**№ 12 «Қарлығаш» балабақшасы МКҚК**

# «Бақытты отбасы – бірлігі жарасқан отбасы» атты спорттық эстафета

**Астана қаласы, 2026 ж**

**«Бақытты отбасы – бірлігі жарасқан отбасы»**

Отбасы күніне арналған спорттық эстафета: 14.09.2026 ж.

**Мақсаты:**

Ата-аналар мен балалардың арасындағы достық қарым-қатынасты нығайту, отбасы мүшелерін бір-бірін қолдауға, ұйымшылдыққа тәрбиелеу. Қимыл-қозғалыс белсенділігін арттыру.

**Қатысушылар:** балалар және ата-аналар.

**Өтетін орны:** музыкалық зал

Қажетті құралдар: доптар, құрсаулар, кеглилер, қапшықтар, жалаушалар

**Кіріспе бөлім**

Іс-шара Қазақстан Республикасының Мемлекеттік Әнұранын орындаудан басталады.

Дене шынықтыру нұсқаушысының сөзі:

Салеметсіздер ме, құрметті ата-аналар мен балалар!

Бүгінгі Отбасы күніне арналған «Бақытты отбасы – бірлігі жарасқан отбасы » атты көңілді эстафетамызға қош келдіңіздер!

Отбасы – біздің ең үлкен байлығымыз. Ал спорт – денсаулық пен көтеріңкі көңіл-күйдің кепілі. Бүгін біз бірге ойнап, бірге жарысып, бір-бірімізге жақсы көңіл-күй сыйлаймыз! Ал енді алдымен денемізді қыздырып алайық.

**Жылыту жаттығулары:**

Барлығы бірге таңғы жаттығу жасайды.

* Басты оңға солға айналдырамыз

* Иықты жоғары көтереміз, төмен түсіреміз

* Қол иықта, аяқ иық деңгейінде қолымызды алға артқа айналдырамыз

* Қол белде, денені оңға-солға бұрамыз

* қолымызды алға созамыз, жоғары көтереміз, жанымызға созамыз және төмен түсіреміз

* Аяқ иық көлемінде, алға қарай еңкейеміз, түзелеміз

*Қолымызды алға созып, отырып тұрамыз

**Командалармен танысу**: әр команда өз атауын және спорттық ұранын таныстырады.

**Эстафеталар**

**1-эстафета «Мерген»**

Шарты:

Әр қатысушы белгіленген сызықтан допты кеглилерге лақтырады. Доппен кеглилерді құлатуға тырысады. Кеглилерді құлатып болған соң, допты алып, келесі қатысушыға береді. Эстафетаны барлық қатысушы кезекпен орындайды. Бағалау: әр құлатылған кегли үшін 1 ұпай беріледі.

Мақсаты:

Допты нысанаға дәл бағыттап лақтыру дағдысын қалыптастыру, көз мөлшерін, дәлдік пен ептілікті дамыту. Балалар мен ата-аналарды шапшаңдыққа, ұйымшылдыққа және бір-бірін қолдауға тәрбиелеу.

**2-эстафета «Допты бірге алып өт»**

Шарты:

Ата-ана мен бала екі жағынан бір-бір стақаннан ұстап, допты стақандардың көмегімен қысып ұстайды. Допты түсірмей, 5 кедергінің үстінен кезекпен өткізіп, белгіленген жерге жеткізеді. Допты түсіріп алған жағдайда, оны қайта көтеріп, эстафетаны жалғастырады. Барлық кедергіден бірінші болып өткен команда жеңіске жетеді.

Мақсаты:

Қатысушылардың ептілігін, шапшаңдығын, дәлдігін және қимыл-қозғалыс үйлесімділігін дамыту, ата-ана мен баланың бірлесіп әрекет етуіне жағдай жасау.

