

БАЛАЛАРДЫҢ ҚАУІПСІЗДІГІ МЕН КӘМЕЛЕТКЕ ТОЛМАҒАНДАРДЫҢ СУИЦИДТІК МІНЕЗ-ҚҰЛҚЫНЫҢ АЛДЫН АЛУ МӘСЕЛЕЛЕРІНЕ АРНАЛҒАН АТА-АНАЛАР ЖИНАЛЫСТАРЫН ӨТКІЗУ БОЙЫНША ӘДІСТЕМЕЛІК ҰСЫНЫМДАР



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
ОҚУ-АҒАРТУ МИНИСТРЛІГІ



БАЛАЛАРДЫҢ ҚАУІПСІЗДІГІ ЖӘНЕ КӘМЕЛЕТКЕ
ТОЛМАҒАНДАРДЫҢ СУИЦИДТІК МІНЕЗ-ҚҰЛҚЫНЫҢ
АЛДЫН АЛУ МӘСЕЛЕЛЕРІНЕ АРНАЛҒАН

АТА-АНАЛАР ЖИНАЛЫСТАРЫН ӨТКІЗУ

БОЙЫНША ӘДІСТЕМЕЛІК ҰСЫНЫМДАР

«Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институтының ғылыми-әдістемелік кеңесінің ұсынысы бойынша (2026 жылғы 14 сәуірдегі №4 хаттама негізінде)

Балалардың қауіпсіздігі мен кәмелетке толмағандардың суицидтік мінез-құлқының алдын алу мәселелеріне арналған ата-аналар жиналыстарын өткізу бойынша әдістемелік ұсынымдар – Алматы: «ӨРКЕН» БӘАҰҒПИ КеАҚ, 2026– 95 б.

Кәмелетке толмағандардың суицидтік мінез-құлқының алдын алу және балалардың қауіпсіздігі мәселелеріне арналған ата-аналар жиналыстарын өткізуге арналған әдістемелік ұсынымдарда 1-11 сыныптарға арналған ата-аналар жиналыстарының толық сценарийлері жинақталған.

Материалдар педагогтерге балалардың қауіпсіздігі, эмоционалдық әл-ауқаты және оларға қолдау көрсету мәселелері бойынша ата-аналармен жүйелі жұмысты ұйымдастыруға арналған практикалық ұсынымдарды қамтиды.

Әдістемелік ұсынымдарда оқушылардың жас ерекшеліктері ескеріліп, балалардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету және кәмелетке толмағандардың суицидтік мінез-құлқының алдын алу жүйесіндегі ата-аналар жиналыстарының мақсаттары мен міндеттері айқындалған.

**© «ӨРКЕН» БӘАҰҒПИ КеАҚ,
Алматы - 2026 жыл**

МАЗМҰНЫ:

	Кіріспе	5
1	1-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Бірінші сынып оқушысының бейімделуі және оқу процесінің қауіпсіз басталуы»	8
2	1-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Қауіпсіз демалыс және баланың дербестігін дамыту»	12
3	2-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Білім беру ортасында баланың қауіпсіз қарым-қатынас дағдыларын қалыптастыру»	15
4	2-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Баланы цифрлық әлемде қалай қорғауға болады»	19
5	3-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Баланың оқуында және тәрбиесінде гаджеттерді ұтымды пайдалану»	24
6	3-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Мектептен тыс ортада жанжалсыз мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру»	27
7	4-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Оқу қиындықтарын еңсеруде балаға эмоционалдық қолдау көрсету»	31
8	4-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Баланың орта буынға ауысу кезеңінің ерекшеліктері»	36
9	5-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Баланы бастауыш сыныптан орта буындағы оқу жағдайына бейімдеу»	42
10	5-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Балалардың жазғы демалыс кезіндегі денсаулығын қауіпсіздікпен қамтамасыз ету»	46
11	6-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Мектептегі тұлғааралық қарым-қатынас»	49
12	6-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Отбасындағы сенім - баланың психологиялық қауіпсіздігінің факторы»	54
13	7-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Қақтығыс жағдайында қалған балаға қалай көмектесуге болады»	57
14	7-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Жасөспірімдік кезеңнің жас ерекшеліктері»	61

	(тәуекелдердің алдын алу)»	
15	8-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Жасөспірімдердің мінез-құлқындағы қауіптер мен эмоционалды күйзелістерді қалай алдын алу қажет»	63
16	8-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Жасөспірімдердің репродуктивтік денсаулығы»	66
17	9-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Қолайсыз орта жағдайында эмоционалды тұрақтылықты қалай сақтауға болады»	70
18	9-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Жасөспірімнің таңдау жасау жауапкершілігі»	73
19	10-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Жасөспірімге қиын кезеңдер мен дағдарыстық жағдайларды жеңуге қалай көмектесу керек»	77
20	10-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Жасөспірімді деструктивті мінез-құлықтан қалай қорғауға болады»	80
21	11-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Түлек (бітіруші) оқушының психологиялық жағдайы: дағдарыс белгілері және әрекет ету алгоритмі»	84
22	11-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы: «Жасөспірімді ересек өмірге қалай дайындау болады»	87
	1,2,3 Чек парақтар	91
	Ұсынылатын әдебиеттер тізім	95

КІРІСПЕ

Қазақстан Республикасының білім беру ұйымдарында 2026–2027 оқу жылында балалардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету және кәмілетке толмағандар арасында суицидтік мінез-құлықтың алдын алу мәселелеріне ерекше назар аударылады. Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2023 жылғы 31 тамыздағы № 748 қаулысына сәйкес (2025 жылғы 30 мамырдағы өзгерістер мен толықтыруларды ескере отырып) «Балаларды зорлық-зомбылықтан қорғау, суицидтің алдын алу және олардың құқықтары мен әл-ауқатын қамтамасыз ету жөніндегі 2023–2025 жылдарға арналған кешенді жоспар» бекітілді. Аталған кешенді жоспар қауіпсіз білім беру ортасын қалыптастыруға, балалардың құқықтары мен әл-ауқатын қорғауға, сондай-ақ олардың психологиялық және эмоционалдық саулығын нығайтуға бағытталған жүйелі шараларды жүзеге асыруды көздейді. Жоспардың негізгі бағыттарының бірі – ата-аналарды (заңды өкілдерді) тәрбиелеу үдерісіне белсенді тарту, балалардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету және қауіп-қатерлердің алдын алу бойынша олардың жауапкершілігін арттыру. Осыған байланысты «1–11 сыныптарда балалардың қауіпсіздігі мен кәмілетке толмағандар арасындағы суицидтік мінез-құлықтың алдын алу мәселелеріне арналған ата-аналар жиналыстарын өткізу бойынша әдістемелік ұсынымдар» әзірленді.

Мақсаты: педагогтерге ата-аналардың психологиялық-педагогикалық құзыреттілігін арттыруға, олардың тәрбиелік белсенділігін дамытуға, сондай-ақ тәуекел белгілерін ерте анықтау және балаларға қолдау көрсету дағдыларын қалыптастыруға бағытталған ата-аналар жиналыстарын ұйымдастыру мен өткізу бойынша әдістемелік қолдау көрсету.

Міндеттері:

1. Ата-аналарды баламен сенімді қарым-қатынас орнатуға үйрету;

2. Баланың психологиялық жай-күйіндегі өзгерістер мен жайсыздық белгілерін байқай білуге бағыттау;
3. Тәуекелдер мен дағдарыстық жағдайларға уақтылы әрекет ету дағдыларын қалыптастыру;
4. Баланың өмірдегі және цифрлық кеңістіктегі қауіпсіздігін қамтамасыз етуге ықпал ету;
5. Күрделі жағдайларда тиімді шешім қабылдау дағдыларын дамыту.

Ата-аналар жиналыстарын оқу жылының басында және соңында (қыркүйек–мамыр) өткізу жоспарланған. Бұл жұмыс оқушылардың жас ерекшеліктерін ескере отырып, ата-аналардың балалардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету, эмоционалдық қолдау көрсету және дағдарыстық жағдайлардың алдын алу бойынша практикалық дағдыларын кезең-кезеңімен қалыптастыруға бағытталған.

Аталған ұсынымдарды іске асырудың тиімділігі динамикалық үдеріс ретінде қарастырылады және бастапқы (қыркүйек) және қорытынды (мамыр) көрсеткіштерді салыстыру арқылы бағаланады. Бағалау ата-аналардың психологиялық-педагогикалық құзыреттілігі, белсенділік деңгейі және тәуекел мінез-құлықтың алдын алу деңгейі сияқты негізгі бағыттар бойынша жүргізіледі (чек-парақтар 1, 2, 3).

Қыркүйек және мамыр айларындағы сауалнама нәтижелерін салыстыру ата-аналардың құзыреттілік деңгейіндегі өзгерістер динамикасын, ата-аналар жиналыстарының тиімділігін, сондай-ақ отбасыларға қосымша психологиялық-педагогикалық қолдау көрсету қажеттілігін анықтауға мүмкіндік береді.

Сонымен қатар, ата-аналар жиналыстарын өткізу барысында олардың тиімділігін төмендететін бірқатар тәуекелдер болуы мүмкін. Олар ата-аналардың белсенділігінің төмендігіне, уақыт тапшылығына, сондай-ақ ата-аналар аудиториясының әртүрлілігіне (жасы, әлеуметтік мәртебесі,

білім деңгейі, отбасылық тәжірибесі және т.б.) байланысты болуы ықтимал.

Бұл жағдайлар ата-аналардың формалды қатысуы, белсенділіктің төмендеуі, тақырыптың маңызын жеткілікті деңгейде бағаламауы немесе қарым-қатынас барысында түсініспеушіліктер мен қақтығыстардың туындауы арқылы көрініс табуы мүмкін.

Осындай жағдайларда педагогтің негізгі міндеті – қауіпсіз, сенімге және өзара құрметке негізделген орта қалыптастыру. Сонымен қатар практикалық бағыттағы және интерактивті әдістерді қолдану, ата-аналар аудиториясының ерекшеліктерін ескеру, қарым-қатынасты ортақ құндылыққа баланың әл-ауқатына бағыттау маңызды.

Практикалық тапсырмалар барысында педагог келесі әдістемелік тәсілдерді қолдануы қажет:

Егер ата-аналар белсенділік танытпаса: жалпы сұрақтардың орнына нақты сұрақтар қою (мысалы: «Осының қайсысын өз тәжірибеңізде қолданып көрдіңіз?»); жұптық және топтық талқылауларды ұйымдастыру (шағын топта пікір білдіру жеңілдірек болады); ойлануға уақыт беріп, қысқа жазбаша жауаптар қолдану; тек теориямен шектелмей, нақты жағдаяттар мен кейстерді талқылау; алдымен бейтарап әрі қауіпсіз тақырыптардан бастап, біртіндеп тереңдету.

Егер дау немесе келіспеушілік туындаса: алдын ала қарым-қатынас ережелерін келісу (құрмет сақтау, тұлғаны сынамау); пікірталасты конструктивті арнаға бағыттау («Қай мәселеде ортақ пікір бар? Қандай шешімдер ұсынуға болады?»); талқылауды қайтадан кездесудің мақсатына және баланың мүддесіне бағыттау; қажет болған жағдайда даулы мәселені бөлек қарастыруды ұсыну («Бұл сұрақты белгілеп қояйық, оған кейін қайта ораламыз»).

Егер тақырыптың маңыздылығы төмен бағаланса: ата-аналардың пікір айту құқығын құрметтеу және қарсы пікірталасқа түспеу; нақты мысалдар мен ықтимал салдар арқылы тақырыптың практикалық маңызын көрсету; ойлануға жетелейтін сұрақтар қою (мысалы: «Бұл сіздің балаңызға қандай жағдайда көмектесуі мүмкін?»); қысқа практикалық жаттығулар ұйымдастыру (көп жағдайда жеке тәжірибе көзқарасты өзгертуге әсер етеді).

Егер жалпы белсенділік төмен болса: ата-аналардың қатысуының маңызын атап өту («Сіздің тәжірибеңіз – мәселені шешудің маңызды бөлігі»); интерактивті әдістерді қолдану (дауыс беру, жағдаяттарды талдау, пікір алмасу); ата-аналардың пікірлері мен тәжірибесінің маңыздылығын көрсету; жиналысты нақты қорытындылармен және практикалық ұсыныстармен аяқтау.

Аталған әдістемелік тәсілдерді қолдану ата-аналармен сенімді қарым-қатынас орнатуға, олардың белсенділігін арттыруға және «мектеп – отбасы – бала» жүйесіндегі өзара ынтымақтастықты нығайтуға ықпал етеді.

1-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Бірінші сынып оқушысының бейімделуі және оқу процесінің қауіпсіз басталуы»

Өткізу мерзімі: қыркүйек айы

Мақсаты: ата-аналардың балаларын қауіпсіз мінез-құлыққа үйрету және мектепке бейімделуіне көмектесу дағдыларын дамыту

Күтілетін нәтижелер:

1. баланың мектепке бейімделуінің маңыздылығын түсіну;
2. сәтті және қиын бейімделу белгілерін анықтау;
3. баламен өзара әрекеттесу дағдыларын қалыптастыру;

4. қауіпсіз орта жағдайларын қамтамасыз ету.

Ресурстар: жағдаяттық карточкалар, маркерлер, тақта

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе. Миға шабуыл

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс

2.2. Жаттығу. Бейімделу түрін анықтау

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Ата-аналардың реакциялары»

3.2. Жаттығу «Баланың мектепке бейімделу кезеңіндегі алаңдаушылығын қалай төмендетуге болады»

IV. Қорытынды. Рефлексия

Өткізу барысы

I. Кіріспе (10 минут)

Сынып жетекшісі ата-аналарды қарсы алып, қарым-қатынасқа қолайлы орта қалыптастырады және жиналыстың тақырыбын таныстырады. Баланың мектепке баруы оның дамуының маңызды кезеңі екені атап өтіледі, себебі бұл оның үйреншікті өмір салтының өзгеруімен және жаңа міндеттер мен талаптардың пайда болуымен қатар жүреді.

Тапсырма: жаңа ортаға бейімделудің маңызын түсіну үшін ата-аналарға талқылауға арналған жағдаят ұсынылады. Олар жаңа ұжымда, бейтаныс ережелер мен талаптарға тап болғанда қандай қиындықтар болуы мүмкін екенін елестетеді.

Сұрақтар: Адам қандай эмоцияларды сезінуі мүмкін? Жаңа жағдайларға қалай оңай бейімделуге болады?

Қорытынды: баланың да ересектер сияқты осындай қиындықтарды бастан кешіретіні атап өтіледі. Бейімделу кезеңінде балалар эмоционалдық күйзеліс сезінеді және ата-аналардың қолдауына мұқтаж болады.

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс (10 минут)

Сәтті бейімделу белгілеріне мыналар жатады: мектепке жағымды көзқарас, алаңдаушылық деңгейінің төмен болуы, оқу тапсырмаларын сәтті орындау және сыныптастарымен қарым-қатынас орнату.

Қиын бейімделу белгілеріне мыналар жатады: мектепке барғысы келмеу, алаңдаушылықтың жоғары деңгейі, шаршау, оқу мен қарым-қатынаста қиындықтардың болуы.

2.2. Жаттығу. Бейімделу түрін анықтау (10 минут)

Ата-аналар әртүрлі жағдаяттарды талқылайды және оларды екі топқа бөледі: сәтті бейімделу белгілері және проблемалық бейімделу белгілері.

Жағдаят мысалдары: бала мектепке қуана барады және өткен күн туралы әсерлерімен бөліседі; үнемі шаршағанын айтып шағымданады және үй тапсырмасын орындамайды; тапсырмаларды өздігінен орындайды және ұқыпты жазуға тырысады; тақта алдында жауап беруден қорқып, сабаққа қатыспайды; сыныптастарымен тез тіл табысады; жиі жанжалдасады және өз-өзіне тұйықталады; оқуға қызығушылық танытады; себепсіз өзін нашар сезінетініне шағымданады.

