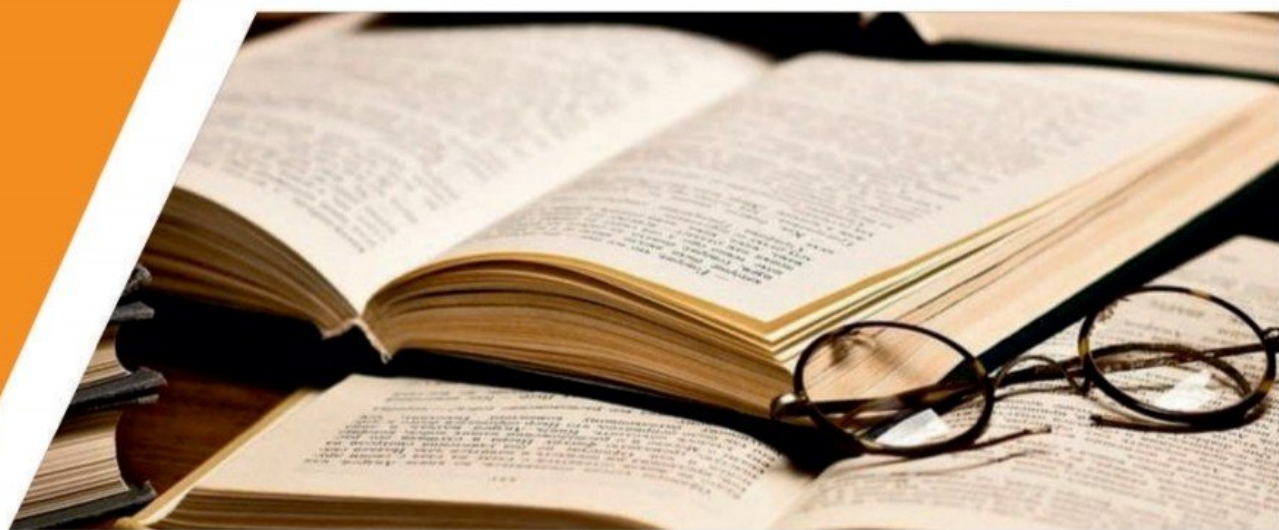


2025

ПЕДАГОГ

шеберлігі



РЕСПУБЛИКАЛЫҚ
ҒЫЛЫМИ-ӘДІСТЕМЕЛІК
ЖУРНАЛ

РЕСПУБЛИКАНСКИЙ
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ
ЖУРНАЛ

Бас редакторы:
Асқарбек Ажар
Қайырбекқызы

Редакция алқасы:
Орынбаева М.М.

Редакция мекен-
 жайы:
 Астана қаласы

Редакция телефоны:
 +7707 321 53 44
 e-mail:
zhurnalprint.kz@mail.ru

Қазақстан
Республикасы
Ақпарат және
қоғамдық даму
министірінің
№ KZ81VPY00102070
куәлігі берілді.

Айына 1 рет қазақ
 және орыс тілінде
 шығады.

Таралымы 1000 дана

Теруге 05.03.2025ж
 берілді

Басуға 05.03.2025ж
 қол қойылды

Таралымы 1000 дана

Журнал
zhurnal.print
 баспаханасында
 басылды.

Мазмұны

Қалдарбекова Ә.Ә. География сабағында оқушылардың білім сапасын танымдық қабілеттері арқылы арттыру жолдары.....	2
Абеуова М.Б. Баланың жан дүниесі суретте.....	7
Конабаева Н.Б. Effective methods for teaching English as a second language...	9
Амиргазин Е.Д. Домбыра үйретудің дәстүрлі және заманауи әдістері.....	12
Кайсенова М.Ш., Агарина Н.П., Карпушина Н.А. Использование подхода исследование в действии «Роль внеклассной работы в социализации ученика».....	15
Анарханова М.З., Тұрсынбай А.Ә. <u>Ғылыми жетекшісі: Қоштыбаев Т.Б.</u> Галилей және Лоренц түрлендірулерінің негіздемесі.....	27
Манабаева Қ.Қ. Құм терапиясы – баланың ішкі әлемін тану құралы.....	32
Баймаханова Г.М. Жол қозғалысына қатысушылар.....	35
Төлеуханова А.Б. My country. Travel and tourism.....	38
Қожасанов Д.С. Ғарыш әлемі.....	42
Мирау И.А. Формирование функциональной грамотности на уроках химии: от теории к практике.....	45
Оспанбекова Б.К. Жас ұрпаққа патриоттық тәрбие беруде тарихтың рөлі.....	49
Садвокасов Р.А. Спорттық күрес түрлері.....	52
Агитаев Е.К. Жасөспірім қыздарды волейболға дайындауда заманауи технологияларды қолдану.....	54
Носов С.В. Визуализация образовательного процесса по программированию средствами инфографики.....	56
Калишораева М.П. «Шалқан» <u>(орыс халық ертегісі)</u>	59
Зияханова Г. Л. «Гүлдер әлемі».....	62

ҚҰМ ТЕРАПИЯСЫ – БАЛАНЫҢ ІШКІ ӘЛЕМІН ТАҢУ ҚҰРАЛЫ



*Түркістан облысы, Түлкібас ауданы, Жаскешу ауылы
«Зарина» бөбекжай бақшасы
Тәрбиеші
Манабаева Қарлығаш Қуатбековна*

Аңдатпа. Бұл мақалада құм терапиясының мәні мен маңызы, оның бала дамуына тигізетін әсері қарастырылады. Құм терапиясы балалардың эмоциялық жағдайын реттеуге, өзін-өзі тануына және шығармашылық қабілеттерін дамытуға ықпал ететін тиімді әдіс. Мақалада құм терапиясын жүргізу әдістері, кездесетін қиындықтар және оларды шешу жолдары сипатталған. Сондай-ақ, тәрбиешілерге арналған ұсыныстар беріліп, құм терапиясының бала психологиясына әсері талданған.

Тірек сөздер: құм терапиясы, баланың ішкі әлемі, эмоциялық тұрақтылық, шығармашылық қабілет, өзін-өзі тану, сенсорлық даму, психологиялық түзету, тәрбиеші тәжірибесі.

Қазіргі таңда мектепке дейінгі тәрбиеде балалардың психоэмоционалдық дамуына ерекше назар аударылады. Балалардың сезімдері мен эмоцияларын еркін білдіруі олардың ішкі әлемін түсінуге және өзін-өзі тануға үлкен әсер етеді. Осы мақсатта қолданылатын заманауи әдістердің бірі – құм терапиясы.

Құм терапиясы – баланың психологиялық жай-күйін реттеуге, шығармашылық қабілеттерін дамытуға және сенсорлық қабылдауын жақсартуға бағытталған әдіс. Құммен жұмыс істеу барысында балалар өздерінің қорқыныштары мен алаңдаушылықтарын еркін білдіре алады, сондай-ақ қоршаған ортамен өзара әрекеттесу дағдыларын дамытады.

Құм терапиясы – бала мен қоршаған орта арасындағы байланыс құралы. Бұл әдіс балаларға өз сезімдері мен ойларын тікелей сөзбен емес, қимыл және бейнелеу арқылы жеткізуге мүмкіндік береді. Ойын барысында бала өз әлемін жасайды, кейіпкерлерді орналастырады, оқиғалар ойлап табады. Осылайша, оның ішкі күйі сыртқа шығып, тәрбиеші немесе психолог баланың эмоциялық жағдайын тереңірек түсіне алады.

1. Эмоционалдық тұрақтылықты қалыптастырады. Балалар кейде өз сезімдерін сөзбен жеткізе алмайды. Құммен ойнау арқылы олар өз қорқыныштары мен уайымдарын бейсаналы түрде білдіреді, бұл олардың психологиялық жеңілдеуіне ықпал етеді.

2. Шығармашылық қабілеттерін дамытады. Құм терапиясы балалардың қиялын ұштап, шығармашылық ойлауын жетілдіреді. Олар түрлі бейнелер жасап, өз ойларымен еркін жұмыс істейді.

3. Қарым-қатынас дағдыларын нығайтады. Топтық құм терапиясы барысында балалар бір-бірімен қарым-қатынас орнатады, өзара әрекеттесуді үйренеді. Бұл олардың әлеуметтік бейімделуіне көмектеседі.

4. Сенсорлық қабылдауын жақсартады. Құммен жұмыс істеу тактильдік сезімталдықты арттырады, ұсақ моториканы дамытады. Бұл әсіресе жазуға дайындық кезеңіндегі балалар үшін маңызды.