**3-эстафета «Алға секір»**

Шарты:

Бірінші қатысушы қолына кегляны алады. Белгіленген сызықтан орнынан тұрып, қос аяқпен барынша алысқа секіреді. Қонған жеріне кегляны қояды. Келесі қатысушы кегляға дейін келіп, кегляны қолына алып, сол нүктеден барынша алысқа секіреді де, қонған жеріне кегляны қайта қояды. Осылайша әр қатысушы алдыңғы ойыншының қонған жерінен секіріп, командасының алға жылжуын жалғастырады. Эстафетаны белгіленген межеге бірінші болып жеткізген команда аяқтайды.
Мақсаты:

Балалардың және ата-аналардың аяқ бұлшықеттерін дамыту, аяқпен серпілу және ұзындыққа секіру дағдыларын жетілдіру, ептілікке, шапшаңдыққа және дәлдікке тәрбиелеу.

**4-эстафета «Көңілді шарлар» эстафетасы**

Шарты:

Ата-аналар мен бала кезекпен  шарларды қасықты пайдаланып, залдың бір жағынан екінші жағына шеңберлерге тасымалдайды. Әр барған сайын бір шардан алып, белгіленген жерге апарып қояды. Шарларды түсіріп алмай, барлық шарды бірінші болып белгіленген орынға жеткізген команда жеңімпаз атанады.

Мақсаты:

Ана мен баланың бірлесіп әрекет етуін, ептілік пен шапшаңдықты дамыту. Кедергілерден дұрыс өтуге, тапсырманы мұқият орындауға және ұйымшылдыққа тәрбиелеу.

**5-эстафета «Шарлар әлемі»**

Шарты:

Жүргізуші залға әртүрлі түсті шарларды шашып қояды. Әр командаға белгілі бір түс бекітіледі.Ата-аналардың біреуі қаптың ішіне кіріп, секіріп қозғала отырып, өз командасының түсіне сәйкес шарларды жинап, қапқа салады

Ережесі:

* Қатысушы тек қаптың ішінде қозғалады.

* Тек өз командасының түсіндегі шарларды жинайды.

* Белгіленген уақыт ішінде шарларды неғұрлым тез жинау керек.

Жеңімпаз:

Өз түсіне сәйкес ең жылдам шар жинаған команда жеңімпаз атанады.

Мақсаты:

Шапшаңдықты, ептілікті және түстерді ажырата білуді дамыту.

**6-эстафета  «Бірге жетеміз – бірге құрастырамыз»**

Шарты:

Бала ата-анасының аяғына тұрады. Ата-ана баланың қолынан ұстап, үстелге дейін жетеді. Үстел үстіндегі қиылған фигураларды плакаттағы сәйкес пішіндерге орналастырады да, бастапқы орындарына оралады.

Мақсаты:

Ата-ана мен баланың бірлесіп әрекет етуін, өзара түсіністік пен ұйымшылдықты дамыту. Ептілікке, тепе-теңдікті сақтауға, шапшаңдыққа және тапсырманы бірге орындауға тәрбиелеу.

Бағалау:

Тапсырманы дұрыс орындап, қиылған фигураларды плакаттағы сәйкес пішіндерге дұрыс орналастырып, бастапқы орынға оралған команда жеңімпаз атанады.

**Қорытынды ойын «Отбасы – менің жүрегім»**

Шарты:

Әр отбасыға ақ парақ және түрлі түсті қарындаштар беріледі. Ата-ана мен бала бірігіп, қағазға өз отбасын бейнелейтін сурет салады. Сурет дайын болған соң, әр отбасы өз жұмысын ортаға шығып қысқаша таныстырады және «Менің отбасым – менің …» сөйлемін жалғастырады.

Мысалы:

«Менің отбасым – менің бақытым».

«Менің отбасым – менің тірегім».

«Менің отбасым – менің қуанышым».

Мақсаты:

Ата-ана мен баланың бірлескен шығармашылық әрекетін дамыту, отбасы мүшелерінің арасындағы сүйіспеншілік пен сыйластықты нығайту, өз ойын еркін жеткізуге және бір-бірін тыңдауға тәрбиелеу.