Қорытынды: тапсырманы орындау барысында ата-аналар баланың мінез-құлқындағы өзгерістерді дер кезінде байқаудың және ол агрессия көрсете бастаған кезде қолдау көрсетудің маңыздылығын түсінеді.

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Ата-аналардың реакциялары» (20 минут)

Нұсқаулық: ата-аналар үш топқа бөлінеді. Әр топқа ұсынылған жағдаяттарды талқылау ұсынылады.

- 1-топ: Бала айтады: «Мен мектепке барғым келмейді»;
2-топ: Бала айтады: «Маған қызық емес»;
3-топ: Бала шағымданады: «Маған сыныптастарым ұнамайды, балабақшада жақсырақ еді...».

Әр топ өз шешімдерін таныстырады. Педагог қорытынды жасап, тиімді өзара әрекет қолдау, түсіну және баланың сезімдеріне құрмет көрсетуге негізделетінін атап өтеді.

Қорытынды: ата-аналардың дұрыс реакциясы балаға қиындықтарды еңсеруге көмектеседі және алаңдаушылық деңгейін төмендетеді.

3.2. Жаттығу «Баланың мектепке бейімделу кезеңіндегі алаңдаушылығын қалай төмендетуге болады». Педагог ата-аналарға үйде баламен бірге 0-ден 10-ға дейінгі «термометр» салуды ұсынады. Түсіндіреді: «0» – тыныштық, «10» – қатты қобалжу немесе қорқыныш. Күн сайын мектептен кейін балаға сұрақ қою ұсынылады: «Бүгін көңіл-күйің неше градус болды?». Балаға келесі сұрақтарды талқылау ұсынылады: бұл жағдайға не әсер етті; қандай нәрсе «градусты» төмендетуге көмектесті немесе көмектесе алар еді. Тыныштану тәсілдерін таңдау ұсынылады: тыныс алу жаттығулары (баяу дем алу – дем шығару); құшақтау; тыныш ойын; әңгімелесу. Педагог ата-аналармен бірге жаттығуды орындайды және жадынама ұсынады.

Ата-аналарға арналған жадынама

1. Күн тәртібін сақтаңыз. Тұрақты ұйқы, дұрыс тамақтану және күн тәртібінің болжамдылығы алаңдаушылықты азайтады.
2. Баланың сезімдерін сөзбен жеткізіңіз. «Мен сенің қобалжып тұрғаныңды көріп тұрмын, бұл өтеді».
3. Үйде «қауіпсіздік аралын» құрыңыз. Жылы атмосфера, қысым мен сынның болмауы.

4. Баланың жағдайын бағаламаңыз, қолдаңыз. Маңыздысы «қалай орындады» емес, «қалай тырысты».

5. Артық жүктемені азайтыңыз. Бейімделу кезеңінде үйірмелермен, спортпен шамадан тыс жүктемеңіз.

6. Баланың өзіне деген сенімділігін дамытыңыз. Тіпті шағын жетістіктерін де атап өтіңіз.

7. Рәсімдерді (ритуалдарды) қолданыңыз. Таңертең қоштасу, кешкі бірге өткізілетін уақыт тұрақтылық сезімін қалыптастырады.

8. Қарапайым тыныштану тәсілдерін үйретіңіз. Тыныс алу, үзіліс жасау, назарды басқаға аудару.

9. Мектеппен байланыста болыңыз. Қажет болған жағдайда қиындықтарды педагогпен талқылаңыз.

IV. Қорытынды. Рефлексия (10 минут)

Ата-аналар сөйлемдерді жалғастырады: «Бүгін өте пайдалы болды...»; «Мен қолданамын...»; «Мен үшін бұл маңызды...».

Қорытынды: мектепке бейімделу – ата-аналардың назарын, шыдамдылығын және қолдауын қажет ететін күрделі үдеріс. Баланың мектепке және оқу іс-әрекетіне деген көзқарасы бірінші оқу жылында қалыптасатыны атап өтіледі.

1-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Қауіпсіз демалыс және баланың дербестігін дамыту»

Өткізу мерзімі: мамыр айы

Мақсаты: демалыс кезеңінде балалардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету және олардың дербестігін дамыту мәселелері бойынша ата-аналардың құзыреттілігін арттыру

Күтілетін нәтижелер:

1. каникул кезінде балалар тап болатын негізгі қауіптер мен қатерлерді білу;
2. қауіпсіздікті қамтамасыз етудің тиімді тәсілдерін анықтау (үйде, көшеде, интернетте);
3. баланың дербестігін дамыту стратегияларын қалыптастыру;
4. ата-аналық бақылау мен сенім арасындағы тепе-теңдікті сақтау.

Ресурстар: жағдаяттық карточкалар, үлестірімелі материалдар, маркерлер, тақта

Ұзақтығы: 50 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе. Миға шабуыл

II. Негізгі бөлім. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «1-сынып оқушыларының қауіпсіз мінез-құлқы және дербестігін дамыту»

IV. Қорытынды

Рефлексия

Өткізу барысы

I. Кіріспе (10 минут)

1.1. Миға шабуыл. Педагог ата-аналарға келесі сұрақты талқылауды ұсынады: каникул кезінде балаға қандай қауіптер төнуі мүмкін? Ата-аналар алдымен жұпта талқылайды, содан кейін 1–2 ықтимал қауіпті жағдайды атайды. Кейін жалпы талқылау өткізіледі: ата-аналар кезекпен өз нұсқаларын айтып, мұғалім оларды тақтада санаттар бойынша топтастырады.

Мүмкін болатын жауаптар: жол-көлік оқиғалары; газ, электр және өткір заттар; интернеттегі қауіптер (алаяқтар, бейтаныс адамдар); бейтаныс адамдармен қарым-қатынас; қауіпті ойындар; күн тәртібінің

бұзылуы;

баланы қараусыз қалдыру.

Қорытынды: каникул — тек демалыс уақыты ғана емес, сонымен қатар баланың бақылаусыз қалу ықтималдығы артатын кезең.

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс (10 минут)

Дәріс барысында педагог ата-аналардың назарын бірінші сынып оқушылары үшін каникул кезеңінің маңыздылығы мен жауапкершілігіне аударады. Балаларға қауіпсіздік ережелерін үйрету қажет екені атап өтіледі: бейтаныс адамдармен сөйлеспеу; өзінің деректерін (аты-жөні, мекенжайы, ата-анасының телефоны) білу; қажет болған жағдайда ересектерден көмек сұрау.

Ұсынылады: баламен түрлі жағдаяттарды талқылау («егер ... болса не істеу керек?»); ықтимал жағдайларды рөлдік түрде ойнап көру; ережелерді күнделікті әрекеттер арқылы бекіту.

III. Практикалық бөлім (20 минут)

3.1. Топтық жұмыс «1-сынып оқушыларының қауіпсіз мінез-құлқы және дербестігін дамыту»

Нұсқаулық: ата-аналар 3–4 топқа бөлінеді. Педагог әр топқа жағдаяттық карточкалар таратады:

- 1 — Бала үйде жалғыз қалды;
- 2 — Есікке немесе телефонға бейтаныс адам хабарласты;
- 3 — Бала көшеде немесе дүкенде адасып қалды;
- 4 — Бала бір нәрсені өз бетінше жасағысы келеді (мысалы, ас үй құралын қосу немесе аулаға шығу).

Ата-аналар келесі сұрақтарды талқылайды: Осы жағдайда қандай қауіптер бар? Бала қандай әрекеттер жасауы керек? Балаға нені үйрету қажет? Отбасы мүшелері қандай ережелерді сақтауы тиіс?

Әр топ талқылау нәтижелерін ұсынады: ықтимал қауіптерді, баланың дұрыс әрекеттерін және ата-аналарға арналған ұсыныстарды айтады. Педагог жауаптарды толықтырып, қорытындылайды.

IV. Қорытынды. Рефлексия (10 минут)

Қорытынды: ата-аналардың басты міндеті – баланы қорғау және әртүрлі өмірлік жағдайларда дұрыс әрекет етуге үйрету.

Педагог келесі сөйлемдерді аяқтауды ұсынады: «Бүгін мен түсіндім...», «Мен үшін маңызды болды...», «Енді мен...», «Мен ... туралы ойландым...».

2-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Білім беру ортасында баланың қауіпсіз қарым-қатынас дағдыларын қалыптастыру»

Өткізу мерзімі: қыркүйек айы

Мақсаты: ата-аналардың баланың мінез-құлқын түсіну, конструктивті өзара әрекеттесу және қауіпсіз эмоционалдық орта құру дағдыларын дамыту

Күтілетін нәтижелер:

1. баланың қауіпсіз дамуы қарым-қатынас мәдениетімен тығыз байланысты екенін түсіну;
2. баланың мінез-құлқын түзетпес бұрын оның эмоционалдық жағдайын тану қажеттігін ұғыну;
3. жанжал жағдайларында конструктивті әрекет ету және эмоцияларды өзін-өзі реттеу дағдыларын дамыту.

Ресурстар: интерактивті тақта, чек-парақтар (бағалау парақтары), ата-аналарға арналған жадынамалар. Қосымша: үлестірмелі материалдар

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім

3.1. Жаттығу «Қауіпсіз — қауіпті»

3.2. Топтық жұмыс «Қорғайтын сөз тіркесі»

IV. Қорытынды. Рефлексия

Өткізу барысы

I. Кіріспе. Сәлемдесу (3 минут)

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс (10 минут)

Қауіпсіз қарым-қатынас — баланың психологиялық әл-ауқатының негізі. Ол тәжірибе арқылы қалыптасады және өз сезімдерін білдіру, қауіптерді тану, жеке шекараны қорғау және көмек сұрай білу дағдыларын қамтиды.

Ересектердің міндеті — қауіпсіз орта құру және баланы конструктивті өзара әрекеттесуге үйрету.

Баланың эмоцияларын түсіну — оны қабылдау мен дамытудың негізі. Қазіргі тәсілдер (CASEL, SEL) әлеуметтік-эмоционалдық дағдылардың шешуші рөл атқаратынын көрсетеді. Қауіпсіз ортада бала ашық әрі сенімді болады, ал қысым кезінде тұйықталады немесе агрессия көрсетеді.

Негізгі бағыттар: эмоцияларды тану; қарым-қатынас мәдениеті; қауіпсіз өзара әрекеттесу.

III. Практикалық бөлім

3.1. Жаттығу «Қауіпсіз — қауіпті» (10–15 минут)

Тапсырма: ата-аналарға түрлі жағдаяттар ұсынылады. Әр жағдаят бойынша: қарым-қатынастың қауіпсіз немесе қауіпті түрін анықтау; өз шешімін негіздеу; бала қалай әрекет етуі керектігін айту қажет.

Жағдаят мысалдары:

1. Сыныптасы көшіруді сұрап, достаспай қоямын деп қорқытады;
2. Мұғалім оқушының қателігін сабырмен түсіндіреді;
3. Чаттағы бейтаныс адам баладан фото сұрайды;
4. Досы қиын жағдайда қолдау көрсетеді.

Талқылау: Қандай белгілер арқылы қауіпсіздікті анықтадыңыз? Қандай қарым-қатынас қалыпты деп саналады?

3.2. Топтық жұмыс «Қорғайтын сөз тіркесі» (10 минут)

Нұсқаулық: ата-аналар үш топқа бөлінеді және ұсынылған жағдаяттарды талқылайды.

Тапсырма: балаға сыныптастары немесе басқа адамдар жүгінген кезде, жағымсыз салдардың алдын алуға көмектесетін «қорғаныс сөз тіркестерін» құрастыру қажет (мысалы: «Маған бұл сәйкес келмейді», «Мен бұлай істемеймін», «Жоқ, бұл маған жағымсыз», «Мен ересектерге жүгінемін»).

Жағдаяттар:

- 1-топ: «Көшіріп бер, әйтпесе достаспаймыз»
2-топ: «Жүр, Д.-ны ренжітейік, бәріне күлкілі болады»
3-топ: «Ешкімге айтпа, суретінді жібер, бұл құпия»

Әр топтың өкілі нәтижелерін таныстырады.

Қорытынды: қауіпсіз қарым-қатынас — тек ережелерді білу емес, сонымен қатар баланың нақты жағдайда өзін сөзбен және әрекетпен қорғай алу қабілеті. Ата-аналардың міндеті — дайын сөз тіркестерін үйретумен

шектелмей, осындай жағдайларды үнемі бірге талқылап, баланың сенімділігін қалыптастыру, көмек сұрау – дұрыс әрі қалыпты шешім екенін көрсету.

3.3. Бекіту жаттығуы «Қалай басқаша айтуға болады» (10 минут)

Тақтада (презентацияда) берілген жағымсыз, қатаң сөз тіркестерін қолдаушы сөздермен алмастыру қажет.

Қатаң, жағымсыз сөз тіркесі	Қолдаушы сөз тіркесі
Өзің кінәлісің	«Не болғанын бірге талдап көрейік»
Көңіл бөлме	«Түсінемін, саған жағымсыз. Бірге не істей аламыз?»
Уақытым жоқ, өзің шеш	«Қазір бос емеспін, бірақ міндетті түрде оралып, көмектесемін»
Мен айттым ғой солай болатынын	«Қазір не істеуге болатынын бірге ойлайық»
Сен бәрін асыра айтасың	«Қазір саған оңай емес сияқты. Мен жаныңдамын, бірге қарастырайық»

Қорытынды:

Ересек адамның сөздері баланың қауіпсіздік сезіміне тікелей әсер етеді. Қолдаушы сөздер алаңдаушылықты азайтса, қатаң және үзілді-кесілді айтылған сөздер, керісінше, тұйықталуды, қорқынышты немесе агрессияны күшейтеді. Сезімдерді жоққа шығару сенімді бұзады. Балаға «сен асырып айтасың» немесе «өзің кінәлісің» деген кезде, ол өз уайымдарымен бөлісуді тоқтатады.

Диалог арқылы («бірге ойлайық», «мен жаныңдамын») бала жағдайды талдауды және одан шығу жолын табуды үйренеді.

Отбасындағы қауіпсіз қарым-қатынас – баланы қорғаудың негізі, ол білім беру ортасында да қауіпсіз қатынастарды қалыптастыруға ықпал етеді.

Педагог жалпы қорытынды жасайды: қауіпсіз қарым-қатынас дағдылары – адамның ішкі мәдениетінің негізі. Білім беру ортасында қауіпсіздік тек ережелермен емес, өзара әрекет сапасымен қалыптасады. Бала өзін қауіпсіз сезінетін ортада ғана толыққанды дами алады. Сондықтан педагог пен ата-ананың басты міндеті – бақылау емес, түсіну; түзету емес, қолдау.

IV. Қорытынды. Рефлексия (10 минут)

«Өзіммен бірге алып кететін ой» жаттығуы (шеңберде)

Ата-аналар келесі сөйлемдерді кезекпен аяқтайды: «Бүгін мен үшін жаңалық болғаны...», «Енді мен түсіндім, бала үшін маңыздысы...», «Мен өзгертуге тырысамын...»

2-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Баланы цифрлық әлемде қалай қорғауға болады»

Өткізу мерзімі: мамыр айы

Мақсаты: ата-аналардың баланың цифрлық қауіпсіздігін қамтамасыз ету және контентті саналы тұтыну мәселелеріндегі құзыреттілігін арттыру

Күтілетін нәтижелер:

1. цифрлық орта тек ақпарат көзі ғана емес, баланың эмоциясы мен мінез-құлқына әсер ететін кеңістік екенін түсіну;
2. баланы тыйым салу емес, бағыттау қажеттігін ұғыну;
3. контентті бірлесіп талдау және саналы таңдау жасау дағдыларын қалыптастыру.

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс

2.2. Жаттығу «Ата-ананың реакциясы»

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Кейіпкерлермен жағдаяттар»

IV. Қорытынды. Рефлексия

Өткізу барысы:

I. Кіріспе. Сәлемдесу (3 минут)

II. Негізгі бөлім (5–8 минут)

2.1. Мини-дәріс

Қазіргі бала екі ортада дамиды: шынайы және цифрлық. Цифрлық кеңістік оның ойлауына, эмоцияларына және мінез-құлқына әсер етеді, алайда бастауыш сынып оқушысы оны әлі сыни тұрғыдан бағалай алмайды. Қолдау болмаса, бұл алаңдаушылыққа немесе тұйықталуға әкелуі мүмкін.

Ересектердің міндеті – баланы оқшаулау емес, оған бағыт беру: түсіндіру, талқылау және цифрлық ортада саналы әрі қауіпсіз мінез-құлық қалыптастыру.

2.2. Жаттығу «Ата-ананың реакциясы» (15 минут)

Нұсқаулық: ата-аналар ұсынылған жағдаяттарды ауызша талқылайды.

Тапсырма: балаға бағытталған ата-ананың сөздерін қолдаушы, дұрыс нұсқалармен алмастыру.

Жағдаяттар:

1. Бала желіде достарымен ұзақ уақыт сөйлеседі. Ата-аналар ашуланып: «Қазір өшір!», «Тағы да босқа уақыт өткізіп отырсың!», «Қанша ойнайсың?» дейді.

2. Онлайн сабақ кезінде балаға жасына сәйкес келмейтін бейне кенеттен пайда болды. Мұндай жағдайда ата-ана қалай әрекет етуі керек?

Талқылауға арналған сұрақтар: Бала не сезінуі мүмкін? Ата-ананың алғашқы реакциясы қандай болуы тиіс: жауып тастау, түсіндіру, елемей? Мұны баламен талқылау қажет пе, әлде «назар аудармау» дұрыс па? Мұндай жағдайлардың алдын қалай алуға болады?

Педагог ұсынатын дұрыс әрекет үлгісі:

1. Контентті сабырмен алып тастау (үрейсіз, қатты реакциясыз);
2. Баланы қолдау: «Сен кінәлі емессің, мұндай жағдайлар кейде болуы мүмкін»;
3. Қысқаша түсіндіру: «Интернетте балаларға арналмаған дүниелер болады»;
4. Кеңес беру: «Осындай нәрсе көрсең, бірден маған айт»;
5. Шара қолдану: ата-аналық бақылауды қосу, баптауларды тексеру, мүмкіндігінше қауіпсіз платформаларды пайдалану.

Маңызды: ұрыспау, қорқытпау, жағдайды елемей және шамадан тыс түсіндірулермен жүктемеу.

Қорытынды: баланың қауіпсіздік сезімін және ата-анаға деген сенімін сақтау маңызды. Егер балада ішкі бағдар (сезіну, түсіну, ажырату қабілеті) қалыптасса, ол кез келген ақпарат ағынында өзін жоғалтпайды. Сондықтан ата-ананың рөлі – тек бақылаушы болу емес, баланың ішкі бағдарын қалыптастырушы тұлға болу.

Баланы ойлануға, салыстыруға және сезінуге үйрету – цифрлық қауіпсіздіктің ең берік негізі.

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Кейіпкерлермен жағдаяттар» (15 минут)

Нұсқаулық: ата-аналар төрт топқа бөлінеді және әртүрлі қауіпті жағдайларға тап болған мультфильм кейіпкерлерінің әрекеттерін талқылайды. Бұл тапсырмаларды ата-аналар үйде балаларымен бірге қайталай алады.

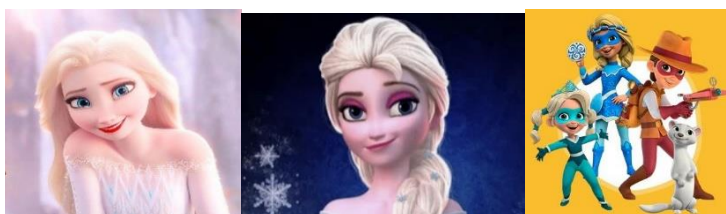
1-топ: «Өрмекші адам». Тапсырма: Өрмекші адамға бейтаныс адам «супер күш алу үшін сілтемеге өт» деген хабарлама жібереді.

Сұрақтар: Ол дұрыс қалай әрекет етуі керек? Балаға неге мұндай сілтемелерге өтпеу керектігін қалай түсіндіруге болады? Бала үшін қандай ережені қалыптастыруға болады?



2-топ: «Эльза». Тапсырма: Эльза өз фотосының астындағы пікірлерді оқып, өзіне бағытталған жағымсыз сөздерге ренжиді.

Сұрақтар: Ол қандай сезімдерді бастан кешіруі мүмкін? Жағымсыз пікірлер жағдайында баланы қалай қолдауға болады? Интернеттегі сөздер туралы балаға нені түсіндіру маңызды? .



3-топ: «Маша». Тапсырма: Маша жаңа бейнеролик көріп, үйде қауіпті трюкті қайталауда.

Сұрақтар: Балалар неге көргенін қайталайды? «Мультфильмде» және «нақты өмірде» айырмашылықты қалай түсіндіруге болады? Қандай қауіпсіздік ережелерін талқылау қажет?



4-топ: «Ер-Төстік». Тапсырма: Ер-Төстік интернетте өзінің жеке мәліметтерімен (мекенжайы, байланыс деректері, фотосы) бөліседі.

Сұрақтар: Бұл неге қауіпті? Балаға жеке мәліметтердің не екенін қалай түсіндіруге болады? Балаға қандай қарапайым ережені үйретуге болады? («Бейтаныс адамдар жіберген сілтемелерге өтпе»).

Топтық жұмысқа арналған тапсырма: Әр топ жағдаят негізінде балаға арналған қарапайым ереже құрастырады. Мысалы: «Бейтаныс адамдардың сілтемелеріне өтпе»; «Интернетте бір нәрсе сені ренжітсе – ересекке айт»; «Қауіпті әрекеттерді бейнеден көріп қайталама». Талқылаудан кейін әр топтың өкілі өз нәтижелерін таныстырады.

Қорытынды: Бала бейнелер мен оқиғалар арқылы үйренеді, сондықтан кейіпкерлер күрделі нәрселерді қарапайым түсіндіруге көмектеседі. Ата-аналардың міндеті – кейіпкерлер мысалында онлайн ортада қауіпсіз мінез-құлық ережелерін қалыптастыру.

IV. Қорытынды. Рефлексия (10 минут)

Қорытынды: Цифрлық әлемде бала тек ақпаратты қабылдап қана қоймай, өз эмоцияларын, құндылықтарын және мінез-құлық үлгілерін қалыптастырады. Сондықтан баланы қорғау тек шектеулер қою арқылы емес, оның әрекеттерін дұрыс бағыттау арқылы жүзеге асырылады.

Рефлексия. Ата-аналарға өзін-өзі талдауға арналған сұрақтар ұсынылады: - Бүгінгі жиналыстан өзіңіз үшін қандай пайдалы ақпарат алдыңыз? - Балаңыздың цифрлық ортадағы әрекеттеріне деген көзқарасыңыз өзгерді ме? - Балаңызды қорғаудың қандай тәсілдерін қолдануға дайынсыз?

3-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Баланың оқуында және тәрбиесінде гаджеттерді ұтымды пайдалану»

Өткізу мерзімі: қыркүйек айы

Мақсаты: ата-аналарға балалардың гаджеттерді пайдалану ерекшеліктері туралы түсінік қалыптастыру, сондай-ақ цифрлық ортада баланы саналы түрде бақылау және тиімді сүйемелдеу дағдыларын дамыту.

Күтілетін нәтижелер:

1. баланың өміріндегі гаджеттердің рөлін түсіну және оларды шамадан тыс пайдаланудың қауіптерін ұғыну;
2. экран алдындағы уақытты реттеу тәсілдерін қалыптастыру;
3. гаджеттерді пайдалану бойынша балаға келісімдер құруға дайындықты дамыту.

Ресурстар: интерактивті тақта, үлестірмелі материалдар.

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе. Тақырыпты өзектендіру

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс «Гаджеттерді пайдалану мәдениетін қалыптастырудағы ата-ананың рөлі»

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Менің баламның өміріндегі гаджеттер»

3.2. Жаттығу «Шекаралар мен келісімдер»

3.3. Кейс талдау «Гаджеттерді шамадан тыс пайдалану»

IV. Қорытынды. Рефлексия

Өткізу барысы

I. Кіріспе. Сәлемдесу. Тақырыптың өзектілігі.

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс «Гаджеттерді пайдалану мәдениетін қалыптастырудағы ата-ананың рөлі» (15 минут)

Гаджеттер бүгінгі таңда баланың өмірінің бір бөлігіне айналды. Олар оқу үшін де, қарым-қатынас жасауға да, бос уақытты өткізуге де қолданылады. Бірақ 8–9 жастағы балалар әлі өз уақытын және көретін контентін толықтай өз бетінше реттей алмайды. Сондықтан цифрлық орта олардың мінез-құлқы мен эмоцияларына тікелей әсер етеді.

Ата-ананың рөлі тек бақылаумен шектелмейді. Ең маңыздысы — балада гаджеттерді дұрыс пайдалану мәдениетін қалыптастыру. Бұл үшін қарапайым ережелер қою, балаға түсіндіріп, бірге талқылау және өз іс-әрекетімен үлгі болу қажет.

Қорытынды: бала гаджеттерді дұрыс қолдануды ата-анасының көмегімен үйренеді. Бұл — ортақ ережелер, жеке үлгі және келісімдер арқылы қалыптасады.

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Менің баламның өміріндегі гаджеттер» (15 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналарға 3 топқа бөліну ұсынылады. Әр топ баланың гаджеттерді пайдалану ерекшеліктерін талқылап, қысқаша қорытынды дайындайды.

Топтарға тапсырмалар:

1-топ. Бала күні бойы гаджеттерді қанша уақыт пайдаланады? Қандай мақсатта жиі қолданады? Қандай жағымды тұстарын атап өтуге болады?

2-топ. Гаджеттерді қолдануға байланысты қандай қиындықтар бар? Қандай жағдайларда қақтығыстар туындайды? Баланың мінез-құлқында қандай өзгерістер байқайсыз?

3-топ. Отбасында гаджеттерді қолдануға қатысты қандай ережелер бар? Бала оларды қаншалықты сақтайды? Қолдануды реттеуге қандай тәсілдер көмектеседі?

Талқылаудан кейін топ өкілдері нәтижелерін ұсынады.

Қорытынды: Отбасылардағы жағдай әртүрлі болуы мүмкін, алайда ата-ананың саналы көзқарасы қиындықтарды дер кезінде анықтауға және тиімді шешім табуға мүмкіндік береді.

3.2. Жаттығу «Шекаралар мен келісімдер» (10 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналарға гаджеттерді пайдалануға байланысты типтік жағдайлар ұсынылады.

Жағдайлар: бала уақытты шектеу туралы өтінішке жауап бермейді; ұйықтар алдында гаджет қолданады; шектеу қойылғанда ашуланады.

Тапсырма: Қандай ата-аналық әрекеттер келісім орнатуға және қақтығысты азайтуға көмектесетінін анықтау. Талқылаудан кейін ұсыныстар ортақталып, қорытындыланады.

Қорытынды: Тиімді реттеу тыйым салудан гөрі келісімдерге және бірлескен талқылауға көшу арқылы жүзеге асады.

3.3. Кейс талдау «Гаджеттерді шамадан тыс пайдалану» (10 минут)

Жағдай: Бала бос уақытының көп бөлігін телефонмен өткізеді, ашуланшақ бола бастайды, оқу мен басқа әрекеттерге қызығушылығы төмендейді.

Тапсырма: Мұндай мінез-құлықтың мүмкін себептерін анықтап, ата-ананың қандай әрекеттері тиімді болатынын ұсыну. Талқылау топта немесе жалпы шеңберде жүргізіледі.

Қорытынды: Ата-ананың дер кезінде назар аударуы мен қолдауы тәуелділіктің алдын алуға және гаджеттерді қолдануда тепе-теңдікті сақтауға көмектеседі.

IV. Қорытынды (10 минут)

Гаджеттерді ұтымды пайдалану баланың психологиялық әл-ауқаты үшін маңызды. Қазіргі заманда цифрлық ортаны толықтай алып тастау мүмкін емес, сондықтан бұл жерде негізгі рөл ата-анаға тиесілі.

Қорытынды: гаджеттерді пайдалану мәдениеті жүйелі ережелер, ата-ананың жеке үлгісі және баламен ашық диалог арқылы қалыптасады.

Рефлексия. Ата-аналарға өздері үшін келесі сұрақтарға жауап беру ұсынылады:

- Біздің отбасымызда гаджеттерді пайдалану бойынша қандай ережелер бар?
- Қай ережелерді қайта қарау қажет?
- Осы тақырып бойынша балаңызбен қарым-қатынаста нені өзгертуге дайынсыз?

3-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Мектептен тыс ортада жанжалсыз мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру»

Өткізу мерзімі: мамыр

Мақсаты: ата-аналардың баланың жанжалдық мінез-құлқын тудыратын факторларды түсінуін қалыптастыру және мектептен тыс ортада баламен тиімді әрі конструктивті қарым-қатынас орнату дағдыларын дамыту.

Күтілетін нәтижелер:

1. баланың жанжалдық мінез-құлқының себептерін түсінеді;
2. қарым-қатынас дағдыларын қалыптастырудағы отбасының рөлін ұғынады;
3. баланы конструктивті мінез-құлыққа үйретуге дайын болады.

Ресурстар: интерактивті тақта, үлестірмелі материалдар.

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе. Тақырыпты өзектендіру

1.1. Миға шабуыл «Сіздің балаңыз жанжал жағдайында әдетте қалай әрекет етеді?»

II. Негізгі бөлім

2.1. Әңгіме «Баланың жанжалдық мінез-құлқының себептері»

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Менің балам жанжал жағдайында»

3.2. Жаттығу «Шекаралар мен келісімдер»

3.3. Кейс талдау «Мектептен тыс ортадағы жанжал»

Өткізу барысы

I. Кіріспе (10 минут)

Ата-аналарға ойлану ұсынылады: балаңыз жанжал кезінде қалай әрекет етеді? 8–9 жаста балалар жанжалдарға жиі тап болады. Бірақ олар әрдайым дұрыс шешім таба алмайды. Кейде ашуланып, агрессия көрсетуі мүмкін, ал кейде керісінше, тұйықталып қалады.

Қорытынды: жанжал — өмірдің бір бөлігі. Ең маңыздысы ата-ана баланы қауіпсіз әрі дұрыс әрекет етуге үйретуі.

II. Негізгі бөлім

2.1. Бастауыш сыныптағы балаларда жанжал көбіне эмоцияға байланысты болады. Сонымен қатар олар дербес болғысы келеді, бірақ қарым-қатынас дағдылары әлі толық қалыптаспаған.

Негізгі себептері: өз сезімін жеткізе алмау; қарым-қатынас жасауда қиындықтар; қоршаған ортаның әсері; өзіне сенімсіздік.

Ата-ананың рөлі баланы сабырлы сөйлесуге, басқаларды тыңдауға және ортақ шешім табуға үйрету.

Қорытынды: дұрыс мінез-құлық дағдылары бірден қалыптаспайды. Олар ата-ананың қолдауы арқылы біртіндеп дамиды.

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Менің балам жанжал жағдайында» (15 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналар топтарға бөлініп, баланың жанжал жағдайындағы мінез-құлқын талқылайды.

Тапсырма:

1-топ. Бала жанжал кезінде қалай әрекет етеді? Ол өз эмоциясын қалай көрсетеді? Өз ойын қорғай ма, әлде жанжалдан қашқақтай ма?

2-топ. Жанжал көбіне қандай жағдайларда туындайды? Оған не себеп болуы мүмкін? (достарымен қарым-қатынас, орта жағдайы, баланың көңіл күйі және т.б.)

3-топ. Ата-аналар жанжал кезінде қалай әрекет етеді? Отбасында қандай тәсілдер қолданылады? Олар жанжалды азайтуға көмектесе ме?

Талқылаудан кейін әр топ өз қорытындыларын ұсынады.

Қорытынды: балаға жанжал жағдайында көмектесу үшін оның мінез-құлқының себептерін түсіну маңызды. Ата-ананың қолдауы мен дұрыс бағыт беруі баланың конструктивті қарым-қатынас дағдыларын қалыптастыруға көмектеседі.

3.2. Жаттығу «Шекаралар мен келісімдер» (10 минут)

Нұсқаулық: Педагог ата-аналарға жанжалға байланысты типтік жағдайларды қарастыруды ұсынады. Бұл жерде назар баланың мінез-құлқына емес, ата-ананың әрекет ету реттілігіне аударылады.

Жағдаяттар:

- баланы ойынға қабылдамады;
- бала құрбысымен (сыныптасымен) ренжісіп қалды;
- бала жанжалдан кейін үйге көңілсіз келді.

Тапсырма: Ата-аналар келесіні анықтайды:

- ересектің алғашқы реакциясы қандай болуы керек;
- қандай сөздер баланың эмоциялық күйін жеңілдетеді;
- жағдайды балаға қалай дұрыс талқылауға болады;
- баланы қысымсыз, айыптаусыз шешім табуға қалай бағыттауға болады.

Ата-аналар өз ұсыныстарын айтады, кейін педагог тиімді тәсілдерді жинақтап, қорытындылайды.

Қорытынды: ата-ананың сабырлы әрі жүйелі әрекеті балада жанжал жағдайында қауіпсіз мінез-құлық үлгісін қалыптастырады.

3.3. Кейс талдау «Мектептен тыс ортадағы жанжал» (10 минут)

Жағдай (кейс): Жазғы демалыс кезінде бала аулада құрбыларымен ренжісіп қалды. Жанжалдан кейін ол тұйықталып, ойнауға шыққысы келмейді. Жағдайды талқылауға тырысқанда, қысқа жауап береді немесе сөйлесуден қашқақтайды.

Тапсырма: Ата-аналарға мына мәселелерді анықтау ұсынылады:

1. Баланың мұндай мінез-құлқының себептері неден болуы мүмкін? (эмоциялық реакция, реніш, өзіне сенімсіздік, қарым-қатынас ерекшеліктері)
2. Бұл жағдайда ата-ана қандай қателіктер жіберуі мүмкін? (қысым көрсету, кінәлау, баланың сезімін елемей)
3. Баланы қолдау үшін қандай әрекеттер ретін құру қажет?
4. Баланың құрбыларымен қайта қарым-қатынас орнатуына қалай көмектесуге болады?

Ата-аналар өз пікірлерін айтады, кейін педагог ортақ тәсілдерді жинақтап, қорытынды жасайды.

Қорытынды: нақты өмірлік жағдайларды талдау ата-аналарға баланы қолдауға және оның конструктивті қарым-қатынас дағдыларын дамытуға бағытталған тиімді әрекет үлгілерін қалыптастыруға көмектеседі.

IV. Қорытынды (10 минут)

4.1. Жиналыс барысында бастауыш сынып оқушыларындағы жанжалдық мінез-құлықтың себептері және конструктивті қарым-қатынас дағдыларын қалыптастыру жолдары қарастырылды. Баланы қауіпсіз әрекет етуге үйретудегі ата-ананың рөлі, сондай-ақ жаз мезгілінде достарымен қарым-қатынас күшейетін кезеңде эмоционалдық қолдаудың маңыздылығы атап өтілді. Бұл дағдыларды қалыптастыру ата-ананың тұрақты қатысуын және назарын қажет етеді.

Рефлексия «Жеке қадам».

Педагог ата-аналарға өздері үшін төмендегілерді анықтауды ұсынады: Отбасында жанжал жағдайында қандай әрекет ету тәсілдері қолданылады? Олардың қайсысын өзгерту немесе толықтыру қажет? Жақын уақытта қандай нақты қадам жасауға дайынсыз?

4-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Оқу қиындықтарын еңсеруде балаға эмоционалдық қолдау көрсету»

Өткізу мерзімі: қыркүйек

Мақсаты: Ата-аналардың баланың оқу барысында кездесетін қиындықтарды еңсеруіне эмоционалдық қолдау көрсету дағдыларын дамыту.

Күтілетін нәтижелер:

1. бала үшін эмоционалдық қолдаудың маңызын түсіну;
2. қолдаушы қарым-қатынас пен сындарлы диалог тәсілдерін қолдану дағдыларын дамыту;
3. баланың қиындықтарды өз бетінше еңсеруіне қолдау көрсетуге дайын болу.

Ресурстар: интерактивті тақта, чек-парақтар, жадынамалар, «Баланың оқу қиындықтары кезінде қолдау көрсету жолдары» № 1 чек-парақ

Узақтығы: 60 минут

Жиналыстың өткізу жоспары

I. Кіріспе. Мини-дәріс

II. Негізгі бөлім

III. Практикалық бөлім

3.1. «Ата-аналардың әрекет ету тәсілдері» топтық жұмысы

3.2. «Қолдаушы және қолдау көрсетпейтін сөз тіркестері» жаттығуы

3.3. Жағдаятты талдау

IV. Қорытынды. Рефлексия

Өткізу барысы

I. Кіріспе. (10 минут)

Жасөспірімдік кезең оқу жүктемесінің артуымен және талаптардың күшеюімен қатар жүреді. Оқу барысында кездесетін сәтсіздіктерді балалар көбіне өздерінің әлсіздігі немесе қабілетсіздігі ретінде қабылдайды.

Негізгі мәселелер:

1. Оқу қиындықтарының болуы қалыпты жағдай.
2. Жасөспірімдер бағалау мен сынға өте сезімтал келеді.
3. Қысым көрсету алаңдаушылықты күшейтіп, ынтаны төмендетеді.
4. Ата-ананың қолдауы баланың табысты дамуының маңызды факторы.

Қорытынды. Ата-ана – тек бақылаушы емес, балаға қолдау көрсететін және бірге шешім іздейтін серіктес.

II. Негізгі бөлім (10 минут)

2.1. Мини-дәріс «Қолдаудың үш қадамы».

1. Тыңдау – баланы сөзін бөлмей, сынамай мұқият тыңдау.

Ұсынылатын сөздер: «Саған нақты не қиын болғанын айтып берші», «Мен сені түсінгім келеді».

2. Эмоциясын қабылдау баланың сезімі мен уайымын түсіністікпен қабылдау. Ұсынылатын сөздер: «Саған қазір қиын екенін түсініп тұрмын» «Бірден түсінбей қалу – қалыпты жағдай».

3. Шешім табуға көмектесу мәселені бірге талқылап, шешу жолдарын қарастыру. Ұсынылатын сөздер: «Кел, бірге ойланып көрейік», «Қай жерден бастаған дұрыс деп ойлайсың?»

Қорытынды. Ең алдымен – қолдау, содан кейін ғана шешім іздеу маңызды.

III. Практикалық бөлім

3.1. «Ата-аналардың әрекет ету тәсілдері» топтық жұмысы (15 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналар 3 топқа бөлінеді.

1 топ. Бала төмен баға алды

1-жағдаят: Бала үйге төмен бағамен келіп: «Мен тырыстым, бірақ бәрібір дұрыс орындай алмадым», – дейді. Талқылау сұрақтары: Бала осы сәтте қандай сезімде болуы мүмкін? Алғашқы минуттарда ата-ана қалай әрекет еткені дұрыс? Қандай сөздер баланы қолдауға көмектеседі? Қандай сөздерді айтудан аулақ болған жөн? Жағдайды жақсартуға қалай көмектесуге болады? Бақылауды бірден күшейту қажет пе?

2 топ. Бала тақырыпты түсінбейді

2-жағдаят: Оқушы: «Мен ештеңе түсінбедім, бұл тапсырманы орындағым келмейді», – дейді. Талқылау сұрақтары: Бала қандай эмоцияларды сезінуі мүмкін? Неліктен ол тапсырмадан бас тартуы мүмкін? Жағдайды түсінуге қандай сұрақтар көмектеседі? Баланың орнына орындап бермей, қалай қолдау көрсетуге болады? Қай кезде мұғалімнің немесе репетитордың көмегіне жүгінген дұрыс?

3 топ. Бала сабақ оқудан қашқақтайды

3-жағдаят: Бала сабақты кейінге қалдырып: «Маған бұл керек емес» немесе «Кейін жасаймын», – дейді. Талқылау сұрақтары: Мұндай мінез-құлықтың себептері қандай болуы мүмкін? Ата-ананың қандай әрекеттері баланың қарсылығын күшейтеді? Қысым көрсетпей, диалогті қалай құруға болады? Баланың жауапкершілігін қалыптастыруға қалай көмектесуге болады? Қандай ортақ келісімдер жасауға болады?

Тапсырма: Ата-аналардың жиі кездесетін реакцияларын талдап, қолдаудың тиімді тәсілдерін ұсыну.

Қорытынды. Ата-ананың қолдауы баланың қарсылығын азайтып, оқу процесіне белсенді қатысуына ықпал етеді.

3.2. «Қолдаушы және қолдау көрсетпейтін сөз тіркестері» жаттығуы (10 минут)

Тапсырма: Қай сөздердің балаға қолдау көрсететінін, ал қайсысының кері әсер ететінін анықтап, өз нұсқаларын ұсыну.

Қолдау көрсетпейтін сөздер:	Қолдаушы сөздер:
«Сен жалқаусың»	«Саған қазір қиын болып тұрғанын түсініп тұрмын»
«Басқалардың қолынан келеді, ал сенің қолыңнан келмейді»	«Кел, бірге талдап көрейік»
«Бітірмейінше орныңнан тұрмайсың»	«Қателесу – қалыпты жағдай»

Қорытынды. Ата-ананың сөздері баланың өзіне деген сенімділігіне әсер етеді.

3.3. Жағдаятты талдау (10 минут)

Кейс «Оқу қиындықтары және ата-ананың қысымы»

Жағдаят: Арман оқу барысында қиындықтарға тап болып, оқу ынтасы төмендей бастады. Ата-анасының бақылауды күшейтуі және оны басқалармен салыстыруы баланың алаңдаушылығы мен өзіне деген сенімсіздігін арттырады. Нәтижесінде ол ашуланшақ болып, тапсырмалардан қашқақтап, «менің қолымнан келмейді» деген ой қалыптастырады.

Ата-аналарға арналған тапсырма: жағдайды талдау, ата-ананың жіберген қателіктерін анықтау, балаға қолдау көрсету жолдарын ұсыну, дұрыс шешім жолдарын анықтау.

Қорытынды. Қолдау көрсету және сабырлы диалог баланың қиындықтарды жеңуіне көмектесіп, өзіне деген сенімділігін арттырады.

IV. Қорытынды (10 минут)

Балаға оқу барысында қолдау көрсету бақылау емес, ынтымақтастық. Баланы қиындықтарды жеңуге, қателесуден қорықпауға, өз бетінше әрекет етуге және өзіне сенуге үйрету маңызды.

Рефлексия. Ата-аналар өздері үшін 1–2 нақты әрекетті анықтайды:

«Алдымен тыңдап, содан кейін көмектесуге тырысамын»;

«Сын айту мен қысымды азайтамын»;

«Қолынан келмеген жағдайда қолдау көрсетемін»;

«Шешімдерді бірге іздеуге көмектесемін».

4-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Баланың орта буынға ауысу кезеңінің ерекшеліктері»

Өткізу мерзімі: мамыр

Мақсаты: Ата-аналарға баланың орта буынға ауысу кезеңінің ерекшеліктерін түсіндіру және бейімделу кезеңінде қолдау көрсету тәсілдерін қалыптастыру.

Күтілетін нәтижелер:

1. бейімделу кезеңінің ерекшеліктерін түсіну;
2. баланың эмоционалдық жағдайы мен оқуындағы өзгерістерді байқай білу;
3. тиімді қарым-қатынас пен қолдау көрсету тәсілдерін қолдану.

Ресурстар: жағдаяттық карточкалар, маркерлер, тақта.

Узақтығы: 60 минут

Жиналыстың өткізу жоспары

I. Кіріспе.

1.1. Сауалнама «Бала орта буынға ауысуға дайын ба?»

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім

3.1. «Балаға қалай көмектесе аламын?» топтық жұмысы («Карусель» әдісі)

3.2. «5-сыныптағы алғашқы күндер» рөлдік ойыны

IV. Қорытынды. Рефлексия

Өткізу барысы

I. Кіріспе (5 минут)

Бастауыш сыныптан орта буынға ауысу бала өміріндегі маңызды әрі жауапты кезеңдердің бірі. Бұл кезеңде оқу жүктемесі артып қана қоймай, оқу үдерісінде де өзгерістер болады, жаңа пәндер оқытыла бастайды,

мұғалімдер саны көбейеді, талаптар күшейеді, баладан дербестік пен жауапкершілік көбірек талап етіледі. Мұндай өзгерістер балада алаңдаушылық, сенімсіздік және эмоционалдық күйзеліс тудыруы мүмкін. Сондықтан осы кезеңде ата-ананың қолдауы мен түсіністігі ерекше маңызды.

1.1 «Бала орта буынға ауысуға дайын ба?» сауалнамасы (10 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналар баланың 5-сыныпта оқуға дайындығын анықтауға арналған сауалнаманы толтырады. Сауалнама нәтижесі арқылы баланың орта буынға бейімделуге дайындық деңгейін бағалай алады.

1. Дербестік	3. Эмоционалдық дайындық	5. Күн тәртібі және денсаулық
Мектеп сөмкесін өзі жинай алады (қажет болса аздап көмекпен)	Өзіне сенімді	Ұйқы режимін сақтайды
Тапсырмаларды үнемі ескертусіз орындай алады	Мектепке барудан қорықпайды	Қатты шаршамайды
Өз міндеттерін ұмытпайды	Өзгерістерді қалыпты қабылдайды	Күнделікті қимыл-қозғалысы бар
Уақытын дұрыс ұйымдастыра алады	Өз сезімі мен уайымын ата-анасымен бөлісе алады	Гаджет қолдану уақыты шектелген
2. Оқу дайындығы	4. Қарым-қатынас дағдылары	6. Оқу ортасы
Мәтінді оқып, түсінеді	Құрдастарымен жақсы араласады	Сабақ оқуға ыңғайлы орны бар
Тапсырмаға 15–20 минут көңіл бөле алады	Қажет кезде көмек сұрай алады	Өз заттарының қайда тұрғанын біледі

Жаңа пәндерден қорықпайды	Үлкендермен сыпайы сөйлеседі	Назарын бөлетін заттар аз
Түсінбеген жағдайда сұрақ қоя алады	Қарым-қатынастан қашпайды	

Ата-аналар сауалнама нәтижелерін қорытындылап, баланың 5-сыныпқа ауысуға дайындық деңгейін анықтайды:

- 20–24 белгі — бала орта буынға жақсы дайын;
- 14–19 белгі — назар аударуды қажет ететін тұстар бар;
- 14-тен төмен — баланы бейімдеуге дайындықты біртіндеп күшейту маңызды.

1.1. Миға шабуыл. Ата-аналарға арналған сұрақтар: «Сіздің ойыңызша, бала үшін 5-сыныпқа ауысуда ең қиын не болуы мүмкін?», «Өзіңізді еске түсіріңізші: жаңа ортаға, мектепке, жұмысқа немесе ұжымға бейімделу кезінде сізге не қиын болды?» Ата-аналардың жауаптары талқыланады.

Қорытынды. 5-сыныпқа ауысу бала үшін маңызды өзгерістер кезеңі. Сондықтан ата-ананың міндеті баланы түсініп, осы кезеңнен сабырлы әрі сенімді өтуіне қолдау көрсету.

II. Неізгі бөлім.

2.1. Мини-дәріс. (5 минут). Баланы 5-сыныпқа жазғы демалыс кезінде қалай дайындауға болады.

1. *Күн тәртібі.* Ұйқы режимін сақтап, қыркүйекке 2–3 апта қалғанда баланы мектеп тәртібіне біртіндеп бейімдеу.
2. *Дербестік.* Баланы күнін жоспарлауға, өз заттарын жинауға және міндеттерін өз бетінше орындауға үйрету.
3. *Оқу қолдауы.* Күн сайын 15–20 минут кітап оқуға немесе жеңіл тапсырмалар орындауға уақыт бөлу, бірақ баланы шамадан тыс жүктемеу.

4. *Өзгерістер туралы әңгіме.* 5-сыныпта болатын өзгерістер туралы баламен сабырлы әрі ашық сөйлесу.
5. *Қарым-қатынас.* Баланың құрдастарымен араласуына жағдай жасап, түрлі өмірлік жағдайларды бірге талқылау.
6. *Өзіне сенімділік.* Баланы қолдап, жетістіктерін байқап отыру: «Сенің қолыңнан келеді», «Сен міндетті түрде үйренесің».
7. *Цифрлық режим.* Әсіресе ұйқы алдында гаджет қолдану уақытын шектеу.
8. *Эмоционалдық байланыс.* Күн сайын баламен сөйлесіп, қысым көрсетпей қолдау білдіру.

Қорытынды: Жазғы кезең баланың өзіне деген сенімділігін нығайтуға, дербестігін дамытуға және алдағы өзгерістерге бейімделуге дайындалуына көмектеседі.

III. Практикалық бөлім

3.1. «Балаға қалай көмектесе аламын?» топтық жұмысы («Карусель» әдісі) (15 минут).

Нұсқаулық: Ата-аналар 3 топқа бөлінеді. Әр топ ватман қағаздарына ауысып отырып, карточкадағы жағдайларды талдап, сұрақтарға жауап береді. Топтар өз шешімдерін жазып, кейін орын ауыстырып, басқа топтардың жауаптарын толықтырады. Әр топ екі сұраққа жауап беріп, ұсынылған жағдайдың шешу жолдарын ұсынады.

1-топ. 5-сынып оқушысының бейімделу кезеңінде қандай физиологиялық қиындықтар болуы мүмкін? Балаға қалай көмектесуге болады?

2-топ. 5-сынып оқушысының бейімделу кезеңінде қандай психологиялық қиындықтар болуы мүмкін? Балаға қалай көмектесуге болады?

3-топ. Бейімделу кезеңінде қандай әлеуметтік қиындықтар туындауы мүмкін? Балаға қалай көмектесуге болады?

1-топтың қорытындысы (физиологиялық қиындықтар). Баланың физикалық жағдайы сәтті бейімделудің негізі. Бұл кезеңде бала тез шаршауы, ұйқы режимінің бұзылуы және жұмысқа қабілеттілігінің төмендеуі мүмкін. Ата-анаға ұсыныстар: күн тәртібін сақтау; баланың толыққанды ұйықтап, демалуына жағдай жасау; оқу мен демалысты дұрыс алмастыру; шамадан тыс жүктемені азайту.

2-топтың қорытындысы (психологиялық қиындықтар). Эмоционалдық қолдау балаға күйзеліс пен алаңдаушылықты жеңуге көмектеседі. Бұл кезеңде балада сенімсіздік, қорқыныш және уайым пайда болуы мүмкін. Ата-анаға ұсыныстар: баланы қолдап, жағдайы үшін сынамау; баланың эмоциялары мен сезімдері туралы сөйлесу; қысымды азайтып, өзіне деген сенімділігін нығайту.

3-топтың қорытындысы (әлеуметтік қиындықтар). Әлеуметтік бейімделу қолдау мен түсіністікті қажет етеді. Бұл кезеңде баланың қарым-қатынас ортасы өзгереді, жаңа мұғалімдер мен талаптар пайда болады. Ата-анаға ұсыныстар: мектептегі жағдайларды бірге талқылау; қарым-қатынас дағдыларын дамыту; қажет кезде көмек сұрауға үйрету; қиын жағдайларда баланы қолдау.

Қорытынды. Бейімделу кезеңінде балаға физикалық және эмоционалдық қолдау көрсету, сондай-ақ айналасындағы адамдармен сенімді қарым-қатынас орнату өте маңызды.

3.2. Рөлдік ойын «5-сыныптағы алғашқы күндер» (15-20 минут)

Нұсқаулық. Ата-аналар төрт топқа бөлінеді. Әр топта рөлдер беріледі: «Бала», «Ата-ана», «Психолог». Психолог рөлін сынып жетекшісі орындайды. *Тапсырма:* ұсынылған жағдайды 1–2 минут ішінде сахналап көрсету, кейін бірге талқылау. Алдымен ата-аналардың жиі кездесетін реакциялары (сын айту, қысым көрсету, бірден ақыл айту) көрсетіледі.

Кейін қатысушылар осы әрекеттерді талдап, баланы қолдаудың тиімді тәсілдерін талқылайды.

1-жағдаят. Бала мектептен көңілсіз келіп: «Мен ештеңе түсінбедім, әр мұғалімнің талабы әртүрлі», – дейді. Психолог анықтайтын қиындықтар: абыржу, алаңдаушылық, шамадан тыс жүктеме.

Психологтың ұсыныстары. Баланың сезімін қабылдау: «Саған қазір қиын болып тұрғанын түсініп тұрмын». Жағдайдың қалыпты екенін түсіндіру: «5-сыныпта алғашында бәріне үйрену қиын болуы мүмкін». Алаңдаушылықты азайту: «Біртіндеп бәрін түсініп, үйреніп кетесің». Нақты мәселені анықтау: «Қай жері түсініксіз болғанын бірге қарайық». Жүйе құруға көмектесу: талаптарды жазып алу, мұғалімнен нақтылау, жоспар жасау.

2-жағдаят. Бала: «Мен енді мектепке барғым келмейді», – дейді. Психолог анықтайтын қиындықтар: қорқыныш, эмоционалдық күйзеліс, шаршау. *Психологтың ұсыныстары.* Баланың сезімін жоққа шығармау: «Саған қазір қиын екенін түсінемін». Себебін анықтау: «Мектепте нақты не ұнамай жүр?». Баланың сезімін түсіну: «Сен шаршап немесе уайымдап жүрген сияқтысың». Қысымды азайту: «Бұл уақытша, біртіндеп үйренесің». Шешімді бірге іздеу: «Саған жеңілірек болуы үшін бірге ойланып көрейік».

3-жағдаят. Бала уайымдап: «Мен сабаққа кешігіп қалдым, дәліздерден шатасып, математика кабинетін таба алмадым», – дейді. Психолог анықтайтын қиындықтар: өзіне деген сенімділіктің төмендеуі, бағалаудан қорқу, сәтсіздікке байланысты алаңдаушылық.

Психологтың ұсыныстары: Баланы қолдау: «Мұндай жағдай кез келген адамда болуы мүмкін». Алаңдаушылықты азайту: «Үлкен мектепте алғашында шатасу қалыпты жағдай». Сын айтудан аулақ болу: кешіккеніне шамадан тыс назар аудармау. Жағдайды сабырлы талқылау:

«Кел, математика кабинетінің қай жерде екенін бірге қарап шығайық». Алдын ала дайындалуға көмектесу: маршрутты бірге қарастыру, жолды алдын ала өтіп көру, мұғалімнен немесе сыныптастардан көмек сұрауға үйрету.

Қорытынды: Жағдайларды қайта ойнап көрсету кезінде қолдаушы реакцияларды қолданудың маңызы түсіндіріледі: түсіністік таныту, сабыр сақтау және көмек көрсету. Тақтада немесе слайдта ата-аналарға арналған қолдаушы сөздер көрсетіледі: «Саған қиын екенін түсініп тұрмын». «Кел, бірге талдап көрейік». «Бұл сен үшін жаңа кезең, оған үйренуге уақыт керек» және т.б.

IV. Қорытынды. 5-сыныпқа ауысу – бала өміріндегі маңызды әрі жауапты кезеңдердің бірі. Бұл уақытта бала бастауыш сыныптағы бір мұғалімнен бірнеше пән мұғаліміне өтеді, оқу талаптары өзгереді, дербестік пен жауапкершілік артады. Осындай өзгерістер балада алаңдаушылық, сенімсіздік және абыржу сезімдерін тудыруы мүмкін. Сондықтан бұл кезеңде балаға ата-ананың эмоционалдық қолдауы мен түсіністігі ерекше маңызды. Бейімделу кезеңінде балаға сабырлы түсіндіру, қолдау көрсету және оның сезіміне түсіністікпен қарау қажет. Педагог ата-аналарға «Баланың орта буынға ауысу кезеңіндегі физиологиялық бейімделу белгілері» жадынамасын ұсынады.

Рефлексия. Педагог ата-аналарға келесі сөйлемдерді аяқтауды ұсынады: «Мен енді ...», «Мен ... өзгертемін», «Мен ... көбірек назар аударамын».

5 – сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Баланы бастауыш сыныптан орта буындағы оқу жағдайына бейімдеу»

Өткізу мерзімі: қыркүйек айы

Мақсаты: балалардың орта буынға көшу кезеңіндегі бейімделу ерекшеліктерін ата-аналардың дұрыс түсінуін қалыптастыру және мектеппен тиімді өзара әрекеттестікті дамыту.

Күтілетін нәтижелер:

1. баланың бейімделуі кезеңінде эмоционалды қолдаудың маңыздылығын түсіну;
2. сын айту мен қысым көрсетудің салдарын ұғыну және қолдаушы, ынталандырушы қарым-қатынас тәсілдерін қолдануға ұмтылу;
3. баланың өз бетінше шешім қабылдауына көмектесуге дайындықтың қалыптасуы;

Ресурстар: интерактивті тақта, таратпа материалдар, стикерлер

Қосымша: «Ата-ана не істеуі керек?» әрекет ету алгоритмі» таратпа материалы

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе.

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім

3.1. «Баланың орнында болсам» кейсті талдау

3.2. Топтық жұмыс «Қолдау картасы»

IV. Қорытынды. Кері байланыс

Өткізу барысы

I. Кіріспе. (10 минут)

1.1. Сәлемдесу. «Ми шабуылы» сұрағы:

«5-сыныптың бастауыш сыныптан айырмашылығы неде?»

Ата-аналар кезекпен жауап береді.

Өзектілігі: 5-сынып – бастауыштан орта буынға өтудің маңызды кезеңі. Бұл уақытта бала жаңа мұғалімдерге, жаңа пәндерге және жаңа талаптарға бейімделеді. Оқу жүктемесі артып, жауапкершілік күшейеді. Осы кезеңде балаларда алаңдаушылық, сенімсіздік, шаршау байқалуы мүмкін.

Қорытынды: Ата-ана балаға бақылаушы емес, бағыт беруші және қолдаушы болуы қажет.

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини дәріс «5-сыныптағы баланың психологиялық жағдайы қандай?» (10 минут)

5-сынып – баланың өміріндегі жаңа кезең. Бұл уақытта бала тек жаңа пәндерге ғана емес, жаңа талаптарға, жаңа мұғалімдерге және жаңа ортаға бейімделеді. Сондықтан оның көңіл-күйінде өзгерістер болуы қалыпты жағдай.

«Ата-ана не істеуі керек?» әрекет ету алгоритмі

Қадаммен	Маңызды	Қалай қолдаймыз?
1-қадам. Баланы түсінуге тырысу	Бала бірден бәріне үйрене алмайды. Оны басқа балалармен салыстырмау маңызды.	«Саған қазір қиын екенін түсінемін» «Бұл – қалыпты жағдай»
2-қадам. Баланы тыңдау	Көбіне ата-ана бірден кеңес беруге асығады. Бірақ балаға ең алдымен – тыңдайтын адам керек.	«Бүгін мектепте не болды?» «Қай жері қиын болды?»
3-қадам. Қолдау көрсету	Бала қателесуден қорықпауы керек. Сынның орнына қолдау маңызды.	«Сенің қолыңнан келеді» «Бірге жасап көрейік»
4-қадам. Күн тәртібін қалыптастыру	Алғашқы уақыттары балаға уақытты жоспарлау қиын болуы мүмкін.	Ата-ана бастапқыда: сабақ уақытына; демалыс уақытында; ұйқы режиміне көмектесуі қажет.
5-қадам. Біртіндеп дербестікке үйрету	Балаға бәрін дайындап бермеу керек. Бағыт беру керек, бірақ оның орнына шешім қабылдамау маңызды.	«Сен қалай ойлайсың?» «Қандай жолын таңдайсың?»

III. Практикалық бөлім

3.1. «Баланың орнында болсам» кейсті талдау (15 минут)

Нұсқаулық: ата-аналарға жағдаяттар ұсынылады.

1. «Сіз жаңа жұмысқа келдіңіз. Ешкімді танымайсыз, талаптар түсініксіз, қателесуден қорқасыз...»
2. «Сіз бұрын бәрін жақсы меңгеріп жүрген едіңіз, ал қазір жаңа нәрселерді түсіну қиындап кетті. Басқалар тез түсінеді, ал сізге уақыт керек. Сол үшін өзіңізге деген сеніміңіз төмендей бастады...»
3. «Сізге бір күнде бірнеше жаңа тапсырма берілді. Уақытыңыз жетпейді, неден бастарыңызды білмей тұрсыз. Қателесіп қалам ба деп уайымдап, мазасызданып жүрсіз...»

Талқылау сұрақтары: Қандай сезімде болар едіңіз? Сізге қандай қолдау керек болар еді?

Қорытынды: балалар да жаңа, әрі күрделі жағдайларда ересектер сияқты эмоцияларды бастан кешіреді. Оларға қысым емес, қолдау қажет.

3.2. Топтық жұмыс «Қолдау картасы» (10 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналар 3 топқа бөлініп, жағдаяттарды талдайды.

- 1-топ. Жағдаят «Бала оқу қиын деп айтады»
- 2-топ. Жағдаят «Үй тапсырмасын орындаудан қашады»
- 3-топ. Жағдаят «Бала мектепке барғысы келмейді».

Талқылауға арналған сұрақтар: Қандай сөздерді айтуға болмайды? Қандай сөздер қолдау көрсетеді? Ата-ана қандай әрекеттер жасай алады?

Қорытынды: баланы қолдау ата-ананың жүйелі іс-әрекеттері мен шынайы эмоционалды қатысуынан көрінеді. Дәл осы үйлесім баланың мазасыздығын төмендетіп, сенімділігін нығайтуға көмектеседі.

IV. Қорытынды. (10 минут)

5-сыныпқа көшу – баланың бейімделуіндегі маңызды кезең, бұл уақытта оған ересектердің қолдауы аса қажет. Қысымды күшейтпей, жанында

болып, көмектесіп, түсіну маңызды. Дәл ата-ананың қолдауы баланың сенімділігі мен табыстылығының негізіне айналады.

Қорытынды: баламен жасалған әрбір кішкентай қадам оның сенімділігіне, тыныштығына және сәтті бейімделуіне үлес қосады. Ата-ананың бейімделу кезеңінде жанында болуға дайын болуы балалардың психологиялық жағдайының тұрақты болуына әсерін тигізеді.

5– сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Балалардың жазғы демалыс кезіндегі денсаулығын қауіпсіздікпен қамтамасыз ету»

Өткізу мерзімі: мамыр айы

Мақсаты: ата-аналарда жазғы кезеңде балалардың денсаулығын сақтау және қауіпсіздігін қамтамасыз етудің тиімді тәсілдерін меңгеру дағдыларын қалыптастыру

Күтілетін нәтижелер:

1. жазғы демалыс кезіндегі қауіпсіздік ережелерінің маңыздылығын түсіну;
2. баланың бос уақытын дұрыс ұйымдастыруға бағытталу;
3. баланың денсаулығын сақтау мен қауіптің алдын алу жолдарын білу.

Ресурстар: интерактивті тақта, жадынамалар, чек-листтер

Қосымша: «Ата-ана баланы қалай назарда ұстауы қажет?» әрекет ету алгоритмі» таратпа материалы

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

- I. Кіріспе. Сәлемдесу және өзектілігі
- II. Негізгі бөлім
 - 2.1. Мини-дәріс
- III. Практикалық бөлім
 - 3.1. Топтық жұмыс «Қауіпсіздік картасы»

3.2. «Дұрыс немесе бұрыс» жаттығуы

IV. Қорытынды. Кері байланыс

Өткізу барысы

I. Кіріспе. (10 минут)

1.1. *Сәлемдесу.* «Ми шабуылы» сұрағы:

«Жазғы демалыста балаңыз көбіне қайда және қалай уақыт өткізеді?»

Ата-аналар кезекпен жауап береді.

Өзектілігі: жаз – балалар үшін демалыс, бірақ бұл кезеңде қауіп те көбейеді. Балалар көбіне бақылаусыз қалады, сондықтан түрлі жағдайларға тап болуы мүмкін.

Қорытынды: жазғы демалыс – тек тынығу емес, қауіпсіздікті талап ететін кезең.

II. Негізгі бөлім

2.1. *Мини дәріс* «Жазғы демалыстағы негізгі қауіптер» (10 минут)

Жазғы кезеңде балалар: ұзақ уақыт сыртта өткізеді; су айдындарына барады; телефон мен интернетті белсенді пайдаланады; ата-ана тарапынан бақылауды аз сезінеді.

Негізгі қауіптер: жол-көлік оқиғалары; суда болатын қауіптер (шомылу кезінде); күн өту, денсаулық жағдайының нашарлауы; бейтаныс адамдармен қарым-қатынас; интернеттегі қауіпсіздік.

«Ата-ана баланы қалай назарда ұстауы қажет?» әрекет ету алгоритмі
Қауіпсіздік ережелерін түсіндіру: балаға мінез-құлық ережелерін қолжетімді түрде түсіндіру; оның іс-әрекетін бақылауды жоғалтпау және қайда, кіммен жүргенін білу; денсаулығына көңіл бөлу, дұрыс тамақтануын, күн тәртібін және демалысын қадағалау; баланың онлайн ортасын бақылау, кірген сайттарын қадағалау; бос уақытын және демалысын ұйымдастыру (спорт, үйірмелер, пайдалы іс-әрекеттер).

Қорытынды: баланың қауіпсіз мінез-құлқы ата-ананың бақылауы, сенімі және назар аударуы арасындағы тепе-теңдік бар жерде қалыптасады.

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Қауіпсіздік картасы» (15 минут)

Нұсқаулық: ата-аналар үш топқа бөлінеді. Әр топ жағдайларды талқылайды.

1-топ: «Қайда қауіптер жасырынған?»

Тапсырма: баланың жазда кездесуі мүмкін негізгі қауіптерін анықтап, жазып шығыңыз. Ең қауіпті үш қауіпті бөліп көрсетіңіз.

2-топ: «Баланы қауіп туралы қалай ескертуге болады?»

Тапсырма: ұсынылған қауіптерге нақты алдын алу шараларын әзірлеңіз.

Ата-ананың әрекет ету алгоритмдерін қысқаша кесте түрінде толтырыңыз.

№	Қауіп – көтерлер	Ата –ананың іс- әрекеті	Баланы не нәрсеге үйретеміз
1			
2			
3			

3-топ: «Жағдай орын алған кезде қалай әрекет ету керек?»

Тапсырма: қауіпті жағдай туындаған кезде ата-ананың әрекет ету алгоритмін әзірлеу (мысалы, бала байланысқа шықпайды, қауіпті ортаға түсті, интернетте қауіпке тап болды, жарақат алды және т.б.).

Әр топтың өкілі өз жұмысының нәтижесін таныстырады.

Қорытынды: профилактика – жазғы кезеңде баланы қауіптен қорғаудың ең тиімді тәсілі. Педагог барлық нәтижелерді біріктіріп, «Жазға арналған баланың қауіпсіздік картасын» жасайды.

3.2. «Дұрыс немесе бұрыс» жаттығуы (10 минут)

Нұсқаулық: педагог ықтимал жағдайларды оқиды. Ата-аналар қол көтеру арқылы жауап береді: оң қол – «дұрыс», сол қол – «дұрыс емес».

Жағдайлар:

1. «Бала жалғыз өзі шомыла алады»
2. «Бала бейтаныс адаммен сөйлесе алады»
3. «Ыстықта ұзақ уақыт болу зиян емес»
4. «Балалар велосипедпен жүргенде әрқашан шлем киюі керек»
5. «Бала ата-анасына ескертпей бөтен үйге кіре алады»
6. «Балалар смартфон мен интернетті шектеусіз пайдалана алады»
7. «Күнге шығар алдында күннен қорғайтын крем жағудың қажеті жоқ»
8. «Балаларға бейтаныс адамдардан тәтті алуға тыйым салу керек»
9. «Бала ойын-сауық орындарына тек ересек адамның қасында баруы тиіс»
10. «Бала жолды білсе, оны мектепке немесе үйге жалғыз жіберуге болады»

Қорытынды: қарапайым, бірақ маңызды ережелерді сақтау – балалардың денсаулығы мен қауіпсіздігінің негізі.

IV. Қорытынды. (10 минут)

Жазғы демалыс – баланың дамуы мен демалу кезеңі. Бірақ қауіпсіздік бірінші орында болуы керек. Бала күнделікті ата – ананың назарында болуы тиіс.

Кері байланыс. «Мен бала рөлінде»

Нұсқаулық: ата-аналар өздерін бала орнына қояды. Сұрақ беріледі:

«Егер мен балам болсам, бүгінгі жиналыстан не үйренер едім, не сезінер едім?»

Әрбір ата-ана 1–2 сөйлеммен жауап береді.

6-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Мектептегі тұлғааралық қарым-қатынас»

Өткізу мерзімі: қыркүйек айы

Мақсаты: ата-аналарда жасөспірімдердің қарым-қатынасы туралы түсінік қалыптастыру және баласына қатарластарымен үйлесімді қатынас орнатуға көмектесу тәсілдерін меңгеру.

Күтілетін нәтижелер:

1. жасөспірім өміріндегі қарым-қатынастың рөлін түсіну;
2. отбасының баланың коммуникативтік дағдыларын қалыптастыруға ықпалын ұғыну;
3. қарым-қатынастағы күрделі жағдайларда баланы қолдауға дайындықты дамыту;
4. құрметке негізделген, әрі сындарлы өзара әрекеттесуге бағдар қалыптастыру.

Ресурстар: интерактивті тақта, таратпа материалдар

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе. Мини-дәріс

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Менің балам қарым-қатынас кезінде»

3.2. «Ата-анаға кеңес» жаттығуы

3.3. Кейстік талдау «Қатарластармен қарым-қатынастағы қиындықтар»

IV. Қорытынды. Кері байланыс

Өткізу барысы

I. Кіріспе. Мини-лекция (10 минут)

1.1. Сәлемдесу және өзектілігі. 6-сынып оқушылары үшін ортада қабылданғанын сезіну, достарының болуы және айналасындағылармен қарым-қатынас орната білу ерекше маңызды. Бұл жаста балалар қарым-қатынаста қиындықтарға тап болуы мүмкін. Көп жағдайда бала мұндай жағдайларды өздігінен еңсере алмайды және ересектердің қолдауына мұқтаж болады.

Қорытынды: ата-аналар баланың қарым-қатынас дағдыларын қалыптастыруда маңызды рөл атқарады, қолдау көрсетіп, үлгі болып және сенімділік көзі ретінде әрекет етеді.

II. Негізгі бөлім

2.1. *Мини-дәріс.* Жасөспірімдік кезеңде қарым-қатынас негізгі даму саласына айналады, өйткені осы арқылы бала өзара әрекеттесуді, өзін білдіруді және басқаларды түсінуді үйренеді. Бұл бәріне бірдей оңай бола бермейді, сондықтан ата-аналардың қолдауы өте маңызды. Олар баланың өзіне деген сенімділігін, эмпатиясын және агрессиясыз, конструктивті қарым-қатынас дағдыларын дамытуға көмектесуі қажет.

Қорытынды: ата-ананың назар аударуы мен қолдауы баланың құрдастарымен қарым-қатынасты сенімдірек құруына көмектеседі.

III. Практикалық бөлім

3.1. *Топтық жұмыс «Менің балам қарым-қатынас кезінде»(15 минут)*

Нұсқаулық: Ата-аналарға алдымен жеке-жеке, кейін 4 шағын топта берілген сұрақтар бойынша өз баласының қарым-қатынас ерекшеліктерін талқылау ұсынылады.

1- топ. *Баланың қатарластарымен байланыс орнатуын сипаттаңыз:* Оған оңай танысып, сөйлесуге не көмектеседі? Қандай қиындықтар туындауы мүмкін? Ата-аналар коммуникативтік дағдыларды дамытуға қалай қолдау көрсете алады?

2 - топ. *Баланың жанжал жағдайындағы мінез-құлқын талдаңыз:* Ол әдетте дау туындағанда немесе келіспеушілік пайда болғанда қалай жауап береді? Екі жақты келісімге ұмтыла ма, әлде жанжалдан қашады ма? Сындарлы мінез-құлықты дамыту үшін қандай стратегияларды қолдануға болады?

3 - топ. *Баланың ата-анамен қарым-қатынастағы ашықтығын бағалаңыз:* Ол өз уайымдарымен және мәселелерімен бөлісе ме? Қандай жағдайларда жиі қолдау сұрайды? Сенімді қарым-қатынасты нығайтуға не көмектеседі?

4-топ. *Баланың қарым-қатынаста қиындық тудыратын жағдайларын анықтаңыз:* Қай жерде және кіммен өзара әрекеттесу оған ең қиын? Мұндай жағдайларда қандай сезімдер туындауы мүмкін? Ата-аналардың қандай әрекеттері шиеленісті азайтып, баланы қолдауға көмектеседі?

Талқылаудан кейін әр топтың өкілі өз тобының жауаптарын ұсынады. *Қорытынды:* әр бала жеке тұлға, сондықтан қарым-қатынаста қолдау көрсеткенде оның ерекшеліктерін ескеру маңызды.

3.2. Топтық жұмыс «Ата-анаға кеңес» (15 минут)

Нұсқаулық: ата-аналар 4 топқа бөлінеді. Әр топқа шағын жағдай беріледі. Әр топ жағдайды талдап, ата-аналарға арналған ұсыныстарды тұжырымдайды.

1-жағдай. Байланыс орнатудағы қиындықтар. Бала жақында жаңа мектепке ауысты. Ол қарым-қатынаста бастамашыл емес, шетте жүреді, үзілістерде көбіне жалғыз. Үйде «достасатын ешкім жоқ» дейді.

Тапсырма: ата-ана баланы қалай қолдап, ұжымға қосылуына көмектесе алады?

2-жағдай. Қатарластарымен жанжалдар. Бала жиі жанжалға араласады, тез ашуланады, кейде қатты жауап беріп, басқаларды ренжітуі мүмкін. Мұғалімдер сыныптағы жиі болатын жанжалдарды атап өтеді.

Тапсырма: қандай дағдыларды дамыту қажет және ата-ана мұндай жағдайларға қалай жауап беруі тиіс?

3-жағдай. Жабықтық және сенімсіздік. Жасөспірім уайымдарын бөлісуді тоқтатты. Ата-ананың сұрақтарына қысқа жауап береді немесе әңгімеден қашады, уақытын телефонда көбірек өткізеді.

Тапсырма: қысымсыз сенімді қарым-қатынас орнату жолдарын ұсыну.

4-жағдай. Белгілі әлеуметтік жағдайлардағы қиындықтар. Бала жақын достарымен өзін сенімді сезінеді, бірақ жаңа ортада қиналады, тақтада жауап беруден немесе жалпы талқылауға қатысудан қорқады.

Тапсырма: балаға сенімсіздікті жеңуге және әлеуметтік сенімділікті дамытуға қалай көмектесуге болады?

Талқылаудан кейін әр топтың өкілі өз ұсыныстарын жариялайды.

Қорытынды: тәжірибе алмасу қолдаудың әртүрлі тәсілдерін көруге және өз отбасы үшін ең қолайлысын таңдауға мүмкіндік береді.

IV. Қорытынды (10 минут) Жасөспірім үшін тұлғааралық қарым-қатынас маңызды, себебі ол басқа адамдарды түсінуді, өз ойы мен сезімдерін білдіруді, достасуды және қиындықтарды шешуді үйретеді. Ата-ананың қолдауы балаға сенімділік береді, қарым-қатынас мәселелерін еңсеруге, құрметке негізделген қатынастар құруға және бір мәмлеге келуді үйренуге көмектеседі.

Рефлексия. Ата-аналарға жиналысты аяқтау үшін өздеріне бірнеше қысқа сұраққа жауап беру ұсынылады: Мен баламның қарым-қатынасы туралы қандай жаңа нәрсені түсіндім? Қай жағдайларда мен көбіне дұрыс / дұрыс емес әрекет етемін? Баламен қарым-қатынасымда жақын уақытта нені өзгерте аламын?

6-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Отбасындағы сенім - баланың психологиялық қауіпсіздігінің факторы»

Өткізу мерзімі: мамыр айы

Мақсаты: ата-аналарда баланың психологиялық қауіпсіздігін қамтамасыз етуде сенімді қарым-қатынастың рөлін түсінуді қалыптастыру және ашық, қолдаушы қарым-қатынасқа дайындықты дамыту.

Күтілетін нәтижелер:

1. баланың эмоционалдық жағдайындағы сенімнің рөлін түсіну;
2. отбасындағы сенімнің жеткіліксіздігінің салдарын ұғыну;
3. балаға ашық диалог құру дағдыларын дамыту;
4. өз қарым-қатынас стилін өзгертуге дайындықты қалыптастыру.

Ресурстар: интерактивті тақта, талқылауға арналған карточкалар, таратпа материалдар

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе. Тақырыптың өзектілігі

II. Негізгі бөлім

2.1. Әңгімелесу: «Отбасындағы сенім және оның бала үшін маңызы»

III. Практикалық бөлім

3.1. «Балам маған қаншалықты сенеді?» жаттығуы

3.2. Жағдаяттармен жұмыс. «Баланың тұйықталу себептері»

Қорытынды. Кері байланыс

Өткізу барысы

I. Кіріспе. Тақырыптың өзектілігі (10 минут)

1.1. Сәлемдесу және тақырыпқа бейімделу.

Ата-аналарға мына сұрақ жайлы ойлану ұсынылады:

«Менің балам әрқашан өзімен болып жатқан жағдайларды менімен бөлісе ме?»

1.2. Жасөспірімдік кезеңде балалар өз уайымдарын жиі жасырады, бұл көп жағдайда отбасындағы сенім деңгейіне байланысты: қолдау болса, бала ашық болады, ал сыннан қорықса, тұйықталып қалады.

Қорытынды: отбасындағы сенімді қарым-қатынас - баланың психологиялық қауіпсіздігінің негізі және оның өз сезімдерімен бөлісуге дайын болуына ықпал етеді.

II. Негізгі бөлім

2.1. Әңгімелесу: «Отбасындағы сенім және оның бала үшін маңызы» (15 минут)

Ата-аналарға мына сұрақты талқылау ұсынылады:

«Сіз балаңыздың сізге сенетінін қалай түсінесіз?»

Жауаптар белгіленеді немесе айтылады (ауызша немесе тақтада).

Талқылау сұрақтары: Қандай жағдайларда балалар көбіне ата-аналарымен бөліседі? Неліктен кейде бала үндемегенді жөн көреді? Ересектердің қандай реакциялары баланың ашылуға деген ықыласына әсер етуі мүмкін? Әңгіме барысында ата-аналарды сенім тек «салмақты әңгімелерде» ғана емес, күнделікті қарым-қатынаста, балаға көңіл бөлуде, оның қателіктеріне берген реакцияда да көрінетінін түсінуге жетелейміз.

Қорытынды: бұл - баланың сезімдерін құрметтеу мен қабылдауға негізделген тұрақты өзара әрекеттестіктің нәтижесі.

III. Практикалық бөлім

3.1. *Топтық жұмыс:* «Балам маған қанишалықты сенеді?» (15 минут)

Нұсқаулық: қатысушылар 3 топқа бөлінеді. Әр топ сенімнің бір қырын талдап, қорытынды мен ұсыныстар дайындайды.

1-топ. «Сенім белгілері»

Тапсырма: бала ата-анасына сенетінін қандай белгілерден байқауға болатынын анықтау: Сенімнің мінез-құлықтық және эмоционалдық сигналдарының тізімін жасаңыз; Бала қай жағдайларда ата-анасымен жиі бөлісетінін, ал қай кезде тұйықталатынын талқылаңыз.

2-топ. «Сенімді төмендететін факторлар»

Тапсырма: баланың сенімін әлсірететін себептерді анықтау: Баланың тұйықталуына әсер ететін ата-ананың сөздері, әрекеттері мен реакцияларын белгілеңіз; Қандай бақылау түрлері қысым ретінде қабылданатынын талқылаңыз.

3-топ. «Сенімді нығайту жолдары»

Тапсырма: сенімді қарым-қатынасты қалыптастыру тәсілдерін әзірлеу: Ата-аналарға арналған нақты сөз тіркестері мен мінез-құлық үлгілерін ұсыныңыз; Баланың қателіктеріне сенімді жоғалтпай қалай жауап беру керектігін анықтаңыз.

Тапсырмалар орындалғаннан кейін әр топтың өкілі ата-аналардың жауаптарын ұсынады.

Қорытынды: сенім - ата-ананың назарын, құрметін және өзгерістерге дайын болуын талап ететін үдеріс.

3.2. Топтық жұмыс. «Баланың тұйықталу себептері» (10 минут)

Нұсқаулық: ата-аналар үш топқа бөлініп, жағдайларды талқылайды.

1-топ. «Неліктен бала тұйықталады»

Тапсырма: бала ата-анасымен бөліспеуінің ықтимал себептерін анықтау. Факторлар тізімін жасаңыз (жазадан қорқу, сын, уақыттың жоқтығы, сенімсіздік және т.б.). Жасөспірім кезеңінде жиі кездесетін себептерді бөліп көрсетіңіз.

2-топ. «Ата-ананың қателіктері»

Тапсырма: ата-ананың қандай әрекеттері баланың тұйықталуына әкелуі мүмкін екенін талдау. Типтік реакцияларды анықтаңыз (құнсыздандыру,

қысым, салыстыру, елемей). Баланы алыстатуы мүмкін сөз тіркестерінің мысалдарын келтіріңіз.

3-топ. «Жағдайды қалай өзгертуге болады»

Тапсырма: сенімді және ашық қарым-қатынасты қалпына келтіру жолдарын ұсыну. Қолдаушы сөздер мен мінез-құлық үлгілерін құрастырыңыз. Бала бөлісе бастаған жағдайда қалай жауап беру керектігін анықтаңыз.

Қорытынды: Ата-ананың мінез-құлқы баланың сенім деңгейіне және оның қауіпсіздік сезіміне тікелей әсер етеді.

IV. Қорытынды (10 минут) Отбасындағы сенім - баланың психологиялық қауіпсіздігінің негізі. Бала қолдауды, қабылдауды және құрметті сезінген кезде ашық болады, қиындықтарды сенімді түрде еңсереді және ересектерден көмек сұраудан қорықпайды. Сенімді қалыптастыру - бір реттік әрекет емес, ол күнделікті жүретін үдеріс. Ол ата-ананың назарына, шыдамдылығына және баласын тыңдауға дайын болуына тәуелді.

Рефлексия. Ата-аналарға сұрақ: «Балаға деген сенімді нығайту үшін мен қарым-қатынасымда нені өзгертуге дайынмын?»

7-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: «Қақтығыс жағдайында қалған балаға қалай көмектесуге болады»

Өткізу мерзімі: қыркүйек айы

Мақсаты: ата-аналарда балаға қақтығыс жағдайында белсенді тыңдау, эмпатия және бірлесіп шешім табу арқылы қолдау көрсету дағдыларын қалыптастыру.

Күтілетін нәтижелер:

1. эмоционалдық қолдаудың маңыздылығын түсіну;
2. сын айту мен қысымның салдарын ұғыну, қолдаушы сөздерді қолдануға көшу;

3. баланың өз бетінше шешім табуына көмектесуге дайындықты дамыту;
4. сенім мен конструктивті диалогқа бағдар қалыптастыру.

Ресурстар: интерактивті тақта, чек-парақтар, ата-аналарға арналған жадынамалар.

Қосымша. Таратпа материал: «Қақтығыс жағдайында балаға қалай қолдау көрсетуге болады» чек-парағы

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе. Мини-дәріс

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Ата-аналардың реакциялары»

3.2. Кейсті талдау «Сыныптасымен жанжал»

IV. Қорытынды. Рефлексия

Өткізу барысы

I. Кіріспе. Мини-дәріс (10 минут)

1.1. Жасөспірімдік кезең эмоциялық тұрақсыздықпен және қақтығыстармен байланысты, бұл - дамудың қалыпты бөлігі. Маңыздысы - бала үшін бәрін шешіп беру немесе оның сезімдерін жоққа шығару емес, керісінше қолдау көрсету және шешім табуға көмектесу.
Қорытынды: Ата-ана бақылаушы емес, бағыттаушы әрі қолдаушы болады.

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс «Қақтығыс жағдайында жасөспірімге қалай көмектесуге болады» (10 минут)

Қақтығыс кезінде жасөспірімге оны түсінетінін және қолдайтынын сезіну маңызды. Сондықтан ата-ананың міндеті - сабырмен тыңдау, кінәламай

қабылдау, баланың сезімдерін атауға және түсінуге көмектесу, жағдайды бірге талдап, мүмкін шешімдерді қарастыру. Қақтығысқа тікелей араласып, оны бала үшін шешудің орнына, оны өзара түсінісуге, келісімге келуге және басқа адамның көзқарасын ескеруге бағыттау қажет.

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Ата-аналардың реакциялары» (15 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналар үш топқа бөлінеді. Әр топқа жағдайларды талқылау ұсынылады.

1-топ. Баланы сыныптасы ренжітті. Талқылауға арналған сұрақтар: Бала бұл жағдайда не сезінуі мүмкін? Ата-ана алғашқы минуттарда қалай дұрыс жауап беруі керек? Қандай қолдау сөздері баланың өзін қауіпсіз сезінуіне көмектеседі? Ата-анаға не айтуға және істеуге болмайды? Қандай әрекет нұсқаларын баламен бірге талқылауға болады? Қашан мұғалімді немесе мектепті тарту қажет?

2-топ. Досымен жанжал. Талқылауға арналған сұрақтар: Бала қандай эмоциялар сезінуі мүмкін? Балаға өз сезімдерін айыптаусыз жеткізуге қалай көмектесуге болады? Қандай сұрақтар жағдайды әртүрлі қырынан көруге көмектеседі? Баланы татуласуға және қарым-қатынасты қалпына келтіруге қалай үйретуге болады? Қай жағдайда араласпаған дұрыс? Егер достық сақталмаса, баланы қалай қолдау керек?

3-топ. Мұғаліммен қақтығыс. Талқылауға арналған сұрақтар: Бала қандай сезімдер кешуі мүмкін? Ата-ана баланы бірден ешкімнің жағына шықпай қалай тындай алады? Қандай нақтылаушы сұрақтар қою маңызды? Мұғаліммен қалай дұрыс байланыс орнату керек? Қақтығысты шешудің қандай жолдарын ұсынуға болады? Баланың сенімін және мектепке деген құрметті қалай сақтауға болады?

Тапсырма: Ата-аналардың типтік реакцияларын талдап, баланы қолдаудың тиімді жолдарын талқылау. Әр топтың жауаптарын бірге талқылау.

Қорытынды: Ата-ананың қолдауы баланың күйзелісін азайтады, оның қақтығыстарды өз бетінше шешу қабілетін дамытады, ал ересектер ең алдымен баланың қауіпсіздігін қамтамасыз етеді.

3.2. Кейсті талдау «Ата-анамен қақтығыс» (10 минут)

Жағдаят: Әлия, 13 жаста, соңғы уақытта бөлмесіне жиі жабылып, ашуланшақ болып, ата-анасына дөрекі жауап бере бастады. Анасы қызының телефонда көп отыратынын және мектептегі жағдайлармен бөліспейтінін байқайды.

Бір күні анасы ескертусіз Әлияның хат алмасуын тексеріп, қыздың құрбысымен сөйлескен жазбасын көреді, онда ол үйдегі қатал бақылауға шағымданады. Осыдан кейін анасы дауысын көтеріп сөйлесіп, телефон қолдануға тыйым салып: «Бұл үйде тұрған соң біздің айтқанымызды істейсің» дейді. Әлия есікті тарс жауып, ата-анасының өзін түсінбейтінін айтып жауап береді. Содан бері ол ата-анасымен сөйлеспей кетті.

Тапсырма: Топта жағдайды талқылау.

1. *Жағдайды талдау:* Бала не сезінеді? Ата-ана не сезінеді? Қақтығыстың терең себебі неде?
2. Ата-ананың реакциясы: Қандай әрекеттер қақтығысты күшейтті? Қандай қателіктер бар?
3. Баланы қолдау: Әңгімені қалай басқаша жүргізуге болар еді? Қандай сөздер сенімді сақтауға көмектеседі? Баланы түсінетінін қалай көрсетуге болады?
4. Шешім табу: Қандай ережелер мен шекараларды талқылауға болады? Телефонды қолдану бойынша қалай келісімге келуге болады? Қарым-қатынасты қалпына келтіру үшін қандай қадамдар қажет? Бала

сезімдерін, қақтығыс себептерін анықтап, «үш қадам» алгоритміне сүйене отырып, ата-ананың әрекет нұсқаларын ұсыну.

Қорытынды: Қолдау мен құрметке негізделген диалог баланың қақтығысты шешу дағдыларын және өзіне деген сенімділігін дамытады.

IV. Қорытынды (10 минут)

Балаға қақтығыс жағдайында көмектесу - бұл қолдау мен сенімге негізделген үдеріс. Жасөспірім эмоцияларын басқаруды, шешім табуды, қарым-қатынас жасауды және өз мүддесін қорғауды үйренеді.

Рефлексия. «Келісімдер» қабылдау.

Ата-аналар бүгіннен бастап қолдануға дайын 1–2 нақты әрекетті тұжырымдайды.

7-сыныпқа арналған ата-аналар жиналысы

Тақырыбы: Жасөспірім кезеңінің жас ерекшеліктері (тәуекелдердің алдын алу)

Өткізу мерзімі: мамыр айы

Мақсаты: ата-аналарда жасөспірім кезеңінің ерекшеліктері туралы түсінік қалыптастыру және тәуекелді мінез-құлықтың алдын алу тәсілдеріне үйрету.

Күтілетін нәтижелер:

1. жасөспірімнің жас ерекшеліктерін түсіну;
2. тәуекелді мінез-құлықтың себептерін ұғыну;
3. баламен конструктивті қарым-қатынас жасау дағдыларын дамыту;
4. жағымсыз жағдайлардың алдын алуға дайындық қалыптастыру.

Жиналыс жабдықтары: интерактивті тақта, чек-парақтар, ата-аналарға арналған жадынамалар.

Қосымша. Таратпа материал: «Жасөспірім кезеңінде тәуекелдерді қалай азайтуға болады» чек-парағы

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе. Мини-дәріс

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Ата-аналардың реакциялары»

IV. Қорытынды. Рефлексия

Өткізу барысы

I. Кіріспе. *Мини-дәріс (10 минут)*

1.1. Жасөспірім кезең - дербестікке ұмтылу және мінез-құлықтағы өзгерістер уақыты: бала қарсы шығуы, тұйықталуы, құрдастарының пікіріне көбірек мән беруі мүмкін. Бұл - қалыпты даму кезеңі; қысым көрсету қарсылықты күшейтеді, ал сенім тәуекелдерді азайтуға көмектеседі.

Қорытынды: ата-ана - жасөспірім үшін қолдау мен бағыт-бағдар көзі.

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс «Тәуекелдердің алдын алудың үш қадамы» (10 минут)

Жасөспірімнің мінез-құлқына дұрыс жауап беру - тәуекелдерді азайтудың негізгі жолы.

Негізгі әрекет алгоритмі «Тәуекелдердің алдын алудың үш қадамы»

1. **Тыңдау** - баланың ойын бөлмей, өз пікірін айтуға мүмкіндік беру. («Не болғанын айтып бер», «Мен сені тыңдап тұрмын»)

2. **Сезімді қабылдау** - оның эмоциясын түсінетінін көрсету. («Саған бұл жағымсыз екенін көріп тұрмын», «Сенің ашуланып тұрғаныңды түсінемін»)

3. **Келісу** - мінез-құлық пен оның салдарын бірге талқылау. («Қалай дұрыс болатынын бірге ойлайық», «Келісіп алайық»)

Қорытынды: сабырлы әңгіме жасөспірімге дұрыс шешім қабылдауға көмектеседі.

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Ата-аналардың реакциялары» (15 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналар үш топқа бөлінеді. Әр топқа жағдайларды талқылау ұсынылады.

1-топ. «Бала телефонда көп уақыт өткізеді».

2-топ. «Бала үйге кеш келеді».

3-топ. «Бала жаман ортаға түсті».

Тапсырма: 1) ата-аналардың типтік реакциясын анықтау; 2) қай реакциялар жағдайды ушықтыратынын түсіну; 3) тиімді әрекет тәсілдерін ұсыну.

Әр топтың жауаптарын талқылау.

Қорытынды: ересектің реакциясы жағдайдың дамуына тікелей әсер етеді.

Қолдаушы және саналы әрекеттер жағдайды жақсартады, ал қатал және айыптаушы тәсілдер керісінше ушықтырады.

IV. Қорытынды (10 минут)

Жасөспірім кезең - балаға ерекше қолдау мен түсіністік қажет болатын уақыт. Жасөспірім шешім қабылдауды, салдарын түсінуді, жауапкершілік алуды үйренеді.

Рефлексия. Ата-аналар қолданатын 1–2 нақты әрекетті тұжырымдайды:

«Мен енді білемін...»; «Мен енді ... жасаймын»; «Мен балам туралы білдім...».

8 – сыныпқа арналған ата – аналар жиналысы

Тақырыбы: «Жасөспірімдердің мінез-құлқындағы қауіптер мен эмоционалды күйзелістерді қалай алдын алу қажет»

Өткізу мерзімі: қыркүйек айы

Мақсаты: ата-аналарды жасөспірімдердің қауіпті мінез-құлқын және эмоционалды күйзелістерін алдын алу тәсілдеріне үйрету.

Күтілетін нәтижелер:

1. жасөспірімдердегі эмоционалды күйзелістердің себептерін түсіну;
2. қауіпті мінез-құлық белгілерін ұғыну;
3. баланы күйзеліске түскен жағдайда қолдау дағдыларын дамыту;
4. дағдарыстық жағдайларды алдын алуға дайындықты қалыптастыру.

Ресурстар: интерактивті тақта, чек-листтер, ата-аналарға арналған жадынамалар.

Қосымша: «Жасөспірімге эмоцияларын жеңуге қалай көмектесуге болады» таратпа материалы

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе. Мини-дәріс

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс «Ата-аналардың реакциясы»

3.2. Кейстік талдау «Жасөспірімнің эмоционалды күйзелісі»

IV. Қорытынды. Рефлексия

Өткізу барысы

I. Кіріспе. Мини-дәріс (10 минут)

1.1. *Сәлемдесу және өзектілігі.* Жасөспірімдік кезең күшті эмоциялармен қатар жүреді: ашуланшақтық, тұйықтық, күйзелістер және қауіпті мінез-құлық ішкі шиеленістің белгісі болуы мүмкін. Елемеу мен қысым мәселені күшейтеді, ал қолдау мен назар оны азайтуға көмектеседі.

Қорытынды: ата-ана — жасөспірім үшін тұрақтылықтың басты қайнар көзі.

II. Негізгі бөлім

2.1. *Мини-дәріс «Жасөспірімге эмоционалды күрделі жағдайда көмектесудің үш қадамы» (10 минут)*

Жасөспірімнің күйзелісін алдын алу үшін оның жағдайын дер кезінде байқау және дұрыс әрекет ету маңызды.

«Негізгі әрекет ету алгоритмдері «Жасөспірімге эмоционалды күрделі жағдайда көмектесудің үш қадамы» чек - парағы

1-қадам. Тоқтап, тыңдау	2-қадам. Қолдаушы сөздерді қолдану	3-қадам. Эмоцияларды қабылдау
- жағдайға аяқаймен жауап бермеу;	«Мен сенің қазір қиналып тұрғаныңды көріп тұрмын»;	- сезімдерді жоққа шығармау;
- жасөспірімге өз ойын айтуға мүмкіндік беру.	«Не болып жатқанын айтып берші».	- түсіністік таныту.

Қорытынды: қолдау шиеленісті азайтып, эмоционалды күйзелістің алдын алады.

III. Практикалық бөлім

3.1. «Ата-аналардың реакциясы» топтық жұмысы (15 минут)

Нұсқаулық: ата-аналар үш топқа бөлініп, жағдайларды талқылайды:

1-топ. Жасөспірім дәрекі жауап береді; тұйықталып, сөйлескісі келмейді;

2-топ. Жасөспірім агрессия көрсетеді;

3-топ. Жасөспірім оқу немесе достары үшін уайымдайды.

Тапсырма: қандай реакциялар баланың күйзелісін күшейтеді; баланы қалай қолдауға болады.

Қорытынды: ересектің сабырлы реакциясы баланың эмоциясын тезірек жеңуіне көмектеседі, ата-ананың сөздері баланы не тыныштандырады, не керісінше күйзелісті күшейтеді.

3.2. Кейстік талдау «Жасөспірімнің эмоционалды күйзелісі» (10 минут)

Жағдаят: жасөспірім үйге ашуланып келді, есікті тарс жауып, сөйлесуден бас тартады.

Тапсырма: Уақыт беру, тынышталуына мүмкіндік жасау; Сабырлы түрде әңгімені бастау; Қолдау көрсету және жағдайды талқылау.

Диалог үлгісі: «Мен сенің ашулы екеніңді көріп тұрмын», «Әңгімеге дайын болсаң айта ғой, мен жаныңдамын», «Кел, сөйлесейік».

Қорытынды: эмоцияны күшейтпей, оны бірге өткеруге көмектесу маңызды.

IV. Қорытынды (10 минут). Эмоционалды күйзеліс — бұл «жаман мінез-құлық» емес, жасөспірімнің қиналып жүргенінің белгісі. Жасөспірім эмоцияны басқаруды, көмек сұрауды, өзін түсінуді үйренеді.

Рефлексия. Ата-аналар 1–2 әрекетті тұжырымдайды. Мысалы: «Мен сабырлырақ жауап беремін», «Мен баланы көбірек тыңдаймын», «Мен оның сезімдерін жоққа шығармаймын».

8 – сыныпқа арналған ата – аналар жиналысы

Тақырыбы: «Жасөспірімдердің репродуктивтік денсаулығы»

Өткізу мерзімі: мамыр айы

Мақсаты: Ата-аналардың жасөспірімдердің репродуктивтік денсаулығы мәселелері туралы түсінігін арттыру және балалардың өз денсаулығына, қауіпсіздігіне және мінез-құлқына жауапкершілікпен қарауын қалыптастыруға ықпал ету.

Күтілетін нәтижелер:

1. Ата-аналар жасөспірімдердің репродуктивтік тәрбиесіндегі отбасының рөлін түсінеді;
2. Ерте және қауіп-қатері жоғары қарым-қатынастардың себептері мен салдарын түсінеді;

3. Жасөспіріммен сенімді, ашық және қолдаушы қарым-қатынас жасау дағдыларын дамытады;

4. Ерте жүктіліктің алдын алу және жауапты мінез-құлықты қалыптастыру жолдары туралы түсініктерін кеңейтеді.

Ресурстар: интерактивті тақта, чек-листтер, ата-аналарға арналған жадынамалар.

Қосымша: «Жасөспіріммен маңызды тақырыптар туралы қалай сөйлесу керек» чек-листі

Ұзақтығы: 60 минут

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе. Ми шабуылы.

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім

3.1. «Ата-аналардың реакциясы» топтық жұмысы

3.2. «Дұрыс және бұрыс сөздер» жаттығуы

3.3. Кейстік талдау «Жасөспіріммен маңызды әңгіме»

IV. Қорытынды. Рефлексия

Өткізу барысы

I. Кіріспе. Мини-дәріс (10 минут)

1.1. *Сәлемдесу және өзектілігі:* Жасөспірімдік кезең — бұл сезімдерге, қарым-қатынастарға және ересек болуға ұмтылу уақыты. Маңыздысы — бала сенімді ақпаратты тек интернеттен немесе қатарластарынан емес, отбасынан алуы.

Сұрақ: Сізге балаңызбен маңызды және жеке тақырыптар туралы ашық сөйлесу оңай ма? Талқылау.

Қорытынды: Маңызды тақырыптарды талқыламау жасөспірімді қорғамайды. Керісінше, ақпараттың жеткіліксіздігі қате шешім қабылдау

қауіпін арттырады. Ал ашық әрі сенімді әңгіме жасөспірімге қауіптердің алдын алуға және жауапты шешім қабылдауға көмектеседі.

Қорытынды: ата-ана жасөспірім үшін сенімді ақпарат көзі және эмоционалды қолдау көрсетуші ретінде басты рөл атқарады.

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс (10 минут)

Жасөспірімдердің репродуктивтік тәрбиесі өзекті мәселелердің бірі болып табылады, себебі дәл осы кезеңде дене, қарым-қатынас, жеке шекара және жауапкершілік туралы түсініктер қалыптасады. Сенімді әрі дұрыс ақпарат жеткіліксіз болған жағдайда жасөспірімдер ақпаратты интернеттен немесе қатарластарынан іздейді, бұл қате түсініктер мен қауіпті мінез-құлықтың қалыптасу қауіпін арттыруы мүмкін.

Ата-аналардың ашық, сенімді және сауатты қарым-қатынасы баланың денсаулығын сақтауға, қауіпсіз мінез-құлық қалыптастыруға және өзіне әрі айналасындағы адамдарға жауапкершілікпен қарауға ықпал етеді.

(№ 2 ЧЕК-Парақ)

III. Практикалық бөлім

3.1. «Ата-аналардың реакциясы» топтық жұмысы (15 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналар төрт топқа бөлінеді. Жағдаяттар:

1-топ. Жасөспірім ата-анасына өзі үшін ыңғайсыз немесе жеке сұрақтар қояды;

2-топ. Ата-ана баласының біреуге ұнату сезімі немесе қарым-қатынасы бар екенін байқайды;

3-топ. Бала жыныстық қатынас туралы ақпаратты интернеттен немесе әлеуметтік желілерден алады;

4-топ. Жасөспірім бұл тақырыптағы әңгімеден қашқақтайды немесе сөйлескісі келмейді.

Тапсырма: Төмендегі сұрақтарды талқылаңыздар:

1. Ата-ана мұндай жағдайда қалай әрекет етуі керек?
2. Қандай реакциялар балаға кері әсер етуі мүмкін?
3. Әңгімені қалай дұрыс және сенімді түрде құруға болады?

Қорытынды: мұндай тақырыптарды жабық қалдыру емес, жасөспірімге өз қауіпсіздігін сақтауды, жеке шекарасын қорғауды және жауапты шешім қабылдауды үйрету маңызды.

3.2. «Ерте жүктіліктің алдын алудағы дұрыс және бұрыс сөздер»
жаттығуы (10 минут)

Жағдаятты талқылау: қыз бала алғаш рет өз алаңдаушылығы туралы айтты, алғашқы сезімдері, маңызды қарым-қатынасы, болашағына қатысты уайымы немесе жүктілік мәселесіне байланысты қорқынышы.

Ата-ананың алғашқы реакциясы мен айтатын сөздерінің маңызын талқылаңыздар:

Бұрыс сөз тіркестері:	Дұрыс сөз тіркестері:
1. «Сен бұған әлі кішкентайсың»	1.«Бұл маңызды тақырып, кел сөйлесейік»
2.«Мен бұны сенімен талқылауға ұяламын»	2.«Мен сенің сұрақтарыңа жауап беремін»
3.«Болмайды, бітті!»	3.«Маған себебін білген маңызды»

Қорытынды: ашық әңгіме жауапты мінез-құлықты қалыптастырады.

3.3. «Жасөспіріммен маңызды әңгіме» кейстік талдауы (10 минут)

Жағдай: Жасөспірім жақын қарым-қатынас туралы сұрақ қояды, ал ата-ана өзін ыңғайсыз сезінеді.

Кеңес: Сабырлы болу. Шынайы әрі түсінікті жауап беру. Жауапкершіліктің маңызын атап өту.

Қорытынды: Шынайы әрі сенімді қарым-қатынас сенімділікті нығайтады және мәселені шешуге көмектеседі.

IV. Қорытынды (10 минут) Жасөспірімнің репродуктивтік денсаулығы - бұл бір реттік әңгіме емес, тұрақты қарым-қатынас пен сенім процесі. Жасөспірім жауапты шешім қабылдауды, қауіп-қатерден сақтануды және өз болашағына саналы көзқараспен қарауды үйренеді.

Рефлексия. «Келісімге келу»

Ата-аналар 1–2 әрекетті тұжырымдайды: «Мен енді былай істеймін...»

9 – сыныпқа арналған ата – аналар жиналысы

Тақырыбы: «Қолайсыз орта жағдайында эмоционалдық тұрақтылықты қалай сақтауға болады»

Өткізу мерзімі: қыркүйек айы

Мақсаты: Ата-аналарға жасөспірімнің эмоционалдық күйзеліс пен қолайсыз орта жағдайларында психологиялық тұрақтылығын сақтауға қолдау көрсету дағдыларын қалыптастыру.

Күтілетін нәтижелер:

1. Қолайсыз орта жағдайында жасөспірімдердің мазасыздығы мен эмоционалдық күйзелісінің себептерін түсіну;
2. Қиын өмірлік жағдайларда баланың эмоционалдық тұрақтылығын сақтауға қолдау көрсете алу;
3. Отбасында сенімді қарым-қатынас орнату және күйзеліс деңгейін төмендету дағдыларын қалыптастыру.

Ресурстар: интерактивті тақта, чек-парақтар, жағдайлар жазылған карточка.

Ұзақтығы: 60 минут.

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе

1.1. Мини-дәріс

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім

3.1. «Қолдаушы диалог» жаттығуы

3.2. «Стресске қарсы қоржын» топтық жаттығуы

IV. Қорытынды. Рефлексия

Өткізу барысы

I. Кіріспе. Сәлемдесу. Тақырыптың өзектілігі (5 минут)

Жасөспірімдік кезең — эмоционалдық сезімталдық жоғарылап, қоршаған ортаның ықпалы күшейетін кезең. Қақтығыстар, күйзеліс, достар тарапынан болатын қысым, жағымсыз ақпараттар мен тұрақсыз эмоционалдық орта жасөспірімнің мазасыздануына, ашулануына және өзіне деген сенімсіздіктің қалыптасуына әсер етуі мүмкін. Осындай жағдайда отбасының қолдауы баланың эмоционалдық тұрақтылығы, өзіне деген сенімділігін және қауіпсіздік сезімін сақтауға көмектеседі.

II. Негізгі бөлім (10 минут)

2.1. *Мини-дәріс.* Қолайсыз орта жағдайында жасөспірімдер эмоционалдық қысымға, жалғыздық сезіміне, мазасыздыққа және ішкі күйзелістерге тап болуы мүмкін. Мұндай ортадағы теріс ықпал, ақпараттың шамадан тыс көптігі, достарымен немесе ересектермен болатын жанжалдар баланың мінез-құлқына және эмоционалдық жағдайына әсер етеді. Эмоционалдық қысым әртүрлі түрде байқалуы мүмкін: тітіркенгіштік, тұйықтық, мотивацияның төмендеуі, мазасыздық, тез шаршау, қарым-қатынастағы қиындықтар. Бұл белгілер жасөспірімнің күнделікті өміріне әсер етіп, оның ішкі тепе-теңдігін бұзуы ықтимал. Осындай кезеңде - отбасында жайлы, әрі сенімді атмосфераны сақтау. Жасөспірімді қысымсыз және сынсыз қолдау, оның эмоционалдық

жағдайын байқау, сезімдерін қауіпсіз жеткізуге көмектесу және ересектердің қолдауына сенімділігін нығайту қажет. Ата-ананың уақытылы қолдауы жасөспірімнің мазасыздық деңгейін төмендетіп, оның эмоционалдық тұрақтылығын сақтауға көмектеседі.

III. Практикалық бөлім (20 минут)

3.1. «Қолдаушы диалог» жаттығуы (10 минут)

Жұмыс форматы: рөлдермен алмасу арқылы жүргізілетін жұптық жұмыс.

Нұсқаулық. «Жасөспірім» өз сезімдері туралы айтады: «Мені ешкім түсінбейді»; «Күнделікті маған түсетін қысымнан шаршап кеттім»; «Эмоцияларымды басқару маған қиын». «Ата-ана» болған жағдайларды түсінуге тырысып, қолдау мақсатында: белсенді тыңдап, сабырлы үнмен, қолдау сөздер айтып, нақты сұрақтар қояды. Қолдау мақсатында: «Мен саған қиын екенін сезіп тұрмын»; «Өз уайымың, өз сезімің жайлы маған айта берсең болады»; «Енді осы жағдайдан қалай шығуға болады, соны ойланайық»; «Мен сенің жаныңдамын, әрдайым қолдаймын».

3–5 минуттан кейін қатысушылар өз рөлдерімен ауысады.

Талқылау. Қолдауды сезінуге сізге не көмектесті? Қандай сөздер сіздің бойыңыздағы мазасыздықты азайтты? Сынамай, ақыл айтпай тыңдау қиын болды ма? «Жасөспірім» әңгіме барысында не сезінді?

Қорытынды: Қолдауға негізделген әңгіме жасөспірімнің өзін қауіпсіз сезінуіне көмектеседі, эмоционалдық күйзелісті төмендетеді және бала мен ата-ана арасындағы сенімді қарым-қатынасты нығайтады.

3.2. «Күйзеліске қарсы қоржын» топтық жаттығуы (15 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналар 3 топқа бөлінеді. Әр топ қолайсыз орта жағдайында жасөспірімнің эмоционалдық тепе-теңдігін сақтауға көмектесетін тәсілдердің тізімін құрастырады: күн тәртібі; демалыс және ұйқы; физикалық белсенділік; отбасылық қолдау; хобби және назарды басқа жаққа бағыттай алу; босаңсу тәсілдері; жағымды қарым-қатынас;

жағымсыз ақпараттардың әсерін шектеу. Тапсырма аяқталғаннан кейін топтар өзара пікір алмасып, бір-бірінің ойларын толықтырады. Әр топ қатысушысы жұмыс нәтижесін қысқаша таныстырады.

Қорытынды: Жасөспірімнің эмоционалдық тұрақтылығы тек сыртқы жағдайларға ғана емес, сонымен қатар отбасындағы қолдау, сенім және эмоционалдық қауіпсіздік атмосферасына да байланысты.

IV. Қорытынды (5 минут)

Жасөспірімдік кезең - өзгерістