



Бекітемін:
Мектеп директоры
К.С.Байғалиев

**«К.Шакенов атындағы орта мектебі» КММ-нің
2022-2023 оқу жылына арналған мектеп психологының жұмыс жоспары**

Мақсаты:

Білім алушылардың, тәрбиеленушілердің психологиялық денсаулығын сақтау. Орта білім беру ұйымдарында қолайлы әлеуметтік-психологиялық ахуал жасау және білім беру процесіне қатысушыларға психологиялық қолдау көрсету.

Міндеттері:

- 1) Білім алушылардың, тәрбиеленушілердің жеке және зияткерлік дамуына жәрдемдесу, өзін-өзі тәрбиелеу және өзін-өзі дамыту қабілетін қалыптастыру;
- 2) Білім алушыларға, тәрбиеленушілерге, олардың тез дамып келе жатқан ақпараттық қоғам жағдайында табысты әлеуметтенуіне психологиялық көмек көрсету;
- 3) әрбір білім алушыға, тәрбиеленушіге оның жеке базы психологиялық-педагогикалық зерттеу негізінде жеке көзқарас қалыптастыруға ықпал ету;
- 4) Психологиялық диагностика жүргізу және білім алушылардың, тәрбиеленушілердің шығармашылық әлеуетін дамыту;
- 5) Білім алушылардың, тәрбиеленушілердің психологиялық қиындықтары мен проблемаларын шешу бойынша психологиялық түзету жұмыстарын жүзеге асыру;
- 6) Психологиялық проблемаларды шешуде және оқу-тәрбие жұмысының оңтайлы әдістерін таңдауда ата-аналарға (заңды өкілдерге) және педагогтерге консультациялық көмек көрсету;
- 7) Білім беру процесіне қатысушылардың психологиялық-педагогикалық құзыреттілігін арттыру.

Бағыттары:

1. Психодиагностика
2. Түзету -дамыту жұмысы.
3. Ағартушылық және психопрофилактикалық қызметі.
4. Кеңес беру .
5. Ұйымдастыру-әдістемілік жұмыс.

№	Іс-шаралар	Жұмыс түрлері	Нысаналы топ	Орындау мерзімі	Ескерту	Есептілік нысаны
I. Диагностика						
1	Сыныптың әлеуметтік құрылымын бақылау	Социометрия әдістемесі	2-10	сұраныс бойынша	Сынып жетекші Мектеп психологы	Бақылау парағы
2	Бастауыш сынып оқушыларының жеке эмоциалық жағдайын, агрессия деңгейін зерттеу	«Кактус» әдістемесі	3-4	Қазан	Мектеп психологы	Хаттама
3	Жеке тұлғаның кәсіби түрін, кәсіби саласын, мамандық таңдауға дайындығын анықтау	Тест, сауалнама	9,11	қыркүйек	Мектеп психологы	Хаттама
4	Оқушылардың мазасыздық, өзін-өзі бағалау деңгейін диагностикалау	Тест, сауалнама	3-9	Қараша желтоқсан	Мектеп психологы	Хаттама
5	Бейімделу процестерін зерттеу	Сауалнама, бақылау, сабаққа қатысу.	1,5,10	Қыркүйек-қазан	Мектеп психологы	Хаттама Сабаққа қатысу парағы
6	Оқушылардың психикалық денсаулығын зерттеу	Бақылау, топтық-жеке жұмыстар	1-11	Жыл бойы	Мектеп психологы	Анықтама
7	Оқушылардың интеллектуалды дамуын	Сауалнама, тест	1-4	Қаңтар	Сынып жетекшілер Мектеп психологы	Хаттама

	зерттеу.					
8	Орта деңгейге көшу кезіндегі оқушылардың бейіндік бағдары мен психологиялық ерекшеліктерін зерттеу	Темперамент тесті	4 сынып	Наурыз	Мектеп психологы	Анықтама
9	Жеке, топтық диагностикалар. (Оқушылар, ата-аналар, мұғалімдер).	Сауалнама, тест	Сұраныс бойынша	жыл бойы	Мектеп психологы	Хаттама
10	Үлгерімі төмен оқушылар тұлғасының танымдық сферасын зерттеу	Сауалнама	Сұраныс бойынша	жыл бойы	Мектеп психологы	Хаттама
11	МІБ, «Тәуекел тобындағы» балалардың жеке ерекшеліктерін зерттеу	Сауалнама, тест	Бақылауда тұрған оқушылар	Жыл бойы	Мектеп психологы	I жж есеп
II.Түзету – дамыту жұмыстары						
1.	ЕББҚ оқушылармен жеке, топтық жұмыстар жүргізу	Ойын-жаттығулар	ППМК-ның анықтамасы бар оқушылар	Аптасына 2 рет	Мектеп психологы	Журнал
3.	Аутодеструктивті мінез-құлыққа бейім «тәуекел тобының» оқушыларымен жұмыс	Түзету жаттығулары	1-11 сыныптар	Қазан-мамыр	Мектеп психологы	Топтық журналға тіркеу
4.	Бейімделу кезеңін жеңу	Тренинг, ойын-	1,5,10	Қараша-	Мектеп психологы	Жеке журналға

	үшін оқушылармен жеке түзету жұмыстары.	жаттығулар		желтоқсан		тіркеу
5	Қарым-қатынас сағаттары: коммуникативті дағдыларды дамытуға, өзін-өзі бағалау деңгейін арттыруға арналған оқыту бағдарламалары	өзін-өзі бағалау деңгейлерін арттыру бойынша тренинг бағдарламалары	1-11	Жыл бойы	Мектеп психологы	Хаттама
6	Қиын балалармен жеке түзету-дамыту жұмыстары.	Тренинг, жаттығулар	1-11	Жыл бойы	Мектеп психологы	Жеке кеңес беру журналы
7	Сынып сағаттары, сыныптан тыс іс-шаралар, ата-аналар жиналыстары	Мектепшілік жиналыс	Сұраныс бойынша	Жыл бойы	Мектеп психологы	Хаттама
8	"Мамандық таңдау өмірің бір кірпішін дұрыс қалау?" тренинг	Кәсіптік бағдар беру ойындары, тренингтер	9-11	Сәуір	Мектеп психологы	Хаттама
9	Дарынды оқушыларға арналған тұлғалық өсудің тренингтік сабақтары	Тренинг	5-9	Жыл бойы	Мектеп психологы	Топтық журнал
10	Кәсіби күйіп кетудің алдын алу бойынша мұғалімдерге арналған тренингтер	Тренинг	Сұраныс бойынша	Жыл бойы	Мектеп психологы	Хаттама
11	Жоғары сынып оқушыларына арналған	Тренинг, ойын-	11 сыныптар	Сәуір-мамыр	Мектеп психологы	Хаттама

	«Табысқа апарар жол» қорытынды аттестацияға дайындық бойынша тренингтер.	жаттығулар				
III. Ұйымдастыру-әдістемелік жұмыстар						
1.	Педагогикалық кеңестер	Баяндама, тренинг	Мұғалімдер	Жоспар бойынша	Мектеп психологы	Баяндама
2.	Семинар-практикумдар	Оқыту	Мұғалімдер	Мектеп жоспары бойынша	Мектеп психологы	Ұсыныстар, баяндама
IV. Кеңес беру						
1.	Ата-аналардың, оқушылардың отбасындағы қарым-қатынас мәселелері бойынша кеңес беру.	Кеңес беру	Оқушылар, ата-аналар	Жыл бойы	Мектеп психологы	Кеңес беру журналы
2.	Ата-аналарға, мұғалімдерге, оқушыларға, әкімшілікке тестілеу нәтижелері бойынша кеңес беру, психологиялық ұсыныстар әзірлеу.	Кеңес беру	Сұраныс бойынша	Жыл бойы	Мектеп психологы	Анықтама
3.	5 сынып мұғалімдеріне,	Жадынама, кеңес	Мұғалімдер	Қазан	Мектеп психологы	Кеңес беру журналы

	ана-аналарына кеңес беру.	беру	ата-аналар			
4	Оқушылардың бейімделуін зерделеу және танымдық саланы дамыту бойынша мұғалімдерге, 1 сынып ата-аналарына кеңес беру.	Топтық кеңес беру	Мұғалімдер ата-аналар	Қыркүйек-қазан	Мектеп психологы	Кеңес беру журналы
5	«Балалардың психологиясы» тақырыбында	Кеңес беру Ұсыныстар беру	Мұғалімдер, сынып жетекшілер	Жыл бойы	Мектеп психологы	Кеңес беру журналы
6	Олимпиадаларға дайындық, ғылыми жобаларды, форумдарды, конкурстарды қорғау процесінде дарынды оқушыларға кеңес беру.	Кеңес беру	5-11 сынып	Жыл бойы	Мектеп психологы	Хаттама

V.Профилактика және ағарту жұмыстары

1	Бірінші сынып оқушыларының оқу іс-әрекеттеріне дайындығын анықтау	Бақылау, тренинг	1 сыныптар	Қыркүйек-қазан	Мектеп психологы	Анықтама
2	Бейімделу процесіне сүйемелдеу	Бақылау, тренинг, диагностика	1, 5, 10 сыныптар	Жыл бойы	Мектеп психологы	Анықтама
3	Тәртіпсіз оқушыларды анықтау. олармен жұмыс	Бақылау, тренинг,	1-11 сыныптар	Жыл бойы	Мектеп психологы	Жеке түзету

	істеуді жоспарлау.	диагностика				журналы
4	Бейімделген оқушылардың психологиялық денсаулығын зерттеу.	Тереңдетілген және жеке диагностика	1-11 сыныптар	Жыл бойы	Мектеп психологы	Жеке картасы
5	Аутодеструктивті мінез-құлыққа бейім оқушыларды «тәуекел тобын» анықтау.	Тереңдетілген және жеке диагностика	1-11 сыныптар	Жыл бойы	Мектеп психологы	Анықтама
6	Оқушылар мен ата-аналар мен мұғалімдер арасындағы қарым-қатынасты зерттеу	Әңгімелесу, бақылау, рейдтік жұмыстар	1-11 сыныптар	Жыл бойы	Мектеп психологы	Кеңес беру журналы
7	Оқушылардың қызығушылықтарын, бейімділігін, кәсіптік бағыттылығын зерттеу.	Кәсіби кеңес беру	9-11 сыныптар	Сұраныс бойынша Жыл бойы	Мектеп психологы	Анықтама
8	Бастапқы буыннан ортаңғы буынға өту кезіндегі жеке қасиеттерді зерттеу.	Бақылау, тренинг, әңгімелеу	4 сыныптар	Наурыз-сәуір	Мектеп психологы	Жылдық есеп
9	Ұжымда қолайлы психологиялық микроклиматты құру	Тренинг	1-11 сыныптар	Жыл бойы	Мектеп психологы	Ұсыныстар

10	Жеке кәсіптік бағдар беру	Кәсіби кеңес беру	8-11 сынытар	Жыл бойы	Мектеп психологы	Жеке кеңес беру журналы
11	Жас мамандармен жұмыс	Кеңес беру тренинг	Жас мамандар	Жыл бойы	Мектеп психологы	Хаттама

**«К.Шакенов атындағы орта мектебі» КММ-нің
психологиялық қызметтің жылдық есебі**

2022-2023 оқу жылы.

1-сынып оқушыларының мектепке бейімделуі жөнінде анықтама.

Мақсаты:

Оқушылардың психо-эмоционалдық көңіл-күйін, отбасы мүшелерімен қарым-қатынасын, зейінін шоғырландыруын, үзіліс уақыты мен сабақ барысындағы белсенділігін диагностикалау.

Міндеттері:

- ▶ Тест «Мектепке келгендегі оқу қабілетін зерттеу»
- Оқушылардың эмоциялық жағдайын бақылау
- Балалардың таным процесін зерделеу. “Үлгі бойынша суретті сал”, «Нүктелерді жалғастыр» әдістемелері.
- Оқушының үзіліс уақыты мен сабақ барысындағы белсенділігі, құрбыларымен қарым-қатынасына бақылау.
- Ата-ананың қаншалықты дәрежеде балаға көмектесуін анықтау

Мектебімізде 2022-2023 оқу жылында 1 «а» сыныбында 12 оқушы, 1 «ә» сыныбында – 13 оқушы бар. Сынып жетекшілерінің сынып оқушыларымен қарым-қатынасы жақсы деңгейде, оқушылар сабаққа көтеріңкі көңіл күймен келеді, сынып жетекшісі оқушылармен жеке, топпен, жалпылама жұмыс жасайды.

Сынып жетекшілері сынып оқушыларының мектеп өміріне бейімделуіне жағдай жасауда, оқушылар денсаулығын сақтау мақсатында күнде ертеңгілік жаттығу, сабақ барысында кемінде екі рет сергіту жаттығулары жүргізіледі. Ата-ана тарапынан үйдегі оқытуға қадағалау бар.

Мектептің оқу- тәрбие жұмыс жоспары бойынша 12-шы қыркүйекте бірінші сыныптардың бейімделуін диагностика жұмыстары психолог тарапынан жүргізілді. Оқушылардың мектепке бейімделуі қалыпты жағдайда деген қорытынды жасалды.

Күні: 12.09.2022

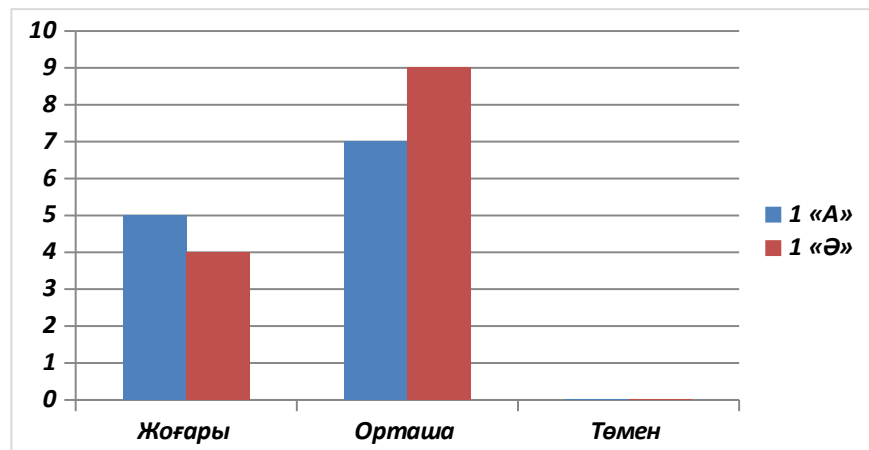
Сынып: 1 «а», 1 «ә»

Түрі: диагностика

Мақсаты: Оқушылардың мектептегі оқуға дайындығын тексеру.

1 «а», 1 «ә» сынып оқушыларынан Керн-Йерасек тесті алынды. Онда оқушылар «Ер адам суретін салу», «Нүктелер көшірмесі» әдістері алынды.

Қатысқандар саны: 1 «А» -12 оқушы, 1 «Ә» - 13 оқушы



Оқушылардың эмоциялық жағдайын бақылау кезінде төмендегідей нәтиже көрсетті.

№	Эмоциялық жағдайы	1 «А»	1 «Ә»
1.	Мұғаліммен тілдесуі	өте жақсы- 10 оқушы жақсы- 2 оқушы орташа- 0 оқушы	өте жақсы- 9 оқушы жақсы- 4 оқушы орташа- 0 оқушы
2.	Мектепке келуі	Көңілді- 12 оқушы	Көңілді- 13 оқушы
3.	Сабақта	өте жақсы- 7 оқушы жақсы- 3 оқушы орташа- 2 оқушы	өте жақсы- 6 оқушы жақсы- 5 оқушы орташа- 2 оқушы
4.	Құрдастарымен қарым-қатынасы	Жақсы- 12 оқушы	Жақсы- 13 оқушы

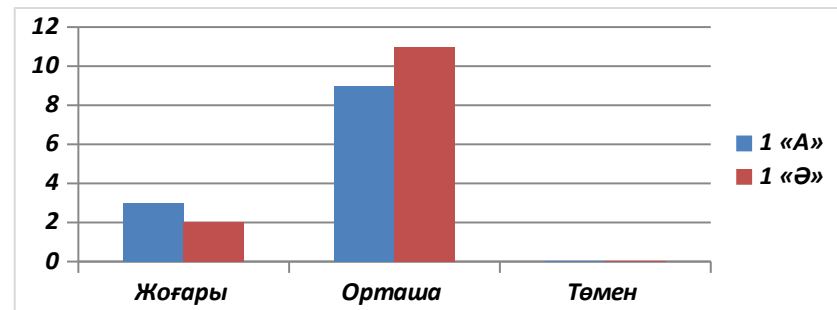
Қорытынды: Сыныппен тренингтер өткізу. Сабаққа қатысу, сырттай бақылау.

Күні: 15.09.2022

Сынып: 1 «а», 1 «ә»

Әдістеме: «Баспалдақ» әдістемесі

Мақсаты: Баланың өзін-өзі бағалау деңгейін және отбасындағы орынын анықтау. **Қатысқан:** 25 оқушы



Қорытынды: Сынып оқушыларының өзіндік бағалаулары қалыпты деңгейде. Бес оқушының өзіндік бағалау деңгейі орташа. Бақылау барысында аздап өздеріне сенімсіздік байқалды.

Ұсыным: 1 сынып оқушылары үшін өзіндік бағалаудың түсуі жасерекшеліктеріне байланысты нормаға сай. Екі оқушымен жеке жұмыстар жасау, сыныптың сабақтарына қатысу, бақылау.

Күні: 8.09.22

Қатысқаны: 25

Қатыспағаны: 0

Жұмыс түрі: диагностика (бақылау, әңгіме)

Сынып: МАД тобы

Мақсаты: МАД тобының мектепке дайындығын анықтау.

Әдістер: сұрақ-жауап, суретті боя.

I. Оқушылардың сөздік қорларын тексеру: Сыныппен кездесу барысында оқушыларға сұрақтар қойылды. Сұрақтар арқылы баланың сөздік қорын, әріптерді, сөздерді қаншалықты толық айта алатындары анықталды.

Қойылған сұрақтар:

- Өзінің аты, тегі, ата-анасының аты-жөні;
- Ата-анасының мамандығы;
- Уақыт (түс, түн, ертең, арғы күні т.б)
- Жыл мезгілдері, айлар, апта атаулары.
- Ауа райы
- Негізгі түстер
- Жануарлар және олардың төлдерінің атауы.

16 оқушы сұрақтарға белсенді жауап берді. Алты оқушы уақыт, жыл мезгілдерін, жануардың кейбір төлдерінің атауларын білмеді. Екі оқушының өз ойларын ашық айта алмайтыны, бір оқушы көбіне орыс тілде сөйлейтіні байқалды.

II. Ұзақ мерзімді есте сақтауын тексеру.

-Сенің үйінде неше бөлме бар?

- Қашан сен соңғы рет мультфильм көрдің?
- Қашан сен соңғы рет автобуста отырдың?
- Қашан сен күлдің?
- Қашан сен соңғы рет ата-ананмен ойнадың?

Сыныптың 50% -ы сұрақтарға жауап беруде қиналды.

III. Суретті боя. Оқушыларға А4 қағазға мысықтың суреті шығарылып берілді. Барлық оқушы бояды. Зерттеу нәтижесі бойынша бір оқушының қолдың бұлшық еттерінің тонусы әлсіз екені байқалды.

Ұсыным: тәрбиенушілердің сөздік қорларын дамыту. Үйде ата-анасы баламен бір тілде сөйлесу. Ерік-жігерлерін дамыту үшін сыныпта тәрбиенушілермен стол үсті, командалық ойындар ойнату. Өз ойларын ашық айту үшін жиі сұрақтар қою.

Сыныптың барлық тәрбиенушілеріне қолға арналған жаттығулар жасату, ірі-ұсақ қол моторикасын дамыту. Ермексазбен жұмыс, жабыстыру, құрастыру, қарындашпен үлгі бойынша суретті бояту тапсырмаларын беру.

Қорытынды: Сыныптың мектепке дайындығы орташа деңгейде.

Күні: 24.09.22

Қатысқаны: 17

Қатыспағаны: 0

Жұмыс түрі: диагностика

Сынып: 11

Мақсаты: Жеке тұлғаның кәсіби түрін, кәсіби саласын, мамандық таңдауға дайындығын зерттеу. ҰБТ таңдаған пәндерін анықтау. Кеңес беру арқылы жоғарғы сынып оқушыларының назарына кәсіптік мамандықты ұсыну.

Сауалнама 18 сұрақтар құралған. Барлық оқушылар толық жауап берді.



Қорытынды: Кездесу соңында оқушыларға жаңа мамандықтар туралы кезең берілді. Барлық оқушылар болашақ мамандықтары мен ҰБТ дайындалатын пәндерін таңдады.

Ұсыным: оқушылар тарапынан жиі кездесулер өткізілсе деген тілек білдірілді.

Күні: 24.09

Сынып: 9-10 «а,ә»

Қатысқаны: 55

Қатыспағаны: 2

Сабақ түрі: зерттеу, кеңес беру

Мақсаты: Жеке тұлғаның кәсіби түрін, кәсіби саласын, мамандық таңдауға дайындығын зерттеу. Кеңес беру арқылы жоғарғы сынып оқушыларының назарына кәсіптік мамандықты ұсыну. «Сенің кәсіби ой-ниетін» тақырыбында сауалнама алынды.

Сауалнама 10 сұрақтан құралған.

Қорытынды: Оқушылардың 20 пайызы 9 сыныптан соң колледжге оқуға түсуді ойлайды. 10 сынып оқушылары 11 сыныпты оқып мектептегі оқуларын жалғастырады. Ұсыным: Оқушылармен топтық, жеке және сабақтарына қатысып жұмыс жүргізу. Мамандық таңдауға пән мұғалімдері, ата-аналар дұрыс бағыт бағдар беру, оқушыларды жыл бойы психологиялық түрде қолдау, кеңес беру.

Күні: 19.09.22

Қатысқаны: 120

Жұмыс түрі: кеңес, ұсыным

Сынып: 5-11

Тақырыбы: «Буллинг және кибербуллинг» туралы оқушыларға кеңес беру, ақпараттандыру.

Кездесу барысында жаңа терминдерге т.сініктеме берілді. Кибербуллинг (электрондық кеңістікте қудалау, онлайн қатыгездік) – бұл өзін-өзі қорғай алмайтын құрбанға қарсы бағытталған, электрондық жолмен әрекеттесу жолдарын қолданумен жалғыз немесе бір топ адам жүзеге асыратын ұзақ уақыт бойы жүйелі қудалаудың, қасақана агрессияға толы әрекеттердің бір түрі. Бұл смс-хабарламалар, әлеуметті желілер, абыройды төгетін веб-парақшалар ашу немесе қорлайтын, тіл тигізетін бейнеконтент жариялау арқылы, т.б. жолдармен жасалады.

Бүгін күні барлығы, ересектер де, жастар да - Интернет желісін белсенді пайдаланушылар. Интернетте қудалау орын алып жатқанын, әрі өз арамызда орын алып жатқанын жасыру мүмкін емес. Жауап беріп көрейік. Өздеріңнен сұраңдар:

- Мен кибербуллинг құрбанымын ба?

- Қалжыңды келемежден қалай ажыратуға болады? Оқушылар өз ойларын айтты. Интернетте, біреу көңіл көтеріп жатыр ма, әлде жаныңды жаралауға тырысып жатыр ма, дөп айту қиын. Кейде олар күлкіге айналдырып, «қалжың ғой» немесе «көңіліңе алма» дейді. Бірақ, егер намыстарыңа тисе және басқалар сендермен бірге емес, сендерге күліп жатқанын сезінсеңдер, онда қалжың шектен шығып кетті. Егер сол адамнан қалжыңдауды доғаруын өтінсеңдер де, доғармаса және жандарыңды жаралауын тоқтатпаса, онда бұл буллинг болуы мүмкін.

Қортынды: Балалар, сендер есейіп келесіңдер және қазірден бастап-ақ өз мінез-құлықтарыңды қадағалап, басқарып отыруларың тиіс. Кез-келген зорлық-зомбылық түрінің, соның ішінде, буллинг пен кибербуллинг құрбаны болған адамдар әділ сот жүргізілуіне және құқық бұзушыны жауапқа тартуға құқылы. Сендер әрбір әрекеттерің үшін жауаптысыңдар. Ал сендер жасөспірім болғандықтан, сендер үшін ата-аналарың жауапты, ал аталмыш әрекеттер үшін қылмыстық жауапкершілікке тартылуға болады. Ешқашан ұмытпаңдар, әр істің салдары болады.



Күні: 23.09.22

Қатысқаны: 72

Қатыспағаны: 0

Тақырыбы: «Буллинг және кибербуллинг» туралы ата-аналарға кеңес беру, ақпараттандыру.

Қатысқандар: Сынып жетекшілер және ата-аналар, ДТЮ, медбике.

Күн тәртібінде:

1. «Мектептегі педагог-психологтың қызметі»;
2. «Буллинг және кибербуллинг» тақырыбында ақпарат;
3. Бейне-ролик «Зорлық-зомбылықтың алдын алу».
4. Жасөспірімдердің аутодеструктивті мінез құлқын алдын-алу жұмыстары туралы

Тыңдалды:

1. Мектеп психологы А.М.Канашева мектептегі психологиялық қызметтің жұмысын таныстырды. «Мектепке психолог не үшін керек?»- деген сұраққа жауап берді. Психолог ешқандай диагноз қоймайды, этиканы сақтай отырып, жеке, топтық оқушылармен дамыту-түзету, кеңес беру, алдын алу жұмыстарын жүргізеді. Балалардың оқуындағы қиындықтарды уақытында анықтап, жеке жасерекшеліктерін ескере отырып қолдау көрсетеді. Сондай-ақ психологиялық қызметтің мақсат-міндеттерін таныстырды.
2. Екінші мәселе қазіргі таңда кең орын алып жатқан «Буллинг және кибербуллинг» тақырыбы өзекті. Мектеп психологы ата-аналарға жаңа терминдердің мағынасына тоқталды. Интернет арқылы оқушылардың бір-бірі қорқытуы, сөз арқылы бопсалауы кибербуллинг болып табылады, мектепте, үйде, көшеде зорлық-зомбылық көрсетсе, кемсітіп, бала тиіскен жағдайда балада буллинг орын алады. Буллингке тап болған баланың белгілері мінезі өзгере бастайды, мектепке барғысы келмейді, тұйықтық, немесе агрессивті мінездер пайда болады т.б белгілер пайда болады. Ата-аналарға ұсынымдар айтылды. Балаларыңызбен үнемі сөйлесіңіз, жақсы көретіндеріңізді айтыңдар. Бос уақытын тиімді өткізуге, күн тәртібін дұрыс ұйымдастыруды әдетке айналдырыңыздар.
3. «Зорлық-зомбылықтың алдын алу» мақсатында шағын екі бейне-ролик көрсетілді.

Шешім: Балаға үнемі жылы сөзді аямау, баланы тыңдай білу, ата-ана тарапынан балаға уақыт бөлу. Ата-аналарды мектептегі ұстаздармен, психологпен тығыз қарым-қатынас жасауға шақырды.

Күні: 18.10.22

Қатысқаны: 23

Қатыспағаны: 2

Жұмыс түрі: кеңес, ұсыным

Сынып: 2 «а,ә»

Мақсаты: Оқушыларға қорқыныш сезімі туралы мағлұмат бере отырып, түрлі жаттығулар арқылы бойындағы қорқыныш сезімдерін жою; өзара қарым-қатынастарын нығайту.

Әдістер: әңгіме

Кездесу барысында оқушыларға қорқыныш туралы ақпарат берілді. Қорқыныш – қатерлі жағдаяттарда туындайтын қауіп, қолайсыз эмоция. Қорқыныш – бір нәрседен жүрексініп сескенгенде, шошығанда пайда болатын сезім, қауіп-қатер, үрей. «Сіздер неден қорқасыздар?»-деп сұрақ қойылды. Оқушылар: «ит, тышқан, жылан, қараңғыдан, қатты дауыстан»-деп жауап берді. Қорқынышты жеңу үшін оқушыларға «Қорқынышынды суретте» жаттығуы берілді. Оқушылар суреттерін салып, берілген сұрақтарға жауап берді. Өз қорқыныштарын жеңу үшін жыртып, қоқыш жәшігіне тастады. «Бірақ» жаттығуы барысында оқушылар берілген сөздерді жалғастырды. Сынып оқушылары белсенді қатысты. Тапсырманы талдау барысында оқушыларға өз ойларын толық жеткізуде екі оқушы аздап қиналғаны байқалды.

«Бетперде» жаттығуы. Денені босансытуға арналған жаттығу. Қорыққан жағдайда дұрыс тыныс алу арқылы қалай дем алып, дем шығаруға болатыны түсіндірілді. Кездесу соңында оқушылар бір-біріне «Жымию» жаттығуын орындады.

Қорытынды: Оқушылардың бойларында айтарлықтай қатты қорқыныш белгілері байқалмады. Жаттығуларды қызыға белсенді орындады. Барлық оқушылар көңілді, берілген тапсырмаларды бірден орындап кетті. Қатты ашылып өзін көрсете алмаған бір оқушы болды.

Ұсыным: сынып оқушылардың бойынан қорқыныш, агрессия, жағымсыз мінез-құлықты анықтау үшін «Кактус» әдістемесін алу.

Күні: 22.10.22

Қатысқан ата-аналар: 30

Қатыспағаны: 0

Жұмыс түрі: жадынама, ұсыным

Мақсаты: 5 сынып ата-аналары мен пән мұғалімдеріне бейімделу жағдайында қолдау көрсетудің жолдарын ұсыну кеңес беру.



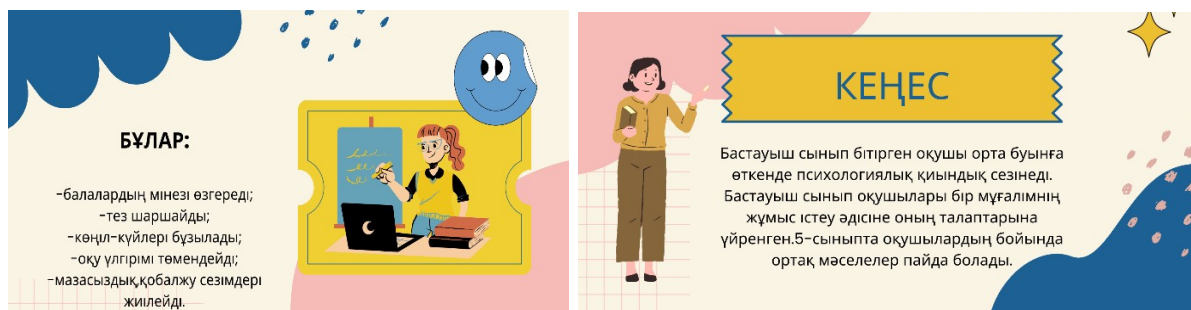
Ата-аналарға нақты ұсыныстар

ӨБаланы мектептегі жұмыстарын әңгімелеуге шабыттандырыңыз.
ӨСонымен қатар балаңыздан міндетті түрде сыныптастары, сыныптағы іс-шаралар, пәндер, пән мұғалімдері туралы көбірек сұраңыз.
ӨҮнемі мұғалімдермен кездесіп, балаңыздың үлгерімі, тәртібі, басқа балалармен қарым-қатынасы жөнінде біліп тұрыңыз.

МҰҒАЛІМДЕРГЕ ҰСЫНЫС

Психолог: Белгібай А.С

- Оқушыларға сенім білдіру, пәнге деген қызығушылықтарын арттыру
- Оқушыларға жылы лебізбен, ықыласты көмек көрсету;
- Мұғалім өзін-өзі меңгеріп, ұстамдылық үлгісін көрсетуі, әдісшіл болуы;
- Пән мұғалімдерінің оқытудың жаңа технологияларын сабаққа енгізуі.



БҰЛАР:

- балалардың мінезі өзгереді;
- тез шаршайды;
- көңіл-күйлері бұзылады;
- оқу үлгірімі төмендейді;
- мазасыздық қорбалжу сезімдері жиілейді.

КЕҢЕС

Бастауыш сынып бітірген оқушы орта буынға өткенде психологиялық қиындық сезінеді. Бастауыш сынып оқушылары бір мұғалімнің жұмыс істеу әдісіне оның талаптарына үйренген.5-сыныпта оқушылардың бойында ортақ мәселелер пайда болады.

Күні: 21.10.22 11 сынып

Қатысқаны: 17

Қатыспағаны: 0

Жұмыс түрі: тренинг

Тақырыбы: «Жетістікке жету өз қолында».

Мақсаты: Болашақ түлектерге жетістікке жетудің жолдарын түсіндіру, өзіндік бағалауларын арттыруға көмек көрсету, ата-анамен бала арасындағы қарым-қатынасты нығайтуға қолдау білдіру.

Тренинг барысында «Мен күн сәулесінің астындаман», «Аудармашы», «Интервью» әдістері қолданылды. Оқушылар өз ойларын ашық айтып тапсырмаларды қызыға орындады.

«Мен күн сәулесінің астындаман» жаттығуында оқушылар өздерінің жақсы қасиеттерін күннің шуақтарына жазды.

«Аудармашы» жаттығуы арқылы оқушылардың ата-аналарымен қарым-қатынастары қандай екені анықталды.

Жасөспірімдердің ата-аналарымен ашық түрде сөйлесе алмайтындықтары, ата-ана тарапынан балаға аз көңіл бөлінетіні белгілі болды.

Қорытынды: сынып оқушылары белсенді қатысты, ашылып, өз ойларын жақсы жеткізді, көңіл-күйлері көтеріліп қалды.

Ұсыныс: алдағы уақытта жиі тренингтер өтіп тұрса деген оқушылар тарапынан ұсыныс түсті. Ата-аналар жиналысында жасөспірімдердің психология тақырыбында ақпарат беру.

Күні: 01. 11.22

Қатысқаны: 28

Қатыспағаны: 0

Жұмыс түрі: кеңес, ұсыным

Тақырыбы: «Қабілет және дарындылық»

Сынып: 3 «а», «ә»

Мақсаты: Оқушыларға қабілет, дарындылық ұғымдарын түсіндіру. Өз бойларындағы қабілеттерін анықтап, қолдануға бағыт-бағдар беру.

Әдістер: тренинг

Тренинг барысында шаттық шеңберге тұрып, оқушылар бір-біріне сәттілік тіледі.

«Қабілет және дарындылық» тақырыбында әңгіме жүргізілді. Оқушыларға белгілі тұлғалардың жетістері туралы айтылып, мысалдар келтірілді.

«Сиқырлы қол» жаттығуы орындалды. Оқушылар өз қолдарының суретін салып, өздерінің бес қабілеттерін жазды.

«Көңіл күйімізді жаттықтыру» жаттығуы арқылы оқушылар өз көңіл-күйлерін, айтылған эмоцияларды көрсетті.

«Келесі кездескенше!» жаттығуы арқылы жүрекшені оқушылар бір-біріне жолдай отырып, бүгінгі күн үшін сәттілік тіледі. Тренингтен алған әсерлерімен бөлісті.

Қорытынды: Оқушыларға тренинг барысындағы ойын-жаттығулар ұнады, барлық оқушылар белсенді қатысты. Қабілеттерін жазғанда аздап қиналды.

Ұсыным: оқушылардың бойындағы мазасыздық және өзіндік бағалауларын анықтау.



Жұмыс түрі: алдын алу

Тақырыбы: «Агрессияға жоқ деп, айт!»

Сынып: 10 «а»

Мақсаты: Оқушылардың агрессивті күйін қауіпсіздендіру. Баланың бойындағы агрессивті мінездің ғылыми тұжырымдамасымен танысу, түрлерін талқылау. Ой бөлісу, проблемалық сұрақтарды ортаға салып талқылау. Баланың жағымды «Мен» бейнесін қалыптастыру. Психокоррекциялық жұмыстар арқылы баланың сенімділігін арттыру.

Тренинг барысында оқушылар екі топқа бөлініп өздерінің топтарын таныстырды. Мини – дәріс оқушыларға оқылды. «Агрессия дегеніміз не?» «Ол қай жастан басталады?» -деген сұрақтар қойылды. Оқушылар өз ойларымен бөлісті.

«Ашулы ыдыс» жаттығуын орындады. А4 параққа оқушылар ыдыстың суретін салды. Сол ыдыс арқылы агрессия сөзі түсіндірілді. Оқушылардың салған суреттерінен өзіндік бағалаулары төмен екендігіндігі байқалды. Өзіндік бағалауларын көтеру үшін, өздеріне сенімділіктерін арттыру үшін «Күн» жаттығуын орындады. Күннің шуақтарына өздерінің бойындағы жағымды қасиеттерін жазды. Жазу барысында оқушылар аздап қиналды. Сыныптастары әр оқушының жағымды қасиеттерін айту арқылы бір-біріне көмектесті.

«Жұлдыздардың төбелесі» топтық жұмыс жасалынды. Оқушыларға ватман қағазға топпен планетаның суретін салды. Әр оқушыға екі жүрек, екі бомба беріледі. Суретті аяқтап болған соң, оқушылар бір-бірінің планетасына бомбаларды бағыттау арқылы өздерінің сол оқушыға деген реніштерін, агрессиясын айтты. Жүрекшелерді жолдау арқылы алғыстарын, сезімдерін білдірді. Осы жаттығу арқылы оқушылар ішіндегі агрессияларын, топ ортасына шығара отыра алды, терапия жасалынды.

Қорытынды: «Бүгінгі күн үшін рахмет» жаттығуын орындады. Оқушылар бір-біріне алғыстарын айтты. Тренингтер алған әсерлерімен бөлісті. Сынып оқушылары белсенді қатысты.

Ұсыныс: Сынып оқушылары алдағы уақытта жиі тренинг, қызықты жаттығулар өтіп тұруын сұрады.

Күні: 22.11.22

Қатысқаны: 5-11 «Томирис» қыздар клубы

Жұмыс түрі: алдын алу, кеңес беру

Тақырыбы: «Қыз бой жетсе...»

Мақсаты: Қыз балаға адамгершілік, адалдық, іс-қимыл, жүріс-тұрыс дағдысы, қыз намысы, сымбаты туралы жан-жақты мағлұмат беру арқылы қыз баланың бойына рухани – адамгершілік, әдептілік, сыпайылық, тиянақтылық, имандылық, тазалық қасиеттерін дамыту мақсатында ұйымдастырылды.

Ұйымдастыру кезеңінде қыздар шеңбер болып тұрды. Әр қыз қолындағы гүлді келесі қызға жолдап отырып, өзінің есімінен басталатын, бойыдағы жағымды қасиеттерін айтты. Қыздардың бойында аздап өздерін мақтауда қиындық туындағаны байқалды.

Шеңбер бойымен тұрған бойда қыздарға үш түрлі гүлдер таратылды. Қалаған гүлдерін таңдау арқылы үш топқа бөлінді.

Топқа бөлінген соң қыздарға қағаз құмыра мен рамашка гүлдері таратылды. Әр топтың қыздары өздерінің командасндағы қыздардың жақсы қасиеттерін, мінездерін айтады. Аталған қыз бала өз гүліне жазады. Топтың барлық қыздары гүлге жазып болған соң, топпен құмыраға ат қойып, гүлдерін салады.

Тренинг соңында қыздарға «Айна» жаттығуы орындалды. Қораптың ішіне айнаны жасырып қойдық. «Мектебіміздің ең сұлу, ең әдемі, ұстаздар оқушылар, ұнататын қыздың суреті, осы қорапта жасырулы тұр»-деп психолог айтып отырды, қыздар жақындап қз бейнелерін көргенде қуанып, кейбіреуі ұялғандай болды. Бұл жаттығудың мақсаты қыздардың өзіндік бағалауын, өзіне сенімділігін қалыптастыру.

Қорытыды: барлық қыздар белсенді қатысты. Тренинг барысында әуен қойылып отырды. Тапсырмаларды көңілді-күймен орындап берді.

Ұсыныс: алдағы уақытта тағы да тренинг болғанын қалайтындарын айтты.

Күні: 16.11.22

Қатысқаны: 1-11

Жұмыс түрі: алдын алу, кеңес беру

Тақырыбы: «Қатыгездік пен зорлық-зомбылықсыз балалық шақ»

Мақсаты: оқушыларға зорлық-зомбылық туралы мағлұмат беру, адамның жаны мен тәніне үлкен зардап әкелетін соққы екенін түсіндіру және зорлыққа қарсы біздің елімізде заң бар екенін айту. Оқушыларға бұзақылық істерге бармауға, адами бойларындағы қасиеттерін сақтауға, әдепті де, тәртіпті де тұлға болып өсулеріне тәрбиелеу.

8 қараша мен 20 қараша аралығында Республикалық «Қатыгездік пен зорлық-зомбылықсыз балалық шақ» ақпараттық науқаны өтті. Науқанды іске асыру үшін бірлескен жоспар құрылды. Жоспар бойынша мектеп медбикесі ТДЮ, тәлімгер бірлесе алдын-алу, түсіндіру жұмыстары жүргізсе, сынып жетекшілер сынып сағаттарын өткізді.

«Агрессия жоқ, деп айт» 10 сынып оқушыларымен тренинг өтті. Мақсаты: оқушылардың бойындағы мейірімділік, қамқорлық қасиеттерін дамыту.

Ата-аналар мен оқушыларға сенім телефондары инстаграм желісінде хабарлама ретінде қойылды. Оқушыларға «Барлық бала, зорлық-зомбылықсыз өмірге құқылы» тақырыбында буклеттер мен жадынамалар таратылды.

Күні: 12. 12.22

Қатысқаны: ата-аналар

Жұмыс түрі: кеңес, ұсыным

Тақырыбы: «Жеткіншек жастағы кризис»

Мақсаты: Жеткіншек жастағы балалардың бойында болатын психологиялық өзгерістердің, кризистердің алдын алу. Ата-аналарға кеңес беру.



Психологиялық сөздіктен.

- **Жеткіншек жасы** – балалық пен ересектік арасындағы онтогенеттік даму
- (11–12 жастан, 16–17 жасқа дейін), жыныстық жетілу және ересек өмірге кірумен ерекшеленеді.

Жеткіншек жасының кризисы.

- 13-15 жастағы кризесті көбінесе, 3 жастағы кризиспен салыстырады, бірақ бұл қоршаған ортаны тану және білу емес. Ол адамдардың ара қатынасы, адамның қоғамдағы рөлі, адамдардың психикасының дамуының өзгеруі болып табылады.

Жеткіншектер арасындағы комплекстер.

- Құрдастарынан өзінің келбеті жөнінде сөздерді ауыр қабылдау.
- Шамадан тыс қоғам өзінің ойын сіндіру қажеттілігінің болуы.
- Шамадан тыс өзінің немесе тұлғалықтың болуы.
- Эмоционалды тұрақсыздық, көңіл-күйдің тез өзгеруі байқалады. Эмоционалды тұрақсыздық-ұлдарда 11-13 жаста, қыздарда 13-15 жас аралығында көп байқалады.

- Жасөспірімнің ересектен айырмашылығы тек үлкен адамдармен қатынасының өзгеше келетініндей емес, сонымен қатар биологиялық дамуы (жыныс т.б жетілуді) жазынан кеңінен өріс алатынында. Ал жалпы алғанда жасөспірім туы өзгеше сипатта келеді.
Мысалы, жеткіншек төменгі кластарда оқип жүрсенде үйге берілген тапсырманы тек жаттап алатын болса, жеткіншек жасында үй тапсырмасын өз сөзімен түсінікті етіп айтуға талпынады.

Көңіл-күйдің тез өзгеруі.

- Достармен араласу қажеттілігі тұйықталумен алмаспайды;
- Нәзіктік, бауыр басу қажеттілігі, агрессия мен қатаңдықпен алмаспайды.
- Көтеріңкі көңіл-күй мен қуаныш, апатиямен алмасуы мүмкін.
- Өзіне сенімді болу, өзінің ойын ашық жеткізу қабылеті тез арада өзіне сенімсіздікпен алмаспайды.
- Романтикалық көңіл-күй тез арада басқа жағымсыз эмоцияға алмасуы мүмкін.
- Ойынның тұрақсыздығы.



- Отбасы тарапынан қажеттіліктер:
- Жаксы көру
 - Сенім
 - Түсінушілік
 - Қолдау көрсету

Күні: 20. 12.22

Қатысқаны: 2-4 сыныптар

Жұмыс түрі: диагностика

Мақсаты: Оқушылардың жеке интеллектуалды деңгейлерін зерттеу. Үлгерімі төмен оқушыларды анықтау.

Бастауыш сынып оқушыларының жеке интеллектуалды деңгейлерін зерттеу үшін бірнеше жаттығулар берілді. Олар: суретті жалғастыр, үлгі бойынша нүктелерді сыз, шульте кестесі, сурет бойынша әңгіме құрастыр.

Сонымен қатар оқушылардың есту, көру жадыларын тексеру үшін 10-12 сөз оқылды, оқушылар есте қалған сөздерді айту керек.

Үлгеруде аздап қиындық тудыратын 4 оқушы анықталды. Оның біреуі ерекше білім беруді қажет ететін оқушы, үшеуі тұйық, қимылдары ақырын, тапсырманы меңгергенімен орындаулары баяу, көз ойларын айтуда сенімсіз. Сынып жетекшінің және пән мұғалімдерінің сұранысы бойынша тізімге алынды. Үлгерімі төмен оқушыларға жылдық жоспар жасалып құрастырылды. Оқушылармен жыл бойы түзету – дамыту жұмыстары жүргізіліп, психологиялық қолдау көрсетіледі.

Күні: 21.12.22

Қатысқаны: 2 сыныптар

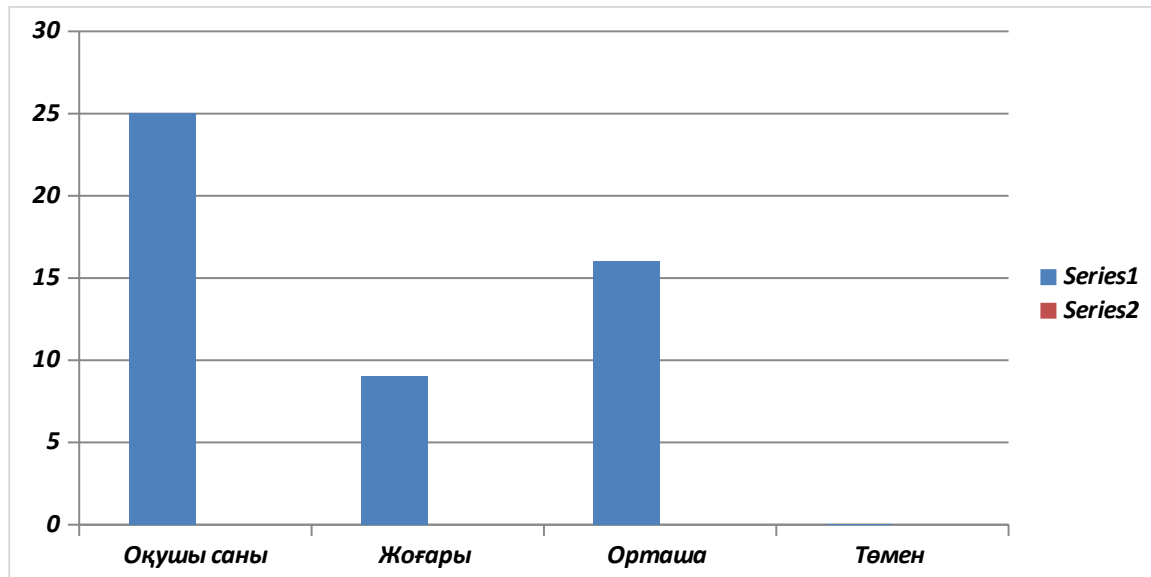
Жұмыс түрі: түзету-дамыту

Мақсаты: Бастауыш сынып оқушыларының таным қабілеттерін дамыту.

2 сынып оқушыларының танымдық қабілеттерін түзету-дамыту жұмыстары жүргізілді. «Айырмашылықты тап», «Шульте кестесі», «Нүктелерді жалғастыр», «Суреттің жартысын сал» т.б қызықты жаттығулар берілді. Аталған жаттығулар оқушылардың ойлау, есте сақтау, көздің көру кеңістігін кеңейту, ұсақ моторикаларын дамытуға бағыттылған.

Сынып оқушылары берілген тапсырмаларды қызығушылықпен, берілген уақыт аралығында орындап берді.

Алынған жаттығулардың нәтижесі:



Күні: 22. 12.22

Қатысқаны: 17

Жұмыс түрі: тренинг

Тақырыбы: «Бос уақытыңды дұрыс жоспарла»

Мақсаты: Оқушыларға уақыттың құндылығын түсіндіре отырып, қалай тиімді пайдалануға болатындығы жөнінде мәліметтер беру.

Тренинг барысында шаттық шеңберін құрып, бір-бірлеріне жақсы тілектерін айтты. «Уақытты тиімді пайдалану дегеніміз не?» тақырыбында ой қозғадық. Оқушылар өз ойларымен, білетін қанатты сөздерін айтты. Келесі сұрақ-жауап кезеңі болды. Оқушыларға уақытта байланысты төрт сұрақ қойылды.

«Әріптер» ойыны ойнатылды. Оқушыларға сұрақтар қойылды, сол сұрақтарға таңдап алған әріптерінен басталатын сөздермен жауап берді.

Қорытынды. Тренинг соңында оқушылар өздерінің күн тәртіптерін ақ қағазға сызып, «Менің бір күнім» деген тақырыпта шағы жоспар құрып, топ арасында бөлісті. Сынып оқушылары тренингке белседі қатысты.

Күні: 09.01.23

Сынып: 6 «а», «ә»

Жұмыс түрі: кеңес, ұсыным

Тақырыбы: «Стресс және дағдарыс»

Қатысқаны: 31

Қатыспағаны: 0

Мақсаты: Оқушыларға стресс және дағдарыс тақырыбын түсіндіру. Стресстік және дағдарыстық жағдайда өзіне, досына көмек көрсете алудың жолдарын үйрету.

Кездесуіміздің негізгі тақырыбы бойынша жұмыс жасауды бастамас бұрын бірінші «бой жазу» жаттығуы ұсынылды. А4 таза параққа оқушылар екі қолдарымен бірге бірдей суреттерді салды. Содан соң екі түрлі сурет салды. Бұл жаттығудың мақсаты екі жақты ми қыртысын дамыту. Көңіл-күйлерін көтеру, сабаққа белсенділіктерін арттыру.

Азап бой жазып алған соң, негізгі тақырып бойынша оқушылармен сөйлестік. Психолог: Кездесуіміздің негізгі тақырыбы – «Стресс және дағдарыс». Әрқайсың осы ұғымды білесіңдер, «Стресс» тақырыбымен байланысты сұрақтар

мазалады деп ойлаймын. Ол не? Сонымен, стресс - ағзаның түрлі қолайсыз факторларға (аштық, суық, физикалық немесе психикалық жарақаттар, т.с.с.) қорғаныш реакциясы ретінде көрсететін асқан ширығу күйі.

«Стресстен толығымен қашып құтылудың жолы жоқ, бірақ деніміз сау болуы үшін ондай жолдың қажеті де жоқ. Белгілі бір стресс деңгейі қажет. Ол сендерге әлдеқайда сақ болуға көмектеседі және шын мәнінде стимулятор (ынталандырғыш) ретінде әрекет етеді. Бірақ тым ұзақ уақыт бойы тым көп стресс кешу денсаулығымызға зиян тигізеді».

Кездесу барысында стресстің алдың алу үшін «Лимон», ширығу мен шаршаудан арылу үшін «Тыныс алу» жаттығулары оқушылар жасады.

Қорытынды: Сынып оқушылары сабаққа белсенді қатысты.

Ұсыным: Жүйке қозуынан және стресстен арылудың өмірлік маңызы бар, әрі мейлінше қажет. Бұл, мысалы, тіс тазалау сияқты күнделікті нормаға айналуы тиіс.

Өздеріңе демалыс беріңдер, ара-тұра «үзіліс» жасап тұрыңдар. Өздерің жақсы көретін, жағымды, босаңсуға көмектесетін іспен бес не он минут айналысыңдар.

Күні: 19.01.23

Сынып: 3 «а,ә»

Жұмыс түрі: топтық, алдын алу.

Тақырыбы: «Қорқынышынды жең»

Қатысқаны: 23

Қатыспағаны: 0

Мақсаты: оқушыларға қорқыныш сезімі туралы мағлұмат бере отырып, түрлі жаттығулар арқылы бойындағы қорқыныш сезімдерін жою; өзара қарым-қатынастарын нығайту.

Оқушылармен тренинг барысында өздерінің эмоцияларын білу үшін «Менің көңіл-күйім» жаттығуы өткізілді. Оқушыларға түрлі эмоциядағы суреттер, смайликтер таратылды, өздерінің көңіл-күйлерін көрсету үшін, өздеріне тиісті смайликті көрсетті.

Келесі «Қорқынышыңды суретте» жаттығуы өткізілді. Мақсаты қорқынышқа қарсы жүрудің жолдарын үйрету. Оқушыларға ақ парақ таратылады. «Өзіңнің қорқынышыңның суретін салу ұсынылды. Суреттерін салып болған соң, қорқынышты жеңу үшін, оқушыларға салған суреттерін күлкілі оброзға айналдыру ұсынылды. Оқушылар тапсырманы қызықтылығып салды. Суреттерін өзгерту барасында оқушылар күліп, көңіл-күйлері көтеріліп қалды.

«Жаңбырдан кейін» жаттығуы оқушыларға көңілді әуен қосылды. Оқушыларға нұсқаулық айтылып отырды. Олар жаңбырдың жауғаның қимылдар арқылы көрсетіп, шалшықтардан, судан секіріп өтіп, судан өтуге достарыа көмектесу сияқты әрекеттерді орындады.

Қорытынды: Оқушылар тренинг соңында алған әсерлерімен бөлісті. Тренинг оқушыларға ұнады. Белсенді сынып оқушылары қатысты. Өз қорқыныштарымен күресуді үйренді.

Ұсыным: Қорыққанда, мазасыздық жағдайларда көрсетілген жаттығуларды жасау, айтылған кеңестерді ұстану.

Күні: 24.01.23

Сынып: 11

Жұмыс түрі: тренинг, кеңес, ұсыным

Тақырыбы: «Бос уақытынды дұрыс жоспарла»

Қатысқаны: 17

Мақсаты: Бос уақыттарын дұрыс жоспарлауды, мамандық таңдау еркіндігі жағдайында оқушыларға өз мүмкіндіктеріне, қабілеттеріне сәйкес және еңбек нарығының талаптарын ескере отырып, көмек көрсету, кәсіп таңдау мәдениетін қалыптастыру.

Барысы: оқушыларға уақытты дұрыс таңдау бойынша кеңестер беріліп, SMART мақсат туралы түсіндірілді.

Қолданылған жаттығулар: «Шаттық шеңбері», «Сұрақ – жауап», «Әріптер » т б.

Тренинг «Шаттық шеңбері» арқылы ұйымдастырылды.

Оқушыларға уақытқа қатысты сұрақтар қойылды. Сынып оқушылары белсенді жауап берді.

Мамандыққа, уақытта қатысты мақал-мәтелдерді аяқтау ұсынылды.

Кездесу барысында оқушыларға SMART мақсат туралы түсінік беріліп, нақты жоспар құрудың жолдары ұсынылды.

1. Мақсат нақты болу керек деген алға қойылған мақсат екіұшты емес, айқын болу керек дегенді білдіреді. Атап айтқанда, «Мен оқуға түсемін» деген мақсат айқын емес. Ал, ол айқын болу үшін негізгі 11-ші сыныпты соң түсетінім нақтылануы керек. (Жоғарғы оқу орны, әлде арнайы орта оқу орыныма?)

2. Мақсат өлшенетін болу керек. Мысалы, «11 сыныпты аяқтаған соң ЖОО түсемін» деген мақсатты өлшеу өте қиын, ал «Мен Семей қаласындағы педагогикалық колледждің бастауыш сынып мұғалімі бөліміне оқуға түсемін» деген мақсатты өлшеуге болады.

3. Мақсат қолдан келерлік болу керек. Мақсатты жүзеге асыру үшін қажетті жағдайлар жасалған ба? Мысалы, негізгі мектепті тәмәмдап «Мен биыл жоғары оқу орнына түсемін» деген мақсат- қолдан келмейтін нәрсе.
4. Мақсат шынайы болу керек. Алға қойған мақсатты іске асыра алатындай мүмкіндіктер болғаны жөн. Мысалы, өзін таңдаған мамандықты меңгеру үшін білімің, қабілетің аталған мамандықтың иесі болуға жеткілікті ме? Немесе оқуға ақылы бөлімге түскен жағдайда сенің шығыныңды өтеуге жанұя бюджеті көтере ме?
5. Мақсаттың мерзімі анықталған болу керек.

Тренинг соңында «Әріптер» ойыны ойнатылды. Оқушыларға сұрақтар қойылды. Қолдарында таңдап алған әріптері бойынша сұрақтарға жауап берді.

Қорытынды: Кездесу кезінде толық оқушылар уақытты дұрыс жоспарлауды үйреніп, нақты мақсатқа жетудің қадамдарына жоспар құруды үйренді. Сынып оқушылары өте белсенді қатысты.

Күні: 03.02.23

Сынып: 7

Жұмыс түрі: түзету-дамыту

Тақырыбы: «Агрессиядан шығудың жолдары»

Мақсаты: Оқушылардың агрессия кезінде сезімдерін қауіпсіз күйде айтуға шығаруға үйрету.

Барысы:

Тренинг «Көрме» жаттығуы арқылы басталды. Жаттығудың мақсаты: адам өзінің жан дүниесіндегі жағымсыз энергиялармен (ашу-ыза, агрессия, көре алмаушылық, табалау, қызғаныш және т.б.) жұмыс жасай білуі.

«Ыңғайлы отырып, дененді бос күйде ұстап, 3-4 рет терең тыныс алып, көзіңді жұм. Көз алдына кішігірім көрмеде жүрмін деп елестет. Саған жаманшылық ойлаған, сені бір кездері ренжіткен, сенің ашуыңды келтіретін адамдардың суреттері сол көрмеде тізіліп тұр.

Осы көрмеде жүре тұрып, осы портреттерді жан-жағынан қара. Солардың кез-келген өзіңнің қандай жағдайда болғаныңды елестет. Ашуыңды келтірген осы адамға өз сезіміңді тежемей, бәрін айтып салған сәттерді елестет. Қазір ойыңа ол туралы не келді, бәрін де бүкпей барынша жеткіз.

Сезімдеріңе бой алдырған кезде сәтте қандай әрекетке барушы едің соны көз алдыңа келтіріп, іс-әрекетіңді тежеме, осы адамға не істегің келеді, ойша бәрін жаса.

Егер жаттығуды жасап бітірсең, басыңды изе. 3-4 рет терең тыныс алып, көзіңді аш». Жаттығуды аяқтаған соң оқушылар өз ойларымен бөлісті.

«Мен ағаш, ыдыс, қару және әшекей ретінде» жаттығуы.

Мақсаты: Оқушының бойында агрессиядан туындаған мазасыздық, қорқыныштарымен жұмыс.

А4 қағазға балаларға ұсынылады. Сол қағазды оқушылар 4 бөлікке бөліп ағаштың, ыдыстың, қарудың, әшекейдің суретін салды. Салып болған соң оқушыларға сұрақтар қойылды.

Тренинг соңында «Интервью» ойының ойнады. Оқушылар жұптасып бөлініп, бір-біріне сұрақтар қояды.

Қорытынды: кездесу соңында оқушылардан кері байланыс алынды. Өткен тренинг бойынша өз ойларын айтты. Сынып оқушыларына ойын-жаттығулар ұнады.

Күні: 06.02.23

Сынып: 4

Жұмыс түрі: кеңес беру, ағарту

Тақырыбы: Психологиялық денсаулық дегеніміз не?

Мақсаты: Оқушыларға психологиялық денсаулық ұғымымен таныстыру.

Барысы:

«Қымбатты балалар, психикалық денсаулыққа арналған кездесуімізге қош келдіңдер. Әрқайсың осы кездесуге қосылуға уақыт таптыңдар, сондықтан, өз денсаулықтарың, соның ішінде, психикалық денсаулықтарың туралы ойлап жүрген боларсыңдар. Бүгін біз оның не екенін, неліктен маңызды екенін және психикалық денсаулықтағы ауыр ақаулардың алдын қалай уақытылы алуға болатынын талдап көреміз, оған қоса сендер қиындықтарды қалай жеңу керек екенін, өздеріңе және достарыңа қалай көмектесу керек екенін және психикалық денсаулықты қалай нығайту керек екенін білетін боласыңдар.

Біз тәнімізді және ағзамызды күту арқылы психикалық денсаулығымызға күтім көрсете аламыз. Күтім – оп-оңай әдетке айналдыруға болатын күнделікті істер. Мысалы, дұрыс ұйықтаудың арқасында тынығып қаламыз, тамақтануда бойымызды жақсы әдеттерге үйретсек, күні бойы күш-қуатқа кенелеміз, ағзадағы су-тұз және минералдар теңгерімі сақталады; күн шуағы көңіл-күйді көтереді, ал дене жаттығулары қан айналымын жақсартады, бұл өз кезегінде ақыл-ой жұмысын жақсартады, эмоцияларды тұрақтандырады және дене бітімін нығайтады.

Кеңес барысында сұрақтар қойылып, жаттығулар да ұсынылды.

Өздерің қолдана алатын кейбір тәсілдерді жасап көрейік.

Бірінші тәсіл: Ой ағынын тоқтату. Бұл тәсіл үнемі алаңдататын, ешқайда кетпейтін бір мазасыздық бар кезде пайдалы болуы мүмкін. Немесе қайта-қайта пайда бола беретін, шындыққа жақындығы жоқ бір ой, мысалы: «Мен соншалықты жақсы емес шығармын...».

Ой ағынын тоқтату үшін жағымсыз/мазалайтын ойға зейін қойып, бірер минуттан кейін кенеттен оны ойдан шығарып тастап, сананы толығымен тазарту керек.

Жасап көрейік.

Ыңғайлы жерге отырыңдар. Егер жандарыңда адамдар болса, олар сендердің не істеп жатқандарыңды білетініне көз жеткізіңдер.

Таймерді 1-3 минутқа қойыңдар (одан да ұзағырақ уақытқа қоюға болады).

Таймер қосулы кезде үрейлі ой туралы ойлаңдар. Таймер дабыл бергенде сананы тазартып, 20 секунд бойы кез-келген ойдан босатуға тырысыңдар.

Осылай істеуді жалғастыра отырып, ой тазалығын сақтап тұра алатын уақытты ұзарта аласыңдар және тіпті үрейлі ой туралы ойлауға кететін уақытты қысқартуға тырыса аласыңдар.

«Стоп» деп айғайласаңдар ба болады (бірақ, елдің көзінше істегілерің келмес).

Қорытынды: Сынып оқушылары белсенді қатысып, қойылған сұрақтарға жауап берді. Айтылған жаттығуды қайталап жасады.

Күні: 10.02.23

Жұмыс түрі: жадынама, ұсыным

Тақырыбы: Баланың психологиялық денсаулығы

Мақсаты: балалар мен жасөспірімдердің психикалық денсаулығы туралы ақпарат беру.

Сынып ата-аналар жиналыстарында жадынамалар таратылды.

Бізге ата-ана ретінде психикалық денсаулық туралы білу не үшін керек?

Біріншіден, сіздер психикалық денсаулықты өз сөздеріңізбен және әрекеттеріңізбен, әрі үйде қалыптастырған қоршаған орта көмегімен нығайта аласыздар.

Екіншіден, сіздер психикалық денсаулықтағы кінәраттардың алғашқы белгілері туралы және көмек алу үшін қайда жүгіну керек екені туралы біле аласыздар.

Білікті көмекке уақытылы жүгіну психикалық сырқаттардың және асқынулардың алдын алуға оң әсер ете алады.

Ата-ана ретінде сіздер балаларыңыздың психикалық денсаулығында маңызды рөл атқарасыздар.

ПСИХИКАЛЫҚ ДЕНСАУЛЫҚ ДЕГЕН НЕ?

Психикалық денсаулық (рух немесе жан саулығы, кейде *менталдық саулық* деп атады) — бұл адам өз әлеуетін іске асыра алатын, күнделікті өмірлік стресстерді еңсеріп алатын, жемісті және өнімді жұмыс жасай алатын, әрі қоғамға өз үлесін қоса алатын аман-саулық күйі.

Жақсы психикалық денсаулық барлығы үшін маңызды. Сіздің және балаңыздың өмірі үшін психикалық денсаулықтың маңызы физикалық денсаулықтың маңызымен бірдей.

Психикалық денсаулық — бұл жай ғана психикалық сырқаттардан жоқ болуы ғана емес, **өмірлік мәселелерді шешуге қажетті дағдылардың болуы**. Егер психикалық денсаулықтағы кінәраттарға мән бермесе, олар балалардың оқуына, дамуына, қарым-қатынастарына және физикалық саулығына келері келтіруі мүмкін.

Психикалық денсаулық дәл физикалық денсаулық сияқты маңызды!
Психикалық денсаулықсыз физикалық денсаулық жоқ.

Психикалық денсаулық адамдардың қалай ойланатынына, сезінетініне және әрекет ететіне әсер етеді.

Сіз психикалық денсаулықты өз сөздеріңізден және әрекеттеріңізбен, әрі үйде қалыптастырған қоршаған орта көмегімен нығайта аласыз.

Ата-ана ретінде Сіз баланыздың психикалық денсаулығында маңызды рөл атқарасыз:

Сіз, сонымен бірге, психикалық денсаулықтағы кінәраттардың алғашқы белгілері туралы және көмек алу үшін қайда жүгіну керек екені туралы біле аласыз.

«Балалар мен
жасөспірімдердің
психикалық денсаулығы»
ата-аналарға кеңес.



**БАЛАМНЫҢ ПСИХИКАЛЫҚ
ДЕНСАУЛЫҒЫНА ҚАЛАЙ
КҮТІМ КӨРСЕТЕ АЛАМЫН?**



- Балаларға мықты, қамқор қарым-қатынастар құруға көмектесіңіз
- Балалар өзін жақсы сезінуі үшін оларға өз қабілетін бағалау сезімін дамытуға көмектесіңіз
- Оларға құлақ салыңыз және сезімдерін құрметтеңіз
- Үйде қауіпсіз және жайлы орта қалыптастырыңыз
- Қиын жағдайларда балаларға және жастарға мәселелерін шешуге көмектесіңіз

Күні: 08.02.23

Сынып: 5-11 сынып қыздары

Жұмыс түрі: тренинг

Мақсаты: Қыздарға психологиялық тұрғыда қолдау көрсету. Қарым-қатынастарын жақсарту. Психолопен альянс орнату.

Барысы:

«Томирис» қыздар клубының жоспарына сәйкес мектебіміздің 5-11 сынып қыздарымен тренинг өтті. Тренинг барысында қыздармен қызықты ойындар ойнатылып, «Қыз баласының бойында қандай қасиеттер болу керек?» тақырыбында қабырға газетін жасау ұсынылды.

Қыздар екі топқа бөлініп, жасаған жұмыстарын қорғады.

Тренинг соңында қыздардан керібайланыс алынып, ұсыныстары мен тілектері тыңдалды.

Ұсыныс: Психологпен сұхбат, тренинг және «Домбыра, би, ән үйірмелері, шаш өру, тамақ істеуді үйрену тақырыптарында келесі кездесу ұйымдастырылса»- деген қыздар ұсыныс тастады.

Күні: 13.03.23

Сынып: 11

Жұмыс түрі: тренинг

Қатысқаны: 17

Тақырыбы: «Мен өмірді таңдаймын».

Мақсаты: Оқушылардың өмірге құлшынысын арттыру, топтағы қарым-қатынасты жақсарту. Өмір ұғымына түсінік беру.

Тренинг басында психологиялық ахуалды қалыптастыру үшін оқушылар шаттық шеңберге тұрып, «Біз» жаттығуын орындады. Психолог оқушыларға бірнеше нұсқаулық берді «шеңбердегі орындарыңды ауыстырыңдар, бір-бірлеріне иық тіресіп тұрыңдар, қолдарынан ұстап, аздап тербіліңдер, ән айтса да болады»-деп «Біз» жаттығуын орындады.

Ой толғау «Өмір деген не?» оқушылар өз ойларымен бөлісті. «Өмір мүмкіндік», «Өмір-ол дұрыс өмір сүру, айналандағыларды жақсы көру» т.б ойларын айтты.

«Өмірді сүйейік» тақырыбында аздап эссе жазды. Эссе соңында оқушыларға «Менің қалаған суретім» ойыны өткізілді. Ақ параққа қарамай бастарына қойып сурет салу. Салған суреттерін көріп, талдау жасап, келесі бетіне қалаған суреттерін тура ойындағыдай түсіру ұсынылды.

Қорытынды: Сынып оқушылары белсенді қатысты. Оқушылардың бойында ҰБТ деген жауапгершілік, аздап қобалжу байқалды.

Ұсыныс: Сынып оқушыларынан қобалжу, мазасызды анықтайтын тест алу.

Сынып: 7-11 қыздар

Жұмыс түрі: тренинг

Қатысқаны: «Томирис қыздар» клубы

Тақырыбы: «Қыз өссе елдің гүлі».

Мақсаты: қыз балаларға кеңестер бере отырып, қыз балалар тірбиесі мен гигиенасы туралы сұхбат және ерте жүктіліктің алдын алу .

Барысы: Психолог сөзі: Ерте кезден бастап қазақ халқы қыздарының тәрбиесіне ерекше көңіл бөлген. Аялы алақандарына салып еркелетіп, мәпелеп өсірген. "Қызға қырық үйден тыйым", "Қыздың жолы жіңішке" деп, әу бастан-ақ жақсыдан үйренуге, жаманнан жиренуге баулыды. Киген киіміне, қос бұрымына да ерекше күтім жасаған. Сөйлеген сөзі мен жүрген жүрісіне дейін мән беріп, ағаттық жіберген жерлерін жөндеп, түзеп отырған. Әрқашан қыздарына тәлім-тәрбие беріп, өнеге көрсетіп, үлкенді сыйлауды, кішіге ізет көрсетуді үйретті, яғни адамгершілік қасиеттерді жастайынан бойларына сіңіртті.

Тренинг барысында «Мен гүлмін», «Қадір-қасиет», «Адамгершілік ағашы», «Қыздарға арналған» кеңес, жаттығулар өткізілді. Өз бойларында қандай жағымды қасиеттер бар соны қыздар гүлдің жапырқатарына жазу ұсынылды. Шеңберге тұрып қолдарынан ұстап, өз есімдерін айта отырып, бойындағы қадір-қасиеттерін, ешкімге ұқсамайтын қабілеттерін айтып топтағы қыздар бір-бірімен жақынырақ танысты.

«Адамгершілік ағашы» жаттығуы орындауда қатысушыларға ағаштың суреті көрсетіледі. Әр қатысушы өздерінің «Жаман қасиеттерден аулақ болуымыз үшін не істеуіміз қажет, қандай қасиеттерді бойымызға дарытуымыз керек?», –

деген сұраққа жауап жазады. Жылы, мейірімді сөздерді айтады, қыз баласына тән қасиеттерді айтып, солып қалған ағашты жандандырады.

Қорытынды: қыз балаларға кеңестер берілді.

1. Өз-өзіңізді жақсы көріңіз. Сонда өмір сүру әлдеқайда жеңіл болады.
2. Бірге жүрген қыздардың бәрі әрқашан қасыңыздан табыла бермейтінін ұмытпаңыз.
3. Қандай жағдайға кезіксеңіз де, ешкімді кінәламаңыз, қатені алдымен өзіңізден іздеңіз.
4. Әжеңізбен немесе анасызбен жиі уақыт өткізіңіз, ол сізге көп нәрсе үйретеді.
5. Есте сақтаңыз: белгілі бір мәселеге тіреліп, өмір тоқтап қалмайды. Өйткені жаңбырдан кейін де күн шығады.
6. Сезіміңіз соншалықты берік болса да, махаббатқа қатты берілмеңіз. Себебі сіз өз-өзіңізді жоғалтып алуыңыз мүмкін.
7. Әдемі әрі сауатты сөйлеп үйреніңіз, ол сізге өмірде міндетті түрде көмектеседі.
8. Өмір тек бір-ақ рет беріледі. Сондықтан оны өкінбейтіндей етіп сүруге тырысыңыз.
9. Білім - керемет күш. Жан-жақты болу үшін әртүрлі кітап оқыңыз.
10. Тәрбиелі жанұядан шыққаныңызды көрсетіңіз. Сонда сіз жайлы тек керемет пікірлер айтылатын болады.
11. Алға қойған мақсатқа жету үшін талмай еңбектенуіңіз керек.
12. Өз-өзіңізді қамтамасыз етіп үйреніңіз.
13. Өзіңіздің бағаңызды ешқашан түсірмеңіз.
14. Өмір дегеніміз - бүгінгі күн. Кешегі де емес, ертеңгі де емес. Бүгінгі күнмен өмір сүріп, бақытты болыңыз.

Күні: 14.03.23

Сынып: 6

Жұмыс түрі: тренинг

Қатысқаны:31

Қатыспағаны: 0

Тақырыбы: «Адами қарым-қатынастар».

Мақсаты: Жеке тұлғанын өзіндік «Менің» тереңірек таныту, қызығушылығын ояту, өзінің адамгершілік мінез-құлықтарына баға беру, өзіне деген сенімділік қабілетін дамыту, ұжымдағы қарым-қатынасын нығайту.

Тренинг шаттық шеңбері арқылы психологиялық ахуалды қалыптастыру мақсатында ұйымдастырылды. «Бұл мен..» жаттығу арқылы оқушылар өзін мінездейтін 5 сөз жазып, кеуделеріне тағып, басқа оқушылар оны оқып, жақынырақ танысты.

«Өзіңді тереңірек тани біл» психологиялық тест берілді. Оқушыларға күн, тау, үй, ағаш, қапшық, жол, сақина, гүл, жыланның суретін салу ұсынылды. Салып болған соң оқушылардың суреттері бойынша интерпритация жасалынды.

Тренинг соңында сұрақ-жауап алынды. Яғни сыныптың бір-бірімен қарым-қатынасарын анықтау мақсатында.

Қорытынды: Рефлексия өткізілді. Оқушылар тренингтен алған әсерлерімен бөлісті.

Күні: 03.04.2023

Тақырыбы: «Мамандық таңдауда қателеспе»

Қатысқаны: 9,11 сынып оқушылары

Әдіс: кеңес беру.

Барысы:

«Ойлан және жауап бер». Қалай ойлайсындар, кәсіптік мамандық таңдағанда не бөгет болып табылады? Әр адам өзіне мамандық таңдағанда ыңғайлы жағдайына, оның қоғамда қаншалықты қажет екеніне көңіл аударады. Балалар, сендердің ойларыңша кәсіптік мамандық таңдағанда не маңызды болып табылады?

Біз сендермен кәсіптік мамандық таңдағанда ең маңызды болып табылатын шарттарды таңдап көрейік.

- 1. Ақша:** мамандық материалдық жағынан жақсы болу керек.
- 2. Өзін таңдаған мамандықты жақсы көру.**
- 3. Абырой:** аула тазалаушы болғаннан гөрі хирург болған жақсы.
- 4. Диплом:** алдымен диплом алсам болды, профессия артынан табылады.

Осы көз қарастарды ұстанған оқушылар, таңдаған көзқарастары бойынша топтарға бөлініп отырып, өз таңдауларын қорғау қажет.

Жаттығу «Жаңа мамандықтар»

Оқушылар сол бөлінген топтарында отыра береді. Жүргізуші жаңа мамандықтар атауы жазылған 2 карточканы таңдап алуды ұсынады. Ол карточкада ол мамандықтар туралы түсініктеме берілмеген. Оқушылардың негізгі мақсаты алған мамандық атауына өмірлік тәжірибелеріне және де сол манадықтың атауына мән бере отырып сипаттама беріп көру. Әр

Бір мамандықтың атауына оқушылар өз түсініктемелерін бергеннен кейін, нақты жауабын жүргізіші слайд арқылы сол мамандық туралы толық түсініктеме, сипаттамасын береді.

Әдістеме «Қол- мидың жалғасы» Алақан бойынша мамандық саласын анықтау жаттығуын жасады.

Қорытынды. Тренингке оқушылар белсенді қатысты.

Күні: 06.04.

Сынып: 3

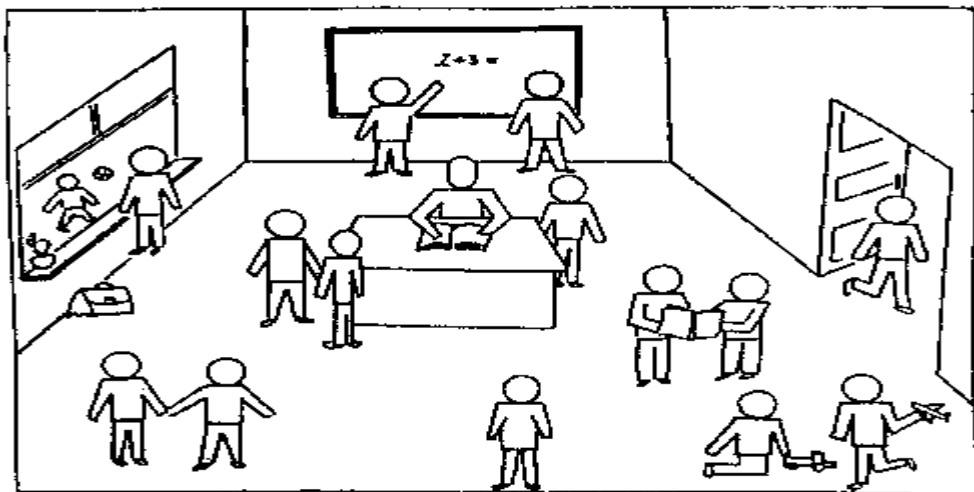
Қатысқаны: 28

Қатыспағаны: 0

Түрі: диагностика (сұраныс бойынша)

Тақырып: «Менің сыныбым»

Мақсаты: Сынып оқушыларының қарым-қатынасын анықтау.



Нұсқау: «Балалар! Суретте сендердің сыныптарың көрсетілген. Ортанғы орындықта апайың (мұғалім) отыр, апайдың айналасындағы оқушылар өздерінің жұмыстарымен шұғылдануда. Ал, қалған балалар ауланың сыртында ойын ойнауда. Осы суреттегі оқушылардың ішінен өзіңді тауып алып белгілеп, жанына өзіңнің аты-жөніңді жаз. Өзіңді белгілеп болған соң суреттен өзіңнің досыңды тап та жанына аты-жөнін жаз»- деп нұсқау берілді.

Қорытынды: Сынып оқушыларына кеңес берілді.

Ұсыныс: Сынып жетекші мен ата-аналар да үйде балаларын сыныпта татулыққа шақырып, кеңес беру.

Күні: 10.04.

Сынып: 7 а,ә

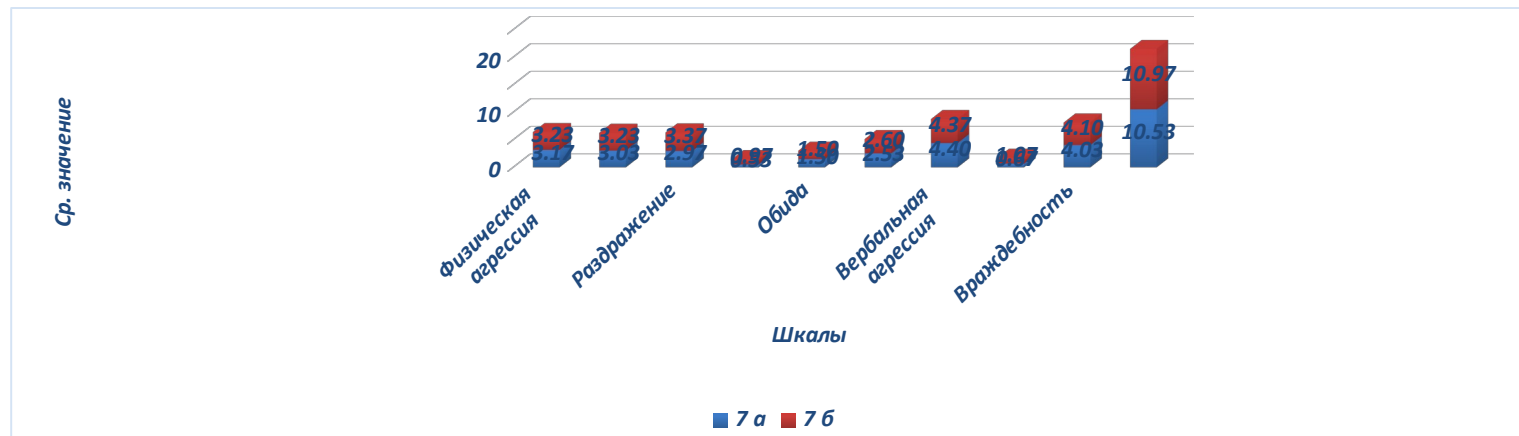
Қатысқаны: 22

Қатыспағаны: 1

Түрі: диагностика (сұраныс бойынша)

Тақырып: «Басса Дарки»

Мақсаты: Негативті мінез-құлықтың әртүрлі типіне бейімділігін анықтау.



Қорытынды: Сынып оқушыларымен агрессия тақырыбында әңгіме жүргізілді. Ашу жағдайында өздерін қалай ұстау керек екендігі жайлы кеңестер берілді. Терапия түрінде «Әлемде жоқ жануар» әдістемесін қолдандым. Оқушылар суреттін сала отырып, агрессивті жануарды, қалыпты күйге түсіру ұсынылды. Барлық сынып оқушылары белсенді қатысты.

Тақырыбы: Орта буын мен бастауыш сыныптың сабақтастығы, таным қабілеттерін дамыту

Қатысқандар: 4-сынып оқушылары

Түрі: түзету-дамыту

Мақсаты : 4-сынып оқушыларының оқу мотивацияларын көтеру, орта буынға көшудегі қиындықтардың алдын алу. Таным қабілеттерін дамыту.

Барысы: Сабақтастық дегеніміз, біріншіден, екі буын арасындағы ортақ мақсат – міндеттер, ортақ мазмұндық жүйе, баланы жүйелі сатылы дамыту, бір буыннан екінші буынға неғұрлым сәтті өтуге бағыттау, екіншіден, білім берудің әдістемелік жүйесінің әрбір компонентінің үйлесімдігі.

Ә. Бидосов былай деген «Сабақтастық дегеніміз – мектеп жасына дейінгілер мен бастауыш мектептегі пәндерді оқытудың әр түрлі сатысында балалардың білімдерінің арасында қажетті байланыстар мен қатынастар орнату».

Балалар білім икемдігі мен машықтарын пайдалану және одан әрі дамыту кезінде олардың оқу ісінде әр алуан байланыстар орнату, жаңа білім мен бұрынғы білімді өзара байланыстыру. Сонымен бірге, білімді кеңейту мен тереңдету, оқығандарды жаңа, жоғары деңгейде байыптау. Бастауыш пен орта буын арасындағы байланыс формаларының сабақтастығын екі өзара байланысты аспектіге бөлуге болады: ақпараттық-ағартушылық және практикалық. 4-сынып оқушыларымен «Мен 5-сыныпқа барамын» тақырыбында ашық хат жазу ұсынылды. Алдағы уақытта не күтеді? Неден қысылып, қобалжиды сол туралы пікірлерін хатқа жазып берді. Сурет бойынша қызықты тапсырмалар орындады.

Күні: 12.04.22

Сынып: 6-7

Тақырыбы: Достық

Әдіс: тренинг жаттығулар

Мақсаты: оқушылар арасында достық қарым-қатынас орнату.

Тренинг барысында оқушылар шеңберге тұрып «Дос балайық бәріміз» әнін орындады. Оқушылар дос деген сөзге талда жасап өз ойларымен бөлісті.

- Балалар, « достық» деген сөзді қалай түсінесіңдер?

-Достар қандай болу керек?

-Нағыз достар қандай болады?

- «Жалған достық» деген сөзді қалай түсінесіңдер?

- Достары көп болу үшін адам қандай болу қажет? балалар өз ойларын схема арқылы өз ойларын сызп жеткізіп жазды. Оқушылар бірігіп «Достық үйін» салды. Оның ішіне жылы тілек сөзерін жазды.

Социметрия әдісі.

Мақсаты: Балалар ұжымдағы өзара қарым қатынасты анықтау, алынған мәліметтерді оқу-тәрбие жұмыстарында қолдану, топ ішінде психологиялық қолайлы жағдайын орнату.

Нұсқау: Балалар, сіздерге қазір сұрақтар қойылады. Сол сұраққа осы өз кластастарыңнан үш адам есімдерін жазасыңдар.

1.Кіммен дос болғың келеді?

2.Партада кіммен бірге отырғың келеді?

3.Мерекелерде кімге сыйлық бергің келеді? –деген сұрақтарға жауап берді.

Тренинг соңында өздерінің жылы тілектерін бір-бірлеріне білдірді. Оқушылар тапсырмаларды қызығушылықпен орындады. Барлық оқушылар сабаққа белсенді қатысты.

Күні:17.04

Тақырыбы: МАД тобымен жұмыс

Қатысқандар: МАД тобы

Түрі: түзету-дамыту

Мақсаты : МАД тобының мектепке бейімделуіне қолдау көрсету, танымдық қабілеттерін түзету, дамыту.

Барысы: Мектеп алды дарлық сыныбымен танымдық қабілеттерін дамыту, коммуникациясын жақсартуға арналған ойын-жаттығулар өткізілді.

«Есте сақта және айтып бер», «Кім білсе, сол жалғастырсың», «Біз суретте нені көреміз» т.б жаттығулар өткізілді.

Сынып оқушыларының өзара қарым-қатынастары орташа, сыныпта жасерекшеоіктері әр түрлі балалр болған соң қабылдау деңгеңейі әр түрлі.

Жұмыс барысында тіл кемістігі бар үш оқушы байқалды. Үш оқушы берілген нұсқаулықтарды орындай алады. Өз ойларын айтқанда, сурет бойынша сөйлем құрастыруда аздап қиналады. Гипербелсенділік, қарым-қатынас құра алмау белгілері байқалды.

Сынып оқушыларының қзейін аударулары орташа, бір орында сабақ соңына дейін отыра алмайтын оқушылар бар. Ойын-жаттығуларды барлығы қызығушылықпен орындай алады.

Қорытынды: Сабақ барысында сынып оқушыларымен көрнекіліктер қолданылды.

Ұсыныс: Жыл соңында даярлық сынып оқушыларының 1 сыныпқа дайындығын зерттеу.

Күні: 03.05.

Түрі: тренинг

Сынып: 9,11

Тақырыбы: «Мамандық таңдау өміріннің бір кірпішін қалау»

Мақсаты: Жеке тұлғаның сан алуан мамандықтарға деген ынта ықыластарын анықтау, кәсіптік бағдар беру, кәсіптік білім берудің құрылымымен таныстыру.

Кездесу барысында екі сынып оқушыларына да мамандық тақырыбымен таныстырылды. Мамандықты дұрыс таңдау өмірдегі ең маңызды екендігі айтылды. «Өз ісінің нағыз маманы атану әркімнің де қолынан келері сөзсіз. Ол үшін ең алдымен мамандығыңызға деген махаббат керек. Мамандыққа деген махаббат пен карьерист болу. Махаббатпен істелген жұмыс қана нәтиже бермек.»

Мамандық таңдаудағы ең негізгі формула туралы айтылды.



«Сізге қай мамандық лайық?» тақырыбында оқушылардан тест алынды. Таңдаған фигуралардың ішінде өздеріне сәйкес келетін мамандықты оқушылар біле алды.

«Мамандық туралы диалог – иә, бірақ...» жаттығуы арқылы әр оқушы өздері таңдаған мамандықтары туралы айтты және қаншалықты өздерін лайық көретіндерін сипаттап айтып берді. Сыныптағы барлық оқушылар белсенді қатысты.

«Мамандықты нумерология заңына сәйкес таңдау» экранда балаларға нұсқаулық берілді, оқушылар өздерінің туған ай, күн, жылдарына байланысты есептеп қажетті шыққан санға қай мамандық сәйкес келетінің білді.

Қорытынды: Тренинг оқушыларға өте ұнады. Сабақ соңында өздерінің пікірлерін, алғыстарын айтып, өздері туралы көп ақпарат ала алғандарына қуанышты екендіктерін білдірді.

Күні: 05.05.

Түрі: кеңес беру

Қатысқаны: 18

Сынып: 9,11

Тақырыбы: «Емтихан барысында өзінді қалай ұстау керек?»

Мақсаты: Емтиханға дейін және уақытында өзінді ұстау ережелерімен түлектерді таныстыру.

Барысы: Оқушыларға бірнеше кеңестер ұсынылды.

Емтиханға дейін және барысындағы іс - әрекетіне нұсқаулар:

1. Емтиханға бір күн қалғанда ештеңе жасамауға тырыс. Егерде бір тақырыпты аяғына дейін оқымаған болсаң, оқуға да тырыспа. Демал, көңіл көтер, ертеңгі емтихан туралы ұмытуға тырыс.
2. Емтихан алдында міндетті түрде ұйқыңды қандыр.
3. Міне, сынып есігіңнің алдындасың! Сабырлан! «Мен сабырлымын! Мен толық сабырлымын!» - деп бірнеше рет қайтала. Алғашқы лекпен жауап беруге тырыс. Мазасызданған сыныптастарыңның қасында көбірек болсаң, қорқыныш, сенімсіздік сезімі билеп, стресс күшейе түседі.
4. Өз эмоцияларыңды ретке келтіріп, ойыңды жинақта.
5. Сыныпқа сеніммен кір, бәріде ойдағыдай болады.
6. Жайланып отыр, арқанды түзе. Өзінді бәрінен биік, ақылды айлакер және бәріде ойдағыдай болады деп ойла. «Мен сабырлымын! Мен толық сабырлымын!» деген сөздерге зейініңді шоғырландыр, сонымен қатар асықпай бірнеше рет қайтала. Ойларыңнан арылуға тырыспа, себебі одан сайын мазасыздықты күшейтеді. Соңында жұмылдырығыңды қатты қыс.

Кездесу соңында тыныс алу жаттығулар дұрыс жасау жолдары айтылып, оқушылар тәжірибеде жасап көрді.

Ұсыныс: Пән мұғалімдері, сынып жетекшелер оқушылардың көңіл-күйлеріне, денсаулықтарына мән беру. Қажет кезде қолдау көрсету.

Күні: 12.05.

Түрі: диагностика

Сынып: МАД тобы

Тақырыбы: Мектепке дайындығын тексеру

Мақсаты: МАД тобының оқушыларын сырттай бақылау, тапсырмалар арқылы жасерекшеліктерін ескере отырып, мектепке дайындықтарын тексеру.

Барысы: Оқушылардың мектепке дайындықтарын 9 тапсырма арқылы тексерілді.

Қорытынды: Жалпы сыныптың мектепке дайындығы орташа. Өз ойларын ашық жеткізе алмайтын бір оқушы бар. Сырттай бақылау барысында бір орында отыра алмайтын бір оқушы бар. Сыныптың қарым-қатынасы орташа, мұғаліммен қарым-қатынастары жақсы. Мектепке оқушылардың бейімделулері жақсы. Себепсіз сабақ босатпайды.

Күні:21.04

Тақырыбы: «Балаға қалай қолдау көрсетем»

Қатысқандар: 9,11 сынып ата-аналары

Түрі: кеңес беру

Мақсаты : 9, 11 сынып оқушыларының ата-аналарына, ҰБТ, мемлекеттік емтихан алдында балаларына дұрыс қолдау көрсетудің жолдарын ұсыну, кеңес беру.

Барысы:

Психологиялық қолдау– балаңыздың ҰБТ-ны сәтті тапсыруының бірден-бір маңызды факторы. Баланы қалай қолдау керек?

- Оның күшті жақтарына сүйеніңіз.
- Балаңыздың нашар жақтарын бетіне басудан аулақ болыңыз.
- Үйде достық жағдай қалыптастырыңыз.
- Үйде сабақ қарауға ыңғайлы орын дайындаңыз.
- Пән бойынша әртүрлі нұсқадағы тест тапсырмаларын дайындаңыз.
- Балаңызға әр күнге дайындық тақырыбын бөлуге көмектесіңіз.
- Бір уақытта қатал әрі мейірімді болыңыз, бірақ судья рөлінде болмаңыз.
- Балаңызды қолдаңыз, оның уайымдап жүргенін түсінетініңізді көрсетіңіз.
- ҰБТ-ның алдында баланың үрейін жоғарылатпаңыз – бұл нәтиженің төмендеуіне әкелуі мүмкін.
- Баланың ҰБТ-ға дайындық режимін бақылаңыз.
- Уақытты үнемдеуге үйретіңіз.
- Тамақтануына көңіл бөліңіз: баланың ақыл-ой жұмысы уақытында нәрлі және алуан түрлі тағам қажет.
- Балаңыздың хал-жағдайын бақылаңыз, оның әбден жалығуына жол бермеңіз.
- Тестілеу алдында балаңыздың толық демалуын қамтамасыз етіңіз.

Есіңізде болсын: ең негізгісі – дұрыс ниет, баланың өз мүмкіндіктерін бағалай алуы, уақытты дұрыс бөлу және жүйелі дайындық.

Емтиханды сәтті тапсыру көбіне баланың көңіл-күйіне және соған ата-анасының қатынасына байланысты. Баланың

емтиханға дұрыс дайындалуына көмектесу үшін бірнеше кеңесті орындап көріңіз:

- Балаңыздың емтиханда алатын ұпай саны сізді мазаламайтынын көрсетіңіз. Ұпай саны білімін толық көрсете алмайтынына сендіріңіз.
- Емтихан алдында балаңыздың үрейін жоғарылатпаңыз – бұл нәтиженің төмендеуіне әкелуі мүмкін. Жас ерекшелігіне сәйкес бала өзінің эмоциясына ие бола алмай бірдеңе бүлдіріп қоюы мүмкін.
- Үйдегілердің ешқайсысы бөгет жасамайтындай баланың сабақ қарауына ыңғайлы орын қамтамасыз етіңіз.
- Тест тапсырмалары бойынша жаттығулар уақытында уақытты үнемдеуге және оны дұрыс бөлуге үйретіңіз.
- Емтиханға дайындық режимін бақылаңыз және шамадан артық оқуға жол бермеңіз.
- Тамақтануына көңіл бөліңіз. Балық, ірімшік, жаңғақ және тағы басқалар адам миының жұмыс істеуін жақсартады.
- Емтихан алдында балаңыздың толық демалуын қамтамасыз етіңіз, ол демалуы және ұйқысын қандыруы қажет.
- Емтиханнан кейін баланы сынамаңыз.
- **ЕСІҢІЗДЕ БОЛСЫН:** негізгісі – уайымын, үрейін төмендету және баланың сабақ қарауына жағдай жасау.