Құрметті қатысушылар, барлық эстафеталарымыз өз мәресіне жетті. Енді командалардың жинаған ұпайларын қорытындылап, нәтижесін білу үшін сөз кезегін қазылар алқасына береміз.

**Қорытынды сөз:**

Құрметті ата-аналар! Бүгін сіздер балалармен бірге жарысып қана қоймай, оларға ең маңызды нәрсені – бірге болудың, бір-бірін қолдаудың және қуанышпен бөлісудің үлгісін көрсеттіңіздер.

Отбасыларыңыз әрдайым аман, дендеріңіз сау, шаңырақтарыңыз берекелі болсын!

Соңында барлық қатысушыларға 1,2,3 орын, «Ең ұйымшыл отбасы», «Ең белсенді отбасы», «Ең шапшаң отбасы» сияқты номинациялар беріледі.



№12 «Қарлығаш» балабақшасы МКҚК

# «Ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынас» атты тренинг

Астана қаласы, 2026ж

**ТАҚЫРЫБЫ: «Ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынас»**

**Күні: 06.10.2026ж**

**Қатысқандар: 16 ата-аналар**

**Тренингтің мақсаты: ата-ана мен бала арасындағы өзара түсіністікті нығайту,** отбасындағы жағымды қарым-қатынасты қалыптастыру, ата-аналардың бала тәрбиесіндегі жауапкершілігін арттыру.

Міндеттері: Ата-ана мен бала арасындағы сенімді қарым-қатынастың маңызын түсіндіру.

- Ата-аналардың балаға деген сүйіспеншілігі мен қолдауын арттыру.
- Өзара сыйластыққа, түсіністікке және жылы қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

Қатысушылар: ата-аналар.

Әдіс-тәсілдері: тренингтік жаттығулар, пікір алмасу, сұрақ-жауап, топтық жұмыс.

Қажетті құралдар: түрлі түсті қағаздар, маркерлер, стикерлер, жүрекшелер, нақыл сөздер жазылған карточкалар.

**Тренингтің барысы**

**1. Ұйымдастыру кезеңі. «Шаттық шеңбері»**

Тренинг жүргізушісі ата-аналармен амандасып, қатысушыларды шаттық шеңберіне шақырады.

Жүргізушінің сөзі:

Құрметті ата-аналар! Бүгінгі тренингіміздің тақырыбы – «Ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынас». Отбасы – бала тәрбиесінің алғашқы мектебі. Баланың бойындағы адамгершілік қасиеттер, мінез-құлқы мен дүниетанымы отбасындағы қарым-қатынас арқылы қалыптасады. Сондықтан балаға мейірім көрсету, оны тыңдау және түсіну – әрбір ата-ананың басты міндеті.

Әр қатысушы өз есімін айтып, баласына арнайтын бір жылы сөзін жеткізеді.

**2. «Балаңызды қаншалықты жақсы білесіз?» жаттығуы**

Ата-аналарға балалары туралы бірнеше сұрақ қойылады:

- Балаңыздың ең сүйікті ісі қандай?
- Ол нені армандайды?
- Балаңыздың көңіл күйі түссе, оны қалай байқайсыз?
- Балаңыз сізден қандай қолдау күтеді?
- Соңғы рет балаңызды қашан мақтадыңыз?

Қорытынды: баланы жақсы тану үшін онымен жиі сөйлесіп, оның сезімдері мен ойларына көңіл бөлу қажет.

**3. «Менің балам – менің қуанышым» жаттығуы**

Әр ата-ана қағазға баласының үш жақсы қасиетін жазады. Содан кейін сол қасиеттерді атап, баласының бойындағы қандай ерекшеліктерді бағалайтынын айтады.

Мақсаты: ата-аналардың бала бойындағы жақсы қасиеттерді байқауына және оны бағалай білуіне ықпал ету.

**4. «Жағдаяттан шығу» тапсырмасы**

Ата-аналарға күнделікті өмірде кездесетін жағдаяттар ұсынылады.

1-жағдаят: Балаңыз мектептен көңілсіз келіп, ешкіммен сөйлескісі келмейді. Сіз не істейсіз?

2-жағдаят: Балаңыз сабақ оқудың орнына телефонмен ұзақ уақыт отырады. Қандай әрекет жасайсыз?

3-жағдаят: Балаңыз сізге өз қателігін мойындап, шындықты айтты. Сіз қалай жауап бересіз?
Талқылау: ата-аналар өз ойларын ортаға салып, тиімді шешу жолдарын ұсынады.
Қорытынды: баламен қарым-қатынаста ашуға берілмей, оны мұқият тыңдау, сабыр сақтау және мәселені бірге шешу маңызды.

**5. «Жылы сөз – жүрекке жол» жаттығуы**

Ата-аналар бір-біріне және балаларына арнаған жылы сөздерін айтады.
Мысалы:

- «Мен сені жақсы көремін!»
- «Сен мен үшін өте қымбатсың!»
- «Мен саған сенемін!»
- «Қандай жағдай болса да, мен сені қолдаймын!»
- «Сенің қолыңнан бәрі келеді!»

Бұл жаттығу ата-аналарға жылы сөздің бала өміріндегі маңызын түсінуге көмектеседі.

**6. «Отбасылық келісім» рефлексиясы**

Әр ата-ана стикерге баласымен қарым-қатынасын жақсарту үшін алдағы уақытта жасайтын бір әрекетін жазады.
Мысалы:

- Баламды күн сайын мұқият тыңдаймын.
- Балама көбірек жылы сөз айтамын.
- Баламды басқа балалармен салыстырмаймын.
- Күн сайын бірге уақыт өткізуге тырысамын.
- Баламның пікірін құрметтеймін.

**Қорытынды бөлім**

Жүргізушінің қорытынды сөзі:
Құрметті ата-аналар! Бала үшін ата-ананың мейірімі, қамқорлығы мен қолдауы өте маңызды. Баланы тәрбиелеу – тек ақыл айту емес, оған үлгі болу, сырын тыңдау, сезімін түсіну және сенім білдіру. Отбасындағы сыйластық пен сүйіспеншілік баланың бақытты болып өсуіне негіз болады. Балаға берілген ең үлкен сыйлық – қымбат заттар емес, ата-ананың уақыты, назары және шынайы махаббаты.
Тренингтің негізгі түйіні: «Балаңызды тыңдаңыз, түсініңіз, қолдаңыз және оған әрдайым сүйіспеншілігіңізді білдіріңіз!»

**Өткізілген іс-шара туралы дайын есеп**

Написание текста

**«Ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынас» атты тренинг туралы есеп**

Ата-аналармен бірлескен жұмыс аясында «Ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынас» тақырыбында тренинг өткізілді.
Іс-шараның мақсаты – ата-ана мен бала арасындағы өзара түсіністікті нығайту, отбасындағы жағымды қарым-қатынасты қалыптастыру және бала тәрбиесіндегі ата-ананың рөлін арттыру.
Тренинг барысында қатысушылар түрлі психологиялық жаттығулар орындап, бала тәрбиесіне қатысты сұрақтарды талқылады. «Балаңызды қаншалықты жақсы білесіз?», «Менің балам – менің қуанышым», «Жылы сөз

– жүрекке жол» жаттығулары арқылы ата-аналар баланың сезімін түсіну, оны тыңдау, қолдау және жылы сөз айтудың маңыздылығын түсінді.
Сонымен қатар, күнделікті өмірде кездесетін жағдаяттар талқыланып, ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынасты жақсартудың тиімді жолдары қарастырылды.
Іс-шара соңында ата-аналар өз ойларымен бөлісіп, бала тәрбиесінде мейірімділік, сабырлылық, өзара сыйластық пен сенімнің маңызды екенін атап өтті.
**Қорытынды:** тренинг ата-аналардың бала тәрбиесіне деген жауапкершілігін арттыруға, отбасындағы жағымды қарым-қатынастың маңызын түсінуге және ата-ана мен бала арасындағы байланысты нығайтуға бағытталды.









