күріш, су, жүн, пуговица. Оларды зерттеу. Жұмсақ – қатты, батады –батпайды, ыстық-суық.
- Сенсорлық қапшықтар немесе сенсорлық жолдармен жүру.
- Саусақпен сурет салу (мысалы, манка немесе тұз үстіне).
- Массаж және сипалау ойындары.

### 2. Көру (визуалды) жүйесі:

- Түрлі түсті, пішінді және өлшемді заттармен ойындар. (үлкен –кішкентай, қысқы –ұзын, биік –төмен)
- Құрастыру, мозайка, пазлдар.
- Жарық пен көлеңкемен ойын. Түстерді ажырату. Негізгі түстер: қызыл, жасыл, сары, көк.

### 3. Есту (аудиалды) жүйесі:

- Әртүрлі дыбыстарды тыңдау: табиғат, аспаптар, жануарлар.
- Музыка тыңдау және ырғақпен соғу.
- Эхо ойыны (қайталайтын дыбыстар)

### 4. Иіс сезу (обонятельная) жүйесі:

- Иістерді танып үйрену: лимон, кофе, даршын, гүлдер, сабын.
- “Көзін жұмып, иісті тап” ойыны.

### 5. Дәм сезу (вкусовая) жүйесі:

- Түрлі дәмдерді ажырату: тәтті, қышқыл, ащы, тұзды.
- Көзін жұмып дәмін тану ойыны.

### 6. Вестибулярлық жүйе (тепе–теңдік):

- Тербелу, айналу (тербеткіш, әткеншек, доп).
  - Баланс тақтасы, тепе–теңдік жаттығулары.
  - Жүгіру, секіру, төрт аяқпен еңбектеу.
-

## 7. Проприоцепция (қозғалысты сезіну):

- Жастықпен күрес ойындары.
- Денеге қысым түсіретін ойындар (шарфпен орау, құм толтырылған жилет кию).
- Арқан тарту, ауыр заттарды итеру/тарту.

**Кеңес:** Сенсорлық дамыту ойындары баланың жасына және қабылдау ерекшеліктеріне сай болуы тиіс. Аутизм немесе сенсорлық интеграция бұзылыстары бар балаларға арнайы жаттығулар қажет болуы мүмкін.



«Қызыл белгілер» (red flags) — бұл баланың дамуы кезінде ата-аналар мен мамандардың ерекше назар аударуы қажет дабыл белгілері. Олар белгілі бір жас кезеңінде балада қандай да бір маңызды дағдының қалыптаспағанын немесе бұзылғанын білдіреді.

### Жас ерекшеліктеріне қарай негізгі қызыл белгілер:

#### 6 айға дейін:

- Көзімен жан-жағын бақылай алмайды;
  - Дауыстарға жауап бермейді;
- Денесін симметриялы қозғалтпайды;
  - Күлмейді, эмоция көрсетпейді.



#### 9—12 айда:

- Бір заттан екіншіге ауыспайды (аударылмайды, еңбектемейді);
- Ата-анасына назар аудармайды;
- Бала гуілдемейді, дыбыс шығармайды;
- Алақан соқпайды, қол бұлғамайды.

#### 1,5—2 жаста:

- 10—нан астам сөз қолданбайды;
  - Бір әрекетті қайталамайды;
- Нұсқау түсінбейді («әкел», «жоқ»);
- Бір ойыншықпен ұзақ ойнамайды.



#### 3 жаста:

- Сөйлеммен сөйлей алмайды;
  - Көзіне тік қарамайды;
- Қиял ойыны жоқ (қуыршақты тамақтандыру, машинаны жүргізу);
- Басқа балаларға қызығушылық білдірмейді.

Егер осы белгілердің бірі байқалса — логопедке, психологқа, невропатологқа жүгіну маңызды.

### III бөлім. Қарапайым математикалық танымын дамыту

Бұл таным баланың логикалық ойлауын, зейінін, есте сақтауын және кеңістікті бағдарлау қабілетін қалыптастырады. Төменде осы бағытта қолдануға болатын тиімді әдістер мен ойын түрлері берілген:

#### 1. Сан мен санау ұғымын қалыптастыру

- Санап үйрету: 1–ден 10–ға дейін (үш жасқа дейін 5–ке дейін) және кейін 20–ға дейін санау.
- Заттарды санау: ойыншықтар, кубиктер, қасықтар арқылы «Нешеу?», «Қанша?» сұрақтарын қойып.
- Сәйкестендіру: әр заттың бір саны бар екенін ұғындыру.

#### 2. Пішіндер мен түстерді ажырату

- Дөңгелек, үшбұрыш, төртбұрыш, шаршы сияқты негізгі пішіндерді таныстыру.
- Түрлі пішіндер мен түстерді сәйкестендіру ойындары (мысалы, «Қызыл дөңгелекті тап!»).

#### 3. Салыстыру және жіктеу

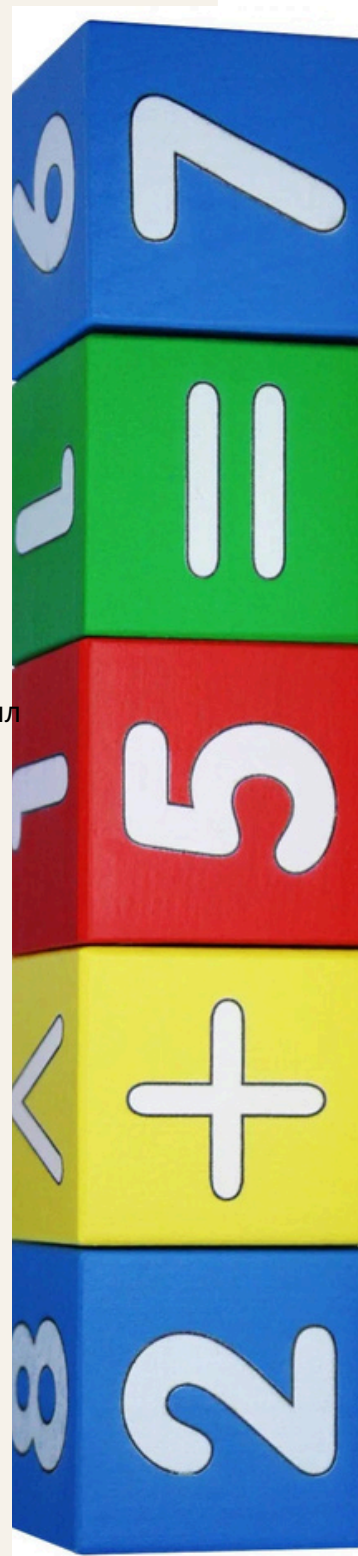
- Ұзын–қысқа, үлкен–кіші, кең–тар ұғымдарын көрсету.
- Заттарды түсіне, көлеміне немесе пішініне қарай топтастыру (сұрыптау).

#### 4. Кеңістіктік ұғымдарды дамыту

- Жоғары — төмен, алдында — артында, оң — сол, қасында деген сөздерді қолданып бағыт бағдар үйрету.
- Ойын: «Аю ойыншықтың үстінде ме, астында ма?»

#### 5. Күнделікті өмірден алынған есептер

- «Егер сенде 3 алманың болса, тағы 2 алма қосылса, нешеу болады?» деген сияқты көрнекі мысалдар.
- Дүкен ойыны: ақша мен тауар алмасу арқылы санау мен есептеуге үйрету.





## 6. Қимылды ойындар

- «1, 2, 3 — секір!» сияқты ойындар арқылы санауды және қимылды байланыстыру.
- Пішіндер мен сандар салынған кілемшелерде жүру, секіру.

## 7. Көрнекілік пен сенсорлық материалдар

- Лего, сандық карточкалар, санап үйрететін кітаптар мен мультфильмдер.

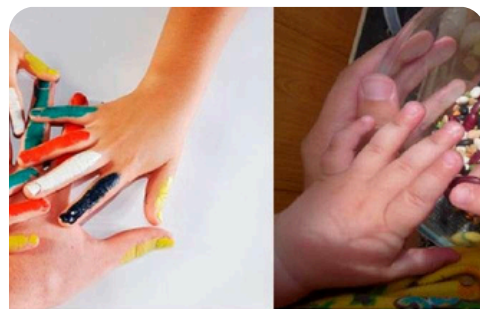
# IV бөлім. Баланың ұсақ моторикасын дамыту

Баланың ұсақ қол моторикасын дамыту – сөйлеу тілі, жазу дағдысы, зейін мен ойлау қабілетінің дамуына тікелей әсер етеді. Ұсақ моторика – саусақ пен алақан бұлшық еттерінің дәл әрі үйлесімді қимыл жасау қабілеті.

Мектепке дейінгі жаста бұл қабілетті дамыту өте маңызды. Төменде қол моторикасын дамытатын тиімді әдіс-тәсілдер мен ойын түрлері берілген:

### 1. Саусақ ойындары мен жаттығулары

- «Саусақтар сөйлейді» – саусаққа жануарлар, адамдар кейіпінде рөл беру.
- Саусақ гимнастикасы:
- «Бес саусақ» (бармақтан бастап атау).
- «Қоянның құлағы», «Көбелек» секілді қолмен бейнелеу жаттығулары.



### 2. Ермексазбен (пластилинмен) жұмыс

- Домалақтау, созу, уқалау, шымшу – саусақ бұлшықеттерін дамытады.
- Әртүрлі пішіндер мен бейнелер жасауға болады (жемістер, жануарлар).



### 3. Қағазбен жұмыс

- Қиып-жапсыру: қауіпсіз қайшымен суреттерді қиып, жапсыру.
- Қағазды бүктеу (оригами элементтері).
- Қағазды үзіп, жыртып суретке фон жасау.

### 4. Мозаика мен құрастыру

- Мозаика құрастыру, лего жинау, конструктормен ойнау – дәлдікті талап етеді.
- Ұсақ бөлшектермен жұмыс – өте пайдалы.



#### 5. Моншақ тізу, бау өткізу

- Моншақ тізіп жіпке өткізу.
- Тесіктері бар карточкалар арқылы бау өткізетін жаттығулар.

#### 6. Күнделікті тұрмыстық әрекеттер

- Түйме тағу, жіпке ине сабақтау (қадағалау арқылы).
- Киім іліп-тағу, жіп ширату.
- Ұн илеу, дән сұрыптау, су шашу, шымшу.

#### 7. Сурет салу мен бояу

- Қарындашпен, қылқаламмен бояу – қолды басқаруды үйретеді.
- Контурмен бояу немесе пунктир сызықтарды қосу.

#### 8. Арнайы жаттығулар (логопедтер мен педагогтар қолданатын):

- “Көбелек ұшып кетті”, “Жаңбыр жауды” тәрізді әрекетке негізделген қозғалыс ойындары.
- Күніне 5-10 минут арнайы жаттығу жасау жеткілікті.



### V бөлім. Баланың дұрыс және терең тыныс алуын дамыту

Баланың дұрыс және терең тыныс алуын дамыту – сөйлеу тілінің, дауыс күшінің, жалпы денсаулығының қалыптасуы үшін өте маңызды. Бұл әсіресе логопедиялық жұмыс пен сөйлеуді дамытуда ерекше рөл атқарады.

Ережелер:

- Жаттығуларды ашық мұрынмен дем алып, ауызбен жай шығару арқылы орындау.
- Жаттығу 2-3 минуттан аспауы керек.
- Бала шаршаса, мәжбүрлеуге болмайды.
- Жаттығу алдында мұрын тынысы бос екенін тексеріңіз (тұмау, бітелу болмауы керек).

жаттығулары:

## 1. «Жел соқты»

- Қолымызды жоғары көтеріп, мұрынмен тыныс алып, ауызбен жеңіл үрлеу:
- «Жел үрлеп жатыр...» – дем шығару кезінде қолмен «жел» қимылын көрсету.

## 2. «Қағаз көбелек»

- Қағаздан көбелек жасап, үстелге қою.
- Ауызбен үрлеп, оны қозғалтуға тырысу.

### 3. «Сабын көпіршігі»

- Сабын көпіршігін үрлеу – қызықты әрі пайдалы.
- Баланың ұрттары қатты керілмей, жұмсақ үрлеуі маңызды.

## 7. «Жылан»

- Мұрынмен дем алып, ауызбен ұзақ “с-с-с” деп дем шығару.
- Баламен бірге “жылан болып сырғы” дегендей ойын түрінде айту.

#### 4. «Шамды үрле» (елестету арқылы)

- «Мынау – туған күн шамы, үрлейік!»
- Қатты емес, жұмсақ және ұзақ үрлеу.
- Шырақ қолдануға да болады (қауіпсіз жағдайда, үлкендермен бірге).

## 5. «Жапырақты ұшыру»

- Қағаз жапырақты алақанға қойып, үрлеу арқылы ұшыру.
  - Қалаған бейнеде: көбелек, гүл, шар
- Т.С.С.

## 6. «Пойыз» ойыны

- «Пух-пух» немесе «Чух-чух» деп паровозды бейнелеп ойнау.
- Бұл да тыныс пен артикуляцияны дамытады.

## VI бөлім. Баланың сөйлеу тілінің дамуы

Баланың сөйлеу тілінің дамуы – оның жалпы психикалық, эмоциялық және әлеуметтік дамуының негізі. Сөйлеу тілі дұрыс дамыса, бала өз ойын еркін жеткізе алады, басқалармен оңай қарым-қатынас жасайды және мектептегі оқу үрдісіне тез бейімделеді.

Төменде баланың сөйлеу тілін дамыту  
бағыттары мен нақты әдіс-тәсілдері  
берілген:







### 1. Сөйлеуге еліктеу мен тілдік орта

- Балаға үнемі таза, дұрыс, бай тілде сөйлеу.
- Сұрақтар қойып, оның жауап беруіне мүмкіндік беру.
- Бірге кітап оқу, суреттерге қарап әңгімелеу.

### 2. Сөздік қорды байыту

- Күнделікті тұрмыста қолданылатын жаңа сөздерді таныстыру.
- Мысалы: «Бұл – шәйнек. Шәйнекпен шай қайнатамыз.»
- Ойын арқылы (суретпен, ойыншықпен) сөздерді қайталау.

### 3. Артикуляциялық жаттығулар

- Ерін, тіл, жақ бұлшықеттерін дамытуға арналған жаттығулар:
  - «Ат шапты» – тілді таңға соғу.
  - «Жылан» – тілді шығарып, артқа тарту.
  - «Сағат» – тілді оңға-солға қозғалту.
  - Бұл жаттығулар дыбыстарды анық айтуға көмектеседі.

### 4. Дыбыстарды дұрыс айту

- Бала дыбысты бұрмалап айтса, оны дұрыс нұсқамен байсалды түрде қайталау.
- Мысалы, бала: «малақай» орнына «мамамай» десе, сіз: «Иә, малақай әдемі екен!» деп жауап беріңіз.

### 5. Сөйлеммен сөйлеуге үйрету

- «Бұл не?» – «Доп» емес, «Бұл – доп» деп толық жауап беруге дағдыландыру.
- «Кім не істеді?» деген сұрақтарға жауап беру арқылы сөйлем құрауға үйрету.

### 6. Сюжеттік-рөлдік ойындар

- «Дүкен», «Дәрігер», «Қонаққа бару» сияқты рөлдік ойындарда сөйлесуге мүмкіндік беру.
- Бұл тілдік қарым-қатынасты белсендіреді.

### 7. Ертегілер мен әңгімелер айту

- Қарапайым ертегілерді айтып беру және бірге талдау.
- Ертегінің соңын болжау: «Қасқыр не істейді деп ойлайсың?»

**Егер балаңызда сөйлеу кешеуілі байқалса (мысалы, 2 жасқа дейін 10 сөзден аз, 3 жаста толық сөйлем жоқ болса), логопедпен кеңескен жөн.**

**Енді Сіз балаңызды қалай дұрыс дамыту  
керек екені туралы білесіз!  
Балаңыздың болашағы жарқын болсын!**

**Құрметпен, «Logoped\_dana\_astana!»**

**Рақмет**