5. Стресті төмендетеді

Құм терапиясы баланы тыныштандырады, агрессия мен мазасыздықты азайтады. Ол терапиялық әсер беретін табиғи құрал ретінде психологиялық релаксацияға ықпал етеді.

Мектепке дейінгі ұйымдарда қолдану үшін арнайы әдістер мен тәсілдерді білу қажет. Құм терапиясын ұйымдастыру үшін ең алдымен қажетті құрал-жабдықтар дайындалуы керек. Оған құм салынған арнайы қорап, жарық үстелі, ұсақ ойыншықтар мен фигуралар, табиғи материалдар (тастар, қабықтар, түсті құм) жатады.

Құм терапиясын жүргізудің бірнеше негізгі әдістері бар. Солардың бірі – “Сиқырлы құм әлемі” әдісі. Бұл әдіс баланың ішкі сезімдерін еркін білдіруге жағдай жасайды. Бала құммен ойнап, оны қолымен уқалап, әртүрлі пішіндер жасағанда, өзінің эмоцияларын білдіреді. Тәрбиеші баланың әрекеттерін бақылап, оның ойларын түсінуге тырысады.

“Құмдағы іздер” әдісі тактильді сезімталдықты дамытуға бағытталған. Бұл әдісте балалар құмға алақандарын немесе саусақтарын басып, қалдырған іздерін талқылайды. Олар өз іздерінің қандай пішінге ұқсайтынын айтып, өз ойларынан қысқа әңгімелер құрастырады. Бұл тәсіл балалардың қиялын дамытады әрі ұсақ моториканы жетілдіреді.

Баланың шығармашылық қабілеттерін дамыту үшін “Құммен сурет салу” әдісі қолданылады. Балалар құм бетіне саусақтарымен немесе арнайы таяқшалармен сурет салады. Әр бала өз суретінің мағынасын түсіндіріп, өз ойын еркін жеткізуге тырысады. Бұл әдіс олардың эмоцияларын білдіруге, эстетикалық талғамдарын қалыптастыруға көмектеседі.

“Құмдағы оқиға” әдісі баланың қиялын дамытып, сөйлеу дағдыларын жетілдіруге бағытталған. Бұл әдісте балаларға әртүрлі ұсақ ойыншықтар ұсынылады (адамдар, жануарлар, табиғат элементтері). Олар осы заттарды пайдаланып, құм бетінде оқиға құрастырады және кейіпкерлердің әрекеттерін сипаттайды. Тәрбиеші қосымша сұрақтар қою арқылы баланың ойын кеңейтіп, әңгіменің мазмұнын толықтыруға көмектеседі.

Ал “Құмдағы хат” әдісі баланың жазуға дайындығын арттыруға көмектеседі. Бұл әдісте балалар құм бетіне әріптер, сандар немесе сөздер жазады. Жазғандарын өшіріп, қайта жаза отырып, олар жазу дағдыларын дамытады және қолдың ұсақ моторикасын жетілдіреді.

Құм терапиясын жүргізу барысында тәрбиеші балаларға еркіндік беріп, олардың шығармашылығын шектемеуі қажет. Әр баланың әрекетін мұқият бақылап, оның эмоциялық жағдайын түсінуге тырысу маңызды. Сонымен қатар, балалардың айтқан оқиғаларына қызығушылық танытып, оларды қолдау қажет. Осылайша, құм терапиясының әдістерін жүйелі түрде қолдану балалардың эмоциялық тұрақтылығын нығайтып, олардың жан-жақты дамуына ықпал етеді.

Құм терапиясын жүргізу барысында кейбір қиындықтар кездесуі мүмкін, бірақ оларды дұрыс әдістер арқылы шешуге болады. Бірінші қиындық – кейбір балалардың құммен ойнауға қызығушылық танытпауы. Бұл олардың құмға деген сенсорлық ерекшеліктеріне немесе бұрынғы жағымсыз тәжірибелеріне байланысты болуы мүмкін. Мұндай жағдайда тәрбиеші баланы мәжбүрлемей, құмға біртіндеп үйренуіне мүмкіндік беруі керек. Алдымен басқа балалардың ойынын бақылауға рұқсат етіп, кейін біртіндеп оны ойынға тартуға болады.

Келесі қиындық – кейбір балалардың эмоционалдық тосқауылдары, яғни ұялшақтық, қорқыныш немесе сенімсіздік. Бұл жағдайда тәрбиеші баламен жеке жұмыс жүргізіп, оған қолдау көрсетуі керек. Жылы сөздер айтып, баланың ойынға деген қызығушылығын арттыру үшін жағымды атмосфера қалыптастыру маңызды. Баланы мадақтау және оның жасаған жұмыстарын бағалау – сенімділік қалыптастырудың негізгі тәсілдерінің бірі.

Сондай-ақ, құм терапиясы барысында кейбір балалар агрессия немесе мазасыздық танытуы мүмкін. Мұндай кезде тәрбиеші баланың эмоционалдық жағдайын түсінуге тырысып, оған өзін-өзі бақылау дағдыларын үйретуі қажет. Агрессияның алдын алу үшін балаларға өз эмоцияларын құм арқылы бейнелеуге мүмкіндік берген жөн. Мысалы, ашуын құмға саусақпен немесе арнайы құралмен сурет салып көрсетуге бағыттауға болады.

Құм терапиясының тағы бір қиындығы – кейбір балалардың ойынға толық еніп кетіп, шынайы өмір мен қиялды ажырата алмауы. Мұндай жағдайларда тәрбиеші баламен бірге талдау жасап, ойыннан шынайы өмірге ауысу кезеңін жеңілдетуі керек. Баламен сөйлесіп, оның құмдағы кейіпкерлері мен шынайы өмірдегі оқиғалар арасындағы байланысты түсіндіру маңызды.

Құм терапиясы – баланың ішкі әлемін тануға, эмоциялық тұрақтылығын нығайтуға және шығармашылық қабілеттерін дамытуға ықпал ететін тиімді әдіс. Ол баланың сенсорлық дамуын, сөйлеу дағдыларын, қиялын және өзін-өзі білдіру қабілетін жетілдіруге көмектеседі. Сонымен қатар, құм терапиясы баланың қоршаған ортамен қарым-қатынасын жақсартып, оның өзін еркін әрі сенімді сезінуіне ықпал етеді.

Бұл әдістің маңыздылығы – оның баланы шектемейтінінде, яғни әр бала өз ойы мен сезімін еркін жеткізе алады. Тәрбиешінің басты міндеті – балаға қажетті жағдай жасап, оны шығармашылыққа жетелеу. Құм терапиясын жүйелі түрде қолдану балалардың мінез-құлқындағы, эмоциялық күйіндегі оң өзгерістерді байқап, олардың жан-жақты дамуына мүмкіндік береді.

Құм терапиясының тиімділігін арттыру үшін келесі ұсыныстарды ескерген жөн:

- Балаларға еркіндік беру: Оларға өз ойларын құм арқылы еркін білдіруге мүмкіндік жасау.
- Жылы және сенімді атмосфера қалыптастыру: Балалардың өзін жайлы сезінуі үшін олармен достық қарым-қатынас орнату.
- Құм терапиясын жүйелі қолдану: Бұл әдісті күнделікті немесе аптасына бірнеше рет қолданып, тұрақты түрде жүргізу.
- Жас ерекшеліктерін ескеру: Балалардың жасына және жеке ерекшеліктеріне қарай тапсырмаларды түрлендіру.
- Ата-аналармен байланыс орнату: Оларға құм терапиясының маңыздылығын түсіндіріп, үй жағдайында да қолдануға кеңес беру.
- Әріптестермен тәжірибе алмасу: Құм терапиясының жаңа әдістерін меңгеру үшін педагогтар мен психологтар арасында тәжірибе бөлісу.

Осы ұсыныстарды іске асыру арқылы құм терапиясы балалардың психологиялық әл-ауқатын жақсартып, олардың жан-жақты дамуына үлкен үлес қоса алады.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Айтжанова, А. С. (2020). «Құм терапиясы және құмдағы ғажайып ойындар». Білім айнасы газеті.
2. Даутбаева, Ө. Қ. (2019). «Құм терапиясы». Znanio.ru.
3. «Балабақшадағы құм терапиясының тиімділігі» (2019). Республикалық білім порталы.
4. Назарова, З. (2021). Құм терапиясының психологиялық негіздері және тәрбиешілерге арналған нұсқаулық. Нұр-Сұлтан: Білім баспасы.
5. Аймағамбетова, Қ. (2020). Балалар психологиясы және түзету әдістері. Алматы: Қазақ университеті.