

А.Ә. Рысқұлова^{1*}, Ж.А. Майданғалиева², Г.А. Кузембаева³

¹Болашақ университеті, Қызылорда, Қазақстан

²Баишев университеті, Ақтөбе, Қазақстан

³Қ. Жұбанов атындағы Ақтөбе өңірлік университеті, Ақтөбе, Қазақстан

(*Хат-хабаларға арналған автор: E-mail: ryskulova_aygerim@inbox.ru)

ORCID ID: ¹0000-0002-5457-9631

ORCID ID: ²0000-0003-3189-8880

ORCID ID: ³0000-0001-8964-3683

Қазақстан республикасының мектепке дейінгі ұйымдарында психогимнастикаға деген сұранысты бағалау

Психогимнастика бала тұлғасының барлық психикалық процестерінің дамуына әсер ету тұрғысынан өзін әмбебап әдіс ретінде көрсетті. Зерттеудің мақсаты — Қазақстан Республикасының қазіргі заманғы мектепке дейінгі ұйымдарында (бұдан әрі — ҚР МДҰ) психогимнастикаға сұранысты бағалау. Авторлар бұл бағалауды анықтауда механизмнің жоқтығына және оны әзірлеу қажеттілігіне назар аударады, бұл зерттеудің ғылыми және практикалық маңыздылығын көрсетеді. ҚР МДҰ психогимнастикаға сұранысты бағалаудың негізгі әдістері әдебиеттік талдау және Ақтөбе облысының 117 мектепке дейінгі тәрбиешілерінің арасында сауалнама жүргізу болып табылады. Сауалнама нәтижелері тәжірибеде психогимнастикаға сұраныстың (пайдаланудың) төмен деңгейін көрсетеді. Психогимнастиканы практикада қолданудың төмен деңгейінің екі негізгі себебі анықталды: 1) тәрбиешілер психогимнастиканы ұйымдастырудың теориясы мен әдістемесін толық меңгермеген, сондықтан оның артықшылықтары мен қолдану тиімділігі туралы білімі жок; 2) психогимнастика бойынша теориялық және практикалық материал орыс тілінде әзірленген, сондықтан этномәдени ерекшеліктерді ескере отырып (ұлттық ойындар, ұлттық ертегілер, батырлар және т.б.). Психогимнастикаға сұраныс деңгейін тәжірибеде арттыру үшін тәрбиешілер психогимнастиканың мүмкіндіктерін толық білуі және оны қолдана білу дағдысы болуы керек.

Кілт сөздер: психогимнастика, психогимнастикаға сұраныс, Қазақстан Республикасының мектепке дейінгі ұйымдары, мазасыздық, қорқыныш, агрессия, интеллект, денсалықты сақтау технологиясы.

Kipicne

Мектепке дейінгі педагогика тарихында психогимнастика өзін ерекше дамуы бар және денсаулығында бұзылысы бар баланың жеке басының барлық психикалық процестерінің дамуына әсер ету тұрғысынан ғана емес, сонымен қатар педагогтардың да, психологтардың, дефектологтардың да жұмыстарында пайдалануға керек әмбебап әдіс ретінде көрсетті.

Психогимнастика бала психикасының әртүрлі аспектілерін (оның танымдық және эмоционалды-тұлғалық қабілеттерін) дамытуға және түзетуге бағытталған этюдтарды, жаттығуларды және ойындарды қамтитын арнайы сабақтар түрінде жүзеге асырылады (А.О. Рогожина)[1]. Жеке зерттеулердің, ойындардың егжей — тегжейлі мазмұны негізінен М.И. Чистякованың [2] шығармаларында, ал әзірленген авторлық сабақтардың мазмұны Е.А. Алябьеваның [3] шығармаларында ашылады.

Осылайша, әдістеме бір жағынан мектепке дейінгі және бастауыш білім беру ұйымдарының балаларымен психогимнастика сабақтарын өткізудің тиімділігін дәлелдеді. Дегенмен, бақылаулар көрсеткендей, басқа да тиімді әдістермен қатар психогимнастика Қазақстан Республикасы тәрбиешілері мен педагогтарының кәсіби қоғам арасында өзінің танымалдылығын біртіндеп жоғалтуда. Себебі, Қазақстан Республикасында мектепке дейінгі білім беру жүйесінде психологтар мен дефектологтардың пайда болуымен балалармен жеке жұмыстың психокоррекциялық әдістеріне көбірек басымдық берілуде, ал бастапқыда тәрбиешілер балалармен топтық жұмыс жүргізуде осы «әмбебап» құралмен қаруланған еді. Бұл фактор осы жаппай «әмбебап» құралдың бірте-бірте танымалдылығы мен қолданыстан бірте-бірте жоғалуына әкеліп соғады.

Осылайша, қазіргі әдебиеттерге әдеби шолу психогимнастикаға тақырыптық сұраныстың кең ауқымын көрсетеді. Бұл әдіске деген сұраныс оны жүйелі қолдану баланың жеке басына жан-жақты және нақты әсер ететіндігімен, оның психикалық және адамгершілік дамуының барлық аспектілерінің дамуы мен жетілдірілуіне ықпал ететіндігі соншалық, ол бірнеше айдың ішінде нәтижеге қол жеткізуге мүмкіндік береді және басқа әдістер тиімсіз болған мәселелерді шешуде

айтарлықтай нәтиже береді. Дегенмен, психогимнастика негізінен ресей және қазақ ғалымдарының зерттеу нысаны екенін айта кеткен жөн. Қиыр шет елдің ғылыми орталықтарында жүргізілген зерттеулерде психогимнастика спорт психологиясы саласында қарастырылады [18; 19 және т.б.], бұл оны балалар психологиясына қатысты зерттеуге сұраныстың төмендігін көрсетеді. Бұл факт балалардың жеке басын дамытудағы психогимнастиканың рөлі туралы түсінікті кеңейту үшін тақырыпты кеңінен қамту және зерттеу нәтижелерін мақаланың ағылшын тіліндегі нұсқасында тарату қажеттілігін көрсетеді.

Әдістер мен материалдар

Талдау объектісі ғылыми еңбектер және Ақтөбе облысындағы 117 мектепке дейінгі ұйым педагогтары арасында жүргізілген сауалнама нәтижелері болып табылады. Осыған сәйкес негізгі зерттеу әдістері: зерттеу тақырыбы бойынша ғылыми жұмыстарды талдау және синтездеу, анкета жүргізу.

Бұл зерттеу нысаны келесі сұрақтарға жауап табуға бағытталған:

1. Психогимнастиканы ұйымдастырудың теориясы мен әдістемесінде қандай бағыттар ең сұранысқа ие?
2. Қазақстан Республикасының мектепке дейінгі білім беру жүйесінде психогимнастиканы қолдану мәселесінің жағдайы қандай?
3. Қазақстан Республикасындағы мектепке дейінгі тәрбиеде психогимнастика қаншалықты деңгейде сұранысқа ие?
4. Психогимнастика мектепке дейінгі тәрбиенің теориясында да, практикасында да бірдей сұранысқа ие ме?

Осы сұрақтарға жауап табу психогимнастика Қазақстан Республикасындағы мектепке дейінгі тәрбиешілер жұмысында жоғары сұранысқа ие психокоррекциялық әдіс болып табылады деген болжамды растауға немесе жоққа шығаруға мүмкіндік береді.

Мектепке дейінгі ұйымдарда психогимнастикаға сұраныс дәрежесін талдау екі кезеңді қамтиды:

1. Психогимнастикаға сұранысты теориялық тұрғыдан бағалау.
2. Психогимнастикаға деген сұранысты тәжірибеде бағалау.

Біздің әрі қарайғы зерттеуіміздің негізін біз тәрбиешілердің өз жұмысында психогимнастиканы қолданудағы кедергілерді анықтаумен және оны практикада қолдану аясын кеңейтумен, сондай-ақ жоғары және қосымша білім беру жүйесінде педагог кадрларды даярлау процесіне психогимнастиканы ұйымдастыру теориясы мен әдістемесін енгізумен байланыстырамыз.

Нәтижелер және оларды талдау

1. Психогимнастикаға сұранысты теориялық тұрғыдан бағалау.

Психогимнастика — арнайы сабақтар курсына немесе жеке ойын немесе сызба түрінде жүзеге асырылатын әдіс. Бұл әдіс адам психикасының әртүрлі аспектілерін дамытуға және түзетуге бағытталған. Психогимнастика тек психокоррекциялық ғана емес, сонымен қатар психопрофилактикалық әдіс. Психогимнастика әдіс ретінде әртүрлі сабақ түрлерінде (сабақтар арасында) қолданылуы мүмкін, мысалы, оны дене шынықтыру сабағына (гимнастика) бөлек енгізуге болады (Осипова А.А. т.б.) [4].

Психогимнастиканы музыкамен және суретпен сүйемелдеуге болады. Психогимнастика сабақтарында балалар өзара әрекеттесетін бейнелі түрде ойдан шығарылған заттар, өте сирек шынайы нақтылар заттар (орындық, арқан, құрсау, доп, ойыншық, құм, қағаз, су және т.б.) пайдаланылады. Бұл психогимнастиканың артықшылықтарының бірі, өйткені мұндай сабақтарды өткізуге дайындық көрнекі құралдарды жасауға уақыт пен ақшаны жұмсауды қажет етпейді.

И.И. Ляковская, С.Н. Миронова «Психогимнастика бала психикасының әртүрлі аспектілерін түзету құралы ретінде» жұмысында (2022) [5] психогимнастика сабақтарын өткізудің негізгі бағыттары, кезеңдері мен шарттары, сондай-ақ әртүрлі санаттағы балалармен психогимнастиканы қолданудан күтілетін нәтижелер анықталады: өзін-өзі бағалау мен эмпатияны дамыту; құрдастарымен және басқалармен қарым-қатынаста сенімділікті дамыту; танымдық және эмоционалдық саланы дамыту. Көріп отырғанымыздай, мұндай нәтижелерге қол жеткізу жалпы алғанда балалардың психикалық денсаулығын сақтауға ықпал етеді. Осылайша, авторлар психогимнастиканың әмбебаптығын көрсетеді. Әмбебаптылық психогимнастиканы меңгерген балалардың бойында жағымды мінез-құлық қасиеттерін (адалдық, батылдық, мейірімділік) дамытып,

невротикалық көріністерді (қорқыныш, сенімсіздік) жоюынан да көрінеді. Жалпы сөйлеу тілі дамымаған мектеп жасына дейінгі балаларда айналасындағы адамдарға және заттарға деген танымдық қызығушылық белсендіріледі, жарқын эмоциялар мен қозғалыстар қалыптасады, сөйлеу, зейін, есте сақтау дамиды, шығармашылық ойлау дамиды.

Әдебиеттерді талдау көрсеткендей, мектепке дейінгі және бастауыш білім беру теориясында біз анықтаған психогимнастиканың келесі төрт бөлек бағыты жоғары сұранысқа ие:

I. Психогимнастиканың эмоциялық даму мен мінез-құлыққа әсері.

1.1. Мазасыздықты жеңуге психогимнастиканың әсері.

1.2. Қорқынышты жеңуге психогимнастиканың әсері.

1.3. Агрессияны жеңуге психогимнастиканың әсері.

II. Психогимнастиканың интеллект дамуына әсері.

III. Сөйлеу және қарым-қатынас дағдыларын дамытуға психогимнастиканың әсері.

IV. Психогимнастика денсаулық сақтау технологиясы ретінде.

Жоғарыда аталған кейбір бағыттарды толығырақ қарастырайық.

Е.Я. Зубкова «Хореография сабақтарында психогимнастиканы қолдану арқылы мектеп жасына дейінгі балалардың эмоционалдылығын дамыту» (2018) еңбегінде, ойын мектепке дейінгі жаста жетекші іс-әрекет болғандықтан, топтық сабақтарды ойын түрінде ұсынатын психогимнастиканы қолдану балалардың эмоционалдық әл-ауқатын жақсартуға ықпал ететінін атап өтті [6]. Осылайша, психогимнастиканы қолдану мектеп жасына дейінгі балалардың қалыптасуы мен дамуының табиғи механизмдеріне негізделген. Сонымен қатар, психогимнастика психикалық күйзелісті, эмоционалдық уайымды жеңілдетеді, балалардың жақсы эмоционалдық әл-ауқатын сақтайды және өзін-өзі көрсетуге мүмкіндік береді. Тәжірибе көрсеткендей, ата-аналар балаларының бойындағы эмоционалдық және интеллектуалдық дамуындағы оң өзгерістерді байқап, «танымай» қалатын жағдайларды атап өткен.

Әдебиеттерде 6-7 жастағы балалардағы алаңдаушылықты «жеңу» әдісі ретінде психогимнастикаға ерекше көңіл бөлінеді. Көптеген авторлар жазғандай, бұл тақырыпқа қызығушылықтың артуы балаларды мектепке дайындаумен байланысты, мысалы: Н.С. Егорова, В.В. Находкин «Психогимнастика элементтерін қолдану арқылы 6-7 жастағы балаларда алаңдаушылықты жеңу» (2014) [7], Л.А. Якубова «Психогимнастика элементтерін қолдану арқылы 6-7 жастағы балаларда алаңдаушылықты жеңу» (2020) [8], О.В. Якубенко «Психогимнастика балалардағы ситуациялық алаңдаушылықты жеңу құралы ретінде» (2021) [9]. авторлардың еңбектерінді көрсетіледі.

О.А. Петрова, А.А. Белкинаның «Жоғары мектеп жасына дейінгі балалардың қорқынышын түзетудегі психогимнастика» (2019) жұмысын талдау жоғары мектеп жасына дейінгі балалардың қорқынышын түзету процесінде психогимнастиканы қолданудың тиімділігін көрсетеді [10]. Бұл жұмыста психогимнастика балаларда қорқынышты жеңу қабілетін қалыптастырады, болашақта неғұрлым күрделі өмірлік жағдайларды шешу үшін, қиындықтарды жеңу қабілетінің дамуына, эмоцияларды тану және дұрыс білдіру (көрсета алу), ойлар, сезімдер мен мінез-құлық арасында байланыс орнату қабілетінің дамуына әсер етеді.

Психогимнастика агрессивті мінез-құлқы бар балаларға да айтарлықтай әсер етеді, мұны Т.А. Ақұлова «Психогимнастика мектеп жасына дейінгі балалардың агрессивтілігін төмендету құралы ретінде» (2020) еңбегінен көре аламыз. Балалық шақтағы агрессивті мінез-құлық үлгісінің ересек жасқа ауысуын болдырмау үшін мектеп жасына дейінгі балаларға өз денесін және олардың мінез-құлқын өзін-өзі реттеудің жаңа әдістерін үйрету мақсатында тәрбиеші пен педагог-психологтың жұмыстарында психогимнастика сабақтарда қолданылады [11].

Т.П. Бегидова, Н.В. Агеева, И.В. Петрованың «Ақыл-ойы бұзылған адамдарға арналған психогимнастикадағы бейімделгіш дене шынықтыру» (2023) еңбектерінде, авторлар ақыл-ойы бұзылған адамдардың денсаулығының психофизиологиялық деңгейін арттыруда психогимнастиканы қолданудың тиімділігін дәлелдейді [12].

Т.А. Егорова «Жалпы сөйлеу тілі дамымаған мектеп жасына дейінгі балалардың жалпы денсаулығына психогимнастиканың әсері» (2017) мектеп жасына дейінгі балалардың сөйлеу әрекеті тәжірибесіне психогимнастиканы қосуды ұсынады. Автордың пікірінше, мұндай инклюзия жалпы сөйлеу тілі дамымаған балаларға санадағы «ертегі» бейнелерді ойын түрінде қайта құру арқылы «еркін» қарым-қатынас жағдайын жасау арқылы тілдік кедергілерді жоюға айтарлықтай көмектеседі [13], бұл В.В. Захаренкованың «Мектеп жасына дейінгі балалардың кекештігін түзетудегі

психогимнастика» (2012) [14, т.б.] жұмысындағы мақсатты сөйлеу бұзылыстарының мысалымен де расталады.

Психогимнастиканың теориялық негіздемесіне деген сұраныс психогимнастиканы қолданумен байланысты проблемалық зерттеулердің кең ауқымында көрінеді. Мұндай кең ауқым психогимнастиканың әдіс ретінде ғана емес, сонымен қатар технология ретінде де әмбебаптығын дәлелдейді, бұл Г.В. Илина, А.Д. Егупова «Психогимнастика зейін тапшылығы және гиперактивтілік бұзылыстары бар жоғары мектеп жасына дейінгі балалардағы бұзылуларды түзету құралы ретінде» (2022). Бұл жұмыста авторлар мектеп жасына дейінгі гиперактивті баланың психо-эмоционалдық жағдайын жақсарту мақсатында оның жүйке жүйесін қалпына келтіру үшін түзету технологиясы ретінде психогимнастиканы пайдаланады [15].

Психогимнастика баланың психикасын түзету әдісі ретінде ғана емес табысты қолданылады. Психогимнастиканың моральдық саланы дамыту әдісі ретіндегі тиімділігі типтік дамуы да, кемтарлығы да бар балаларға қатысты келесі жұмыстарда негізді түрде дәлелденген: Н.Н. Соколова «Балалардың адамгершілік қасиеттерін дамытуда психогимнастиканы қолдану» (2015) [16], К.А. Алховская, А.Р. Ибрагимов «Мектеп жасына дейінгі психикалық дамуы тежелген балалардың адамгершілік қасиеттерін дамытудың психологиялық-педагогикалық шарттары» (2022 ж.), т.б. [17].

Осылайша, қазіргі әдебиеттерге әдеби шолу психогимнастикаға сұраныстың кең ауқымын көрсетеді. Бұл әдіске деген сұраныс баланың жеке басына жан-жақты және нақты әсер етіп, оның психикалық және адамгершілік дамуының барлық аспектілерін дамытуға және жақсартуға ықпал ететіндігіне байланысты. Осылайша, психогимнастика өзінің жан-жақтылығымен ерекше. Оны жүйелі қолдану бірнеше ай ішінде басқа әдістер тиімсіз болған мәселелерді шешуде айтарлықтай нәтижелерге қол жеткізуге мүмкіндік береді.

2. Психогимнастикаға деген сұранысты тәжірибеде бағалау.

Психогимнастика практикада қаншалықты сұранысқа ие екенін білу үшін біз авторлық сауалнаманы жасадық. Сауалнама бірнеше таңдау мәлімдемесі бар 14 сұрақты қамтиды, олардың біреуін респондент дұрыс жауап ретінде таңдайды. Сауалнама Google форматында жүргізілді (1-кестені қараңыз).

К е с т е 1

«Тәжірибеде психогимнастикаға сұранысты бағалау» сауалнамасы.

1. Сіз қай жас санатына жатасыз? 20-30 30-40 40-50 50-60
2. Сіздің жұмыс тәжірибеңіз қанша жыл аралығын қамтиды? 1-5 6-10 11-20 21-30
3. Сіз қызмет атқаратын мектепке дейінгі ұйым қандай елді мекенде орналасқан? Қала Ауыл
4. Сіз қандай балабақша топтарында жиі жұмыс жасайсыз? Кішкентай бүлдіршіндерге арналған балабақша тобы (1,5 жастан 3 жасқа дейін) Кіші топ балаларға арналған (3 жастан 4 жасқа дейін) Ортаңғы топ балаларға арналған (4 жастан 5 жасқа дейін) Жоғары топ балаларға арналған (5 жастан 6 жасқа дейін)
5. Сізде «психогимнастика» туралы түсінік бар ма? Иә, білемін Жоқ, естіген жоқпын, білмеймін Естідім, бірақ білмеймін
6. Сіздің балабақша тобыңызда психогимнастика сабақтары орындалды ма? Жоқ, орындалмады Иә, олар сирек орындалды Иә, біз аптасына бір рет немесе одан да көп Иә, біз аптасына 2 рет немесе одан да көп Жауап беруге киналамын

7. Сіздің мектепке дейінгі ұйымыңызда психогимнастика сұранысқа ие ме? Жоқ, сұранысқа ие емес Иә, сұранысқа ие Сирек жағдайларда талап етіледі Жауап беруге қиналамын
8. Сіз үшін қай әдіске басымдық бересіз: психогимнастика немесе басқа әдістер? Мен психогимнастикаға басымдық беремін Мен басқа әдістерге басымдық беремін
9. Сіз психогимнастиканы қалай жүргізу керектігін білесіз бе? Иә Жоқ
10. Психогимнастиканы қашаннан бері қолданасыз? Қолдана бастағаным көп уақыт болған жоқ Мен оны бір жылдан астам қолданамын Бүгіл тәжірибеде қолданудамын Қолданбаймын
11. Психогимнастиканы тәжірибеңізде қолдануыңызға не себеп болды? Нәтиженің тиімділігі Қолданбаймын
12. Психогимнастиканың артықшылықтарын білесіз бе? Иә, мен барлық артықшылықтар туралы білемін Жоқ, мен ешқандай артықшылықты білмеймін Иә, бірақ мен барлық артықшылықтар туралы толық білмеймін
13. Психогимнастиканы қолданған кезде оның тиімділігін байқадыңыз ба? Мен оны қолдандым, оның тиімділігін бірнеше рет байқадым және оған сенімдімін Қолданбадым Мен психогимнастиканы қолдандым, бірақ оның тиімділігін байқамадым
14. Жұмысыңызда психогимнастиканы қолдану ықтималдылығы? 0-30 % (ықтимал емес) 31-60 % (орташа ықтимал) 61-100 % (жоғары ықтимал)

Зерттеу жұмысымыз барысында Қазақстан Республикасының мектепке дейінгі білім беру педагогтары арасында сауалнама жүргізілді. Сауалнамаға 117 мұғалім қатысты.

Жасы, еңбек өтілі, елді мекендегі және балабақшадағы жұмыс орны бойынша 1-4 сұрақтарға берілген жауаптарды талдау мынаны көрсетті:

1) сауалнамаға қатысқан мұғалімдердің 67 %-ы 20-дан 40 жасқа дейінгі еңбек өтілі 1 жылдан 10 жылға дейін; қалғандары (33 %) 40 жастан асқан және сәйкесінше еңбек өтілі ұзағырақ болды.

2) Педагогтар балабақшаның әртүрлі топтарында жұмыс істейді: 24 адам (Кішкентай бүлдіршіндер тобы), 30 адам (кіші топ), 30 адам (ортаңғы топ), 33 адам (жоғары топ).

3) 73 адам (62 %) қалалық педагогтар болды.

«Сізде «психогимнастика» туралы түсінік бар ма?» сауалнамасының № 5 сұрағына берілген жауаптардың талдауы көрсеткендей, 69 тәрбиеші (59 %) «психогимнастика» туралы түсінігі бар, 14 тәрбиеші (12 %) «психогимнастика» туралы білмейді, 34 педагог (29 %) бұл атауды естіген, бірақ жалпы психогимнастиканың не екенін білмейді.

№ 6 «Сіздің балабақша тобыңызда психогимнастика сабақтары орындалды ма?» сауалнамасының жауабын талдау:

1) педагогтардың 68 % өз жұмысында психогимнастиканы сирек пайдаланады;

2) 15 % жауап беруге қиналған;

3) 17 % психогимнастика аптасына 1-2 рет өткізілетінін көрсетті.

№ 7 «Сіздің мектепке дейінгі ұйымыңызда психогимнастика сұранысқа ие ме?» сауалнамасының жауаптары, тәжірибеде психогимнастикаға сұраныстың айтарлықтай төмен деңгейін көрсетеді:

1) педагогтардың 27 %-ы психогимнастика сұранысқа ие деп жауап берді;

2) 23 % жауап беру қиын екенін көрсетті;

3) 14 % психогимнастика сирек сұранысқа ие екенін айтты;

4) 36 % психогимнастика сұранысқа ие емес деп жауап берді.

№ 8 сұраққа «Сіз үшін қай әдіске басымдық бересіз: психогимнастика немесе басқа әдістер?» Респонденттердің жартысынан азы (педагогтар 42 %) психогимнастиканы қалайды деп жауап берді.

№ 9 сұраққа «Сіз психогимнастиканы қалай жүргізу керектігін білесіз бе?». респонденттердің жартысынан азы (педагогтардың 41 %) психогимнастиканы қалай жүргізе алу жолын білемін деп жауап берді.

№ 10 «Психогимнастиканы қашаннан бері қолданасыз?» деген сұраққа жауаптарды талдау. педагогтардың барлығы 46 % психогимникамен айналысатынын көрсетеді:

- 1) 30 адам (25 %) — «Қолдана бастағаным көп уақыт болған жоқ» деген жауапты таңдады;
- 2) 10 адам (9 %) — «Мен оны бір жылдан астам қолданамын» деген жауапты таңдады;
- 3) 14 адам (12 %) — «Бүкіл тәжірибемде қолданудамын» деген жауапты таңдады;
- 4) 63 адам (54 %) — «Қолданбаймын» деген жауапты таңдады.

№ 11 «Психогимнастиканы тәжірибеңізде қолдануыңызға не себеп болды?» сауалнамасының жауаптары. Респонденттердің 41 %-ы психогимнастиканы оның тиімділігі мен нәтижелеріне байланысты өз жұмысында қолданғанын көрсетеді.

«Психогимнастиканың артықшылықтарын білесіз бе» деген № 12 сұраққа респонденттер былай деп жауап берді.

- 1) 29 адам (25 %) — «иә, мен барлық артықшылықтар туралы білемін»;
- 2) 38 адам (32 %) — «жоқ, артықшылығын білмеймін»;
- 3) 50 адам (43 %) — «иә, бірақ мен барлық артықшылықтар туралы толық білмеймін».

«Психогимнастиканы қолданған кезде оның тиімділігін байқадыңыз ба?» № 13 сұраққа жауаптарды талдау. анықталды:

1) педагогтардың 44 %-ы психогимнастиканың тиімділігін бірнеше рет байқаған және бұған сенімді болған;

2) педагогтардың 56 %-ы психогимнастиканы мүлде қолданбаған.

Соңғы № 14 «Жұмысыңызда психогимнастиканы қолдану ықтималдылығы?» деген сұраққа жауаптарды талдау, тәжірибеде психогимникаға сұраныстың төмен деңгейін де көрсетеді:

- 1) 50 адам (43 %) — «0-30 % (ықтимал емес)»;
- 2) 50 адам (43 %) — «31-60 % (орташа ықтимал)»;
- 3) 17 адам (14 %) — «61-100 % (жоғары ықтимал).»

Сауалнама нәтижесінде тәжірибеде психогимникаға сұраныс деңгейі № 2 кестеде көрсетілген критерийлерге сәйкес анықталды.

К е с т е 2

Психогимникаға тәжірибедегі сұраныстың деңгейлері мен критерийлері

№	Қазақстан Республикасының мектепке дейінгі ұйымдарындағы психогимникаға сұраныс деңгейлері	Қазақстан Республикасының мектепке дейінгі ұйымдарындағы психогимникаға сұраныс критерийлері
1	2	3
1	Жоғарғы деңгейі	1. «Психогимника» туралы түсініктері бар 2. Психогимника сабақтары жүйелі түрде жүргізіледі 3. Психогимника сұранысқа ие 4. Әдістерді тандауда психогимникаға басымдық береді 5. Психогимнастиканы жүргізуде жеткілікті кәсіби дағдылары бар 6. Психогимника жүргізуде көп жылдық тәжірибесі бар 7. Психогимнастиканы жүргізудің мотиві бар 8. Психогимнастиканың пайдасын біледі 9. Психогимнастиканы бір рет қолдану барысында оның тиімділігіне сенім пайда болды. 10. Психогимнастиканы қолданудың жоғары ықтималдығы
2	Орташа деңгейі	1. «Психогимника» туралы түсініктері бар 2. Психогимника сабақтары жүйелі емес негізде жүргізіледі 3. Психогимника жағдайға байланысты сұранысқа ие 4. Басқа әдістермен қатар психогимнастиканы жүргізеді 5. Психогимника жүргізуге кәсіби дағдылары жеткіліксіз 6. 1 (бір) жылға тең және одан да көп психогимника жүргізу тәжірибесі бар 7. Психогимнастиканың пайдасы туралы толық білмейді 8. Психогимнастиканы бір рет қолдану барысында оның тиімділігіне сенімділік болмайды. 9. Психогимнастиканы қолданудың орташа ықтималдығы

1	2	3
3	Төменгі деңгейі	1. «Психогимнастика» туралы түсінігі жоқ 2. Психогимнастика сабақтары өткізілмейді 3. Психогимнастика сұранысқа ие емес 4. Әдістерді таңдағанда психогимнастикаға артықшылық бермейді 5. Психогимнастика жүргізуде кәсіби дағдылары жоқ 6. Психогимнастиканы жүргізу тәжірибесі жоқ 7. Психогимнастиканы жүргізудің негізі жоқ 8. Психогимнастиканың пайдасы туралы білмейді 9. Психогимнастиканы қолданбағандықтан оның тиімділігіне сенім жоқ. 10. Психогимнастиканы қолданудың төмен ықтималдығы

Осы критерийлерге сәйкес, сауалнама нәтижелерін талдау, әдетте, практикада психогимнастиканы қолданудың төмен деңгейін көрсетеді. Оның басты себебі, тәрбиешілердің психогимнастиканы ұйымдастырудың теориясы мен әдістемесін толық меңгермегендігі, сондықтан оның артықшылықтары мен қолдану тиімділігі туралы білімінің жоқтығында екенін көрсетеді. Екінші себеп, психогимнастика бойынша теориялық және практикалық материалдың орыс тілінде әзірленгендігінде, сондықтан этномәдени ерекшеліктерді ескере отырып, қазақ тілінде мұндай материалдарды (ұлттық ойындар, ертегілер, батырлар т.б.) әзірлеуге теория мен практика тарапынан айтарлықтай күш салу қажет, бұл біздің болашақ жұмысымыздың негізі болмақ.

Қорытынды

Осылайша, талдау теория мен практикада психогимнастикаға деген сұраныстың әртүрлі деңгейін көрсетті. Теориялық тұрғыдан психогимнастиканы қолданудың тиімді әдісі ретінде зерттеу мен негіздеуге қызығушылық артып келеді:

1) психогимнастика балаларға қарым-қатынастағы кедергілерді жеңуге, өзін және басқаларды жақсы түсінуге, психикалық күйзелістен арылуға және өз ойын жеткізуге мүмкіндік береді.

2) психогимнастика сабақтары шамадан тыс шаршау, үрейлену, ашуланшақтық, оқшаулану, невроздар, мінез-құлық бұзылыстары, жеңіл ақыл-ой кемістігі және басқа да жүйке-психикалық бұзылыстары бар балаларға арналған.

Алайда, осы артықшылықтарға қарамастан, Қазақстан Республикасындағы мектепке дейінгі ұйым педагогтар жұмысында психогимнастиканы қолдану деңгейі төмен екендігі көрсетілген. Психогимнастикаға тәжірибеде сұраныстың болмауының негізгі себептерінің бірі — бұл әдістің (технологияның) тиімділігі және оны өз жұмысында ұйымдастыру әдістемесі туралы жеткілікті білімнің болмауы. Бұл тәжірибеде психогимнастикаға деген сұраныс деңгейін арттыру, яғни балалармен жұмыс жасауда оны қолданудың жүйелілігін арттыру үшін педагогтар психогимнастиканың мүмкіндіктерін оны пайдалану дағдыларын толық білуі керек деген қорытындыға келеміз.

Қаржыландыру көздері

Бұл зерттеуді Қазақстан Республикасы Ғылым және жоғары білім министрлігінің Ғылым комитеті (грант ИРН AP13068325) қаржыландырады.

Әдебиеттер тізімі

- 1 Рогожина А.О. Психогимнастика как средство развития и формирования эмоционального состояния у детей младшего школьного возраста / Будущие науки-2019: сборник научных статей 7-й Международной молодежной научной конференции, Курск, 25-26 апреля 2019 года. Том 2. — Курск: Юго-Западный государственный университет, 2019. — С. 263-265.
- 2 Чистякова М.И. Психогимнастика / Под ред. М.И. Буянова. — 2-е изд. — М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. — 160с.
- 3 Алябьева Е.А. Занятия по психогимнастике с дошкольниками / Методическое пособие. Изд. 2-е, перераб. и доп. — М.: Сфера, 2008. — 160 с.
- 4 Осипова А.А. Общая психокоррекция. Учебное пособие / А.А. Осипова. — М.: Сфера, 2002. — 510 с.
- 5 Ляковская И.И., Миронова С.Н. [Психогимнастика как средство коррекции различных сторон психики ребенка // Образование в Орловской области.](#) — 2022. — № 4. — С. 105-110.

- 6 Зубкова Е.Я. Развитие эмоциональности у детей дошкольного возраста средствами психогимнастики на занятиях хореографией // В сборнике: Психолого-педагогические проблемы развития ребенка в современных социокультурных условиях. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. — Курск: ЗАО «Университетская книга», 2018. — С. 366-369.
- 7 Егорова Н.С., Находкин В.В. Преодоление тревожности детей 6-7 лет с использованием элементов психогимнастики. Сборники конференций НИЦ Социосфера. — 2014. — № 3. — С. 56-59.
- 8 Якубова Л.А. Преодоление тревожности детей 6-7 лет с использованием элементов психогимнастики // Мировая наука. — 2020. — № 3 (36). — С. 589-592.
- 9 Якубенко О.В. Психогимнастика как средство преодоления ситуативной тревожности у детей / Защита детства: проблемы, поиски, решения. Сборник конференций IV Всероссийской научно-практической конференции / под ред. И.В. Иванченко. М: Издательство «Знание — М», 2021. — С. 543-545.
- 10 Петрова О. А., Белкина А.А. Психогимнастика в коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста // Научно-методический электронный журнал «Концепт». — 2019. — № 7 (июль). — С. 55–62. — [Электронный ресурс]. -Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2019/192026.htm>
- 11 Акулова Т.А. [Психогимнастика как средство снижения агрессивности детей дошкольного возраста](#) // В книге: Проблемы и перспективы физиологического сопровождения тренировочного процесса. Материалы международной научно-практической (on-line) конференции молодых ученых, посвященных 50-летию Уральского государственного университета физической культуры. — Челябинск: С. 11-13.
- 12 Бегидова Т.П., Агеева Н.В., Петрова И.В. [Адаптивная физическая культура в психогимнастике для лиц с нарушением интеллекта](#) // [Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки](#). — 2023. — Т.28. [№ 1 \(202\)](#). — С. 143-153.
- 13 Егорова Т.А. [Влияние психогимнастики на общее состояние здоровья дошкольников с общим недоразвитием речи](#) / Изучение и образование детей с различными формами дизонтогенеза в условиях реализации ФГОС. Материалы Всероссийской научно-практической конференции студентов, магистрантов, аспирантов и слушателей. — Екатеринбург, 2017. — С. 389-392.
- 14 Захаренкова В.В. Психогимнастика в коррекции заикания у детей дошкольного возраста // Современное дошкольное образование: теория и практика. — 2012. — 4(30). — С. 28-34
- 15 Ильина Г.В., Егупова А.Д. [Психогимнастика как средство коррекции нарушений у детей старшего дошкольного возраста с синдромом дефицита внимания и гиперактивности](#) / Здоровьесберегающие и коррекционные технологии в современном образовательном пространстве. Сборник научных трудов по результатам Международной научно-практической конференции, посвященной 90-летию высшего педагогического образования Магнитогорска. — Магнитогорск: МГТУ имени Г.И. Носова, 2022. — С. 83-87.
- 16 Соколова Н.Н. Использование психогимнастики в развитии нравственных качеств у детей // Дошкольная педагогика. — 2015. — № 2(107). — С. 60-61.
- 17 Альховская К.А., Ибрагимова А.Р. Психолого-педагогические условия развития нравственных качеств у детей дошкольного возраста с задержкой психического развития // Обществознание и социальная психология. — 2022. — № 11(41). — С. 37-43.
- 18 Laureys, F., & Lenoir, M. (2023). *A one-year follow-up of the cognitive and psycho-behavioural skills in artistic gymnastics. Psychology of Sport and Exercise, Volume 66*, May 2023. — [Electronic resource]. — Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102375>
- 19 Lin, C., & Hung, T. (2021) *Up-regulation of proactive control is associated with beneficial effects of a childhood gymnastics program on response preparation and working memory. Brain and Cognition, Volume 149*, April 2021. — [Electronic resource]. — Access mode: <https://doi.org/10.1016/j.bandc.2021.105695>

А.Ә. Рысқұлова, Ж.А. Майданғалиева, Г.А. Кузембаев

Оценка востребованности психогимнастики в дошкольных учреждениях Республики Казахстан

Психогимнастика зарекомендовала себя как универсальная методика с позиции ее влияния на развитие всех психических процессов личности ребенка. Цель исследования заключается в оценке востребованности психогимнастики в современных дошкольных организациях Республики Казахстан (далее — ДО РК). Авторы обращают внимание на отсутствие механизма в определении данной оценки и необходимость его разработки, что указывает на научную и практическую значимость исследования. Основными методами оценки востребованности психогимнастики в ДО РК служит анализ литературы, анкетирование 117 воспитателей ДО Актюбинской области. Результаты анкетирования свидетельствуют о низком уровне востребованности (использования) психогимнастики на практике. Выделены две основные причины низкого уровня востребованности (использования) психогимнастики на практике: 1) воспитатели в полной мере не владеют теорией и методикой

организации психогимнастики, а значит, не обладают знаниями о ее преимуществах и эффективности применения; 2) теоретический и практический материал по психогимнастике разработан на русском языке, поэтому потребуются значительные усилия со стороны теории и практики для разработки таких материалов на казахском языке с учетом этнокультурных особенностей (на материале национальных игр, национальных сказок, героев и т.д.). Чтобы повысить уровень востребованности психогимнастики на практике, воспитатели должны быть в полной мере осведомлены о возможностях психогимнастики, обладать навыками ее использования.

Ключевые слова: психогимнастика, востребованность в психогимнастике, дошкольные организации Республики Казахстан, тревога, страх, агрессия, интеллект, технологии здравоохранения.

A.A. Ryskulova, Zh.A. Maydangalieva, G.A. Kuzembayeva

Assessment of the demand for psycho-gymnastics in preschool institutions of the Republic of Kazakhstan

Psychogymnastics has established itself as a method of developing all mental processes of a child's personality. The purpose of the study is to assess the demand for psychogymnastics in preschool organizations of the Republic of Kazakhstan. The authors draw attention to the lack of a mechanism in determining this assessment and the need for its development. The main methods of assessing the demand for psychogymnastics are literature analysis, questionnaire survey of 117 educators. The results of the survey indicate a low level of demand for psychogymnastics in practice. Two main reasons are highlighted: 1) educators do not know the theory and methodology of the organization of psychogymnastics, do not have knowledge about its advantages and effectiveness of application; 2) the material on psychogymnastics is developed in Russian, so efforts will be required to develop materials in Kazakh. In order to increase the level of demand for psychogymnastics in practice, educators should be aware of the possibilities of psychogymnastics, have the skills to use it.

Key words: psycho-gymnastics, demand in psycho-gymnastics, preschool organizations of the Republic of Kazakhstan, anxiety, fear, aggression, intelligence, health care technology.

References

- 1 Rogozhina, A.O. (2019). Psihogimnastika kak sredstvo razvitiya i formirovaniya jemocional'nogo sostojaniya u detej mladshego shkol'nogo vozrasta [Psycho-gymnastics as a means of development and formation of emotional state in children of primary school age]. *Budushhie nauki-2019: sbornik nauchnyh statej 7-j Mezhdunarodnoj molodezhnoj nauchnoj konferencii- Future Sciences 2019: collection of scientific articles of the 7th International Youth Scientific Conference*, 263-265 [in Russian].
- 2 Chistjakova, M.I. & M.I. Bujanova (Ed.). (1995). Psihogimnastika [Psycho-gymnastics]. Moscow: Prosveshhenie: VLADOS [in Russian].
- 3 Aljab'eva, E.A. (2008). Zanjatija po psihogimnastike s doshkol'nikami [Psychogymnastics classes for preschoolers]. *Metodicheskoe posobie*, 2, Moscow: Sfera [in Russian].
- 4 Osipova, A.A. (2002). Obshhaja psihokorrekcija. [General psychocorrection]. Moscow: Sfera [in Russian].
- 5 Ljaskovskaja, I.I. & Mironova, S.N. (2022). Psihogimnastika kak sredstvo korrekcii razlichnyh storon psihiki rebenka [Psycho-gymnastics as a means of correcting various aspects of the child's psyche]. *Obrazovanie v Orlovskoj oblasti-Education in the Oryol region*, 4, 105-110 [in Russian].
- 6 Zubkova, E.Ja. (2018). Razvitie jemocional'nosti u detej doshkol'nogo vozrasta sredstvami psihogimnastiki na zanjatijah horeografiej [Development of emotionality in preschool children using psycho-gymnastics during choreography classes]. *V sbornike: Psihologo-pedagogicheskie problemy razvitiya rebenka v sovremennyh sociokul'turnyh uslovijah. Materialy Vserossijskoj nauchno-prakticheskaj konferencii s mezhdunarodnym uchastiem- In the collection: Psychological and pedagogical problems of child development in modern sociocultural conditions. Materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference with International Participation. Kursk* [in Russian].
- 7 Egorova, N.S. & Nahodkin V.V. (2014). Preodolenie trevozhnosti detej 6-7 let s ispol'zovaniem jelementov psihogimnastiki [Overcoming anxiety in children 6-7 years old using elements of psycho-gymnastics]. *Sborniki konferencij NIC Sociosfera- Collections of conferences of the Scientific Research Center Sociosphere*. Retrieved from https://www.elibrary.ru/download/elibrary_43085276_17584359.pdf [in Russian].
- 8 Jakubova, L.A. (2020). Preodolenie trevozhnosti detej 6-7 let s ispol'zovaniem jelementov psihogimnastiki [Overcoming anxiety in children 6-7 years old using elements of psycho-gymnastics]. *Mirovaja nauka- World science*. 3 (36), 589-592. [in Russian].
- 9 Jakubenko, O.V. & Ivanchenko, I.V. (Ed.). (2021). Psihogimnastika kak sredstvo preodolenija situativnoj trevozhnosti u detej. Zashhita detstva: problemy, poiski, reshenija. [Psycho-gymnastics as a means of overcoming situational anxiety in children]. *Sbornik konferencij IV Vserossijskoj nauchno-prakticheskaj konferencii- Child protection: problems, searches, solutions. Collection of conferences of the IV All-Russian Scientific and Practical Conference*. Moskva [in Russian].

- 10 Petrova, O. A. & Belkina A. A. (2019). Psihogimnastika v korrekcii strahov detej starshego doshkol'nogo vozrasta [Psychogymnastics in the correction of fears in children of senior preschool age]. *Nauchno-metodicheskij jelektronnyj zhurnal «Koncept»- Scientific and methodological electronic journal "Concept"*. Retrieved from <http://e-koncept.ru/2019/192026.htm> [in Russian].
- 11 Akulova, T.A. (2020). Psihogimnastika kak sredstvo snizhenie agressivnosti detej doshkol'nogo vozrasta [Psycho-gymnastics as a means of reducing the aggressiveness of preschool children]. *V knige: Problemy i perspektivy fiziologicheskogo soprovozhdeniya trenirovochnogo processa. Materialy mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy (on-line) konferencii molodyh uchenykh, posvjashhennykh 50-letiju Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta fizicheskoy kul'tury*-In the book: *Problems and prospects of physiological support of the training process. Materials of the international scientific and practical (on-line) conference of young scientists dedicated to the 50th anniversary of the Ural State University of Physical Culture*. Cheljabinsk [in Russian].
- 12 Begidova, T.P., Ageeva N.V., & Petrova I.V. (2023). Adaptivnaja fizicheskaja kul'tura v psihogimnastike dlja lic s narusheniem intellekta [Adaptive physical education in psycho-gymnastics for persons with intellectual disabilities]. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Serija: Gumanitarnye nauki-Bulletin of Tambov University. Series: Humanities*, 1 (202), 143-153 [in Russian].
- 13 Egorova, T.A. (2017). Vlijanie psihogimnastiki na obshhee sostojanie zdorov'ja doshkol'nikov s obshhim nedorazvitiem rechi [The influence of psycho-gymnastics on the general health of preschool children with general speech underdevelopment]. *Izuchenie i obrazovanie detej s razlichnymi formami dizontogeneza v uslovijah realizacii FGOS. Materialy Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii studentov, magistrantov, aspirantov i slushatelej*- Study and education of children with various forms of dysontogenesis in the context of the implementation of the Federal State Educational Standard. *Materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference of Students, Masters, Postgraduate Students and Listeners*. Ekaterinburg [in Russian].
- 14 Zaharenkova, V.V. (2012). Psihogimnastika v korrekcii zaikaniya u detej doshkol'nogo vozrasta [Psycho-gymnastics in the correction of stuttering in preschool children]. *Sovremennoe doshkol'noe obrazovanie: teorija i praktika- Modern preschool education: theory and practice*. 4(30), 28-34 [in Russian].
- 15 Il'ina, G.V. & Egupova A.D. (2022). Psihogimnastika kak sredstvo korrekcii narushenij u detej starshego doshkol'nogo vozrasta s sindromom deficita vnimanija i giperaktivnosti [Psycho-gymnastics as a means of correcting disorders in children of senior preschool age with attention deficit hyperactivity disorder]. *Zdorov'esberegajushhie i korrekcionnye tehnologii v sovremennom obrazovatel'nom prostranstve. Sbornik nauchnykh trudov po rezul'tatam Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii, posvjashhennoj 90-letiju vysshego pedagogicheskogo obrazovaniya-Health-saving and correctional technologies in the modern educational space. Collection of scientific papers based on the results of the International Scientific and Practical Conference dedicated to the 90th anniversary of higher pedagogical education in Magnitogorsk*. Magnitogorsk [in Russian].
- 16 Sokolova, N.N. (2015). Ispolzovanie psihogimnastiki v razvitii нравственных качеств u detej [The use of psychogymnastics in the development of moral qualities in children]. *Doshkol'naja pedagogika- Preschool pedagogy*. 2(107), 60-61 [in Russian].
- 17 Al'hovskaja, K.A. & Ibragimova A.R. (2022). Psihologo-pedagogicheskie uslovija razvitiya нравственных качеств u detej doshkol'nogo vozrasta s zaderzhkoj psihicheskogo razvitiya [Psychological and pedagogical conditions for the development of moral qualities in preschool children with mental retardation]. *Obshhestvoznaniye i social'naja psihologija- Social science and social psychology*. 11(41), 37-43 [in Russian].
- 18 Laureys, F. & Lenoir, M. (2023). A one-year follow-up of the cognitive and psycho-behavioural skills in artistic gymnastics. *Psychology of Sport and Exercise*. Vol 66. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102375>
- 19 Lin, C. & Hung, T. (2021). Up-regulation of proactive control is associated with beneficial effects of a childhood gymnastics program on response preparation and working memory. *Brain and Cognition*. Vol 149. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.bandc.2021.105695>

Авторлар туралы мәліметтер

Ryskulova A.A. — Master of Social Sciences, Senior lecturer of Bolashak University, ryskulova_aygerim@inbox.ru, Left bank 115, Kyzylorda, Republic of Kazakhstan, <https://orcid.org/0000-0002-5457-9631>

Maydangalieva Zh.A. — Doctor of Philosophy (PhD), Associate Professor of Baishev University; e-mail: maydangalieva@mail.ru, st. Brothers Zhubanov 302a, Aktobe, Republic of Kazakhstan, <https://orcid.org/0000-0003-3189-8880>

Kuzembayeva G.A. — Candidate of Philology, Doctor of Philosophy (PhD), Associate Professor of the Department of English and German Languages, e-mail: kuzembayeva@mail.ru, st. Grishina 7A, Aktobe, Republic of Kazakhstan, <https://orcid.org/0000-0001-8964-3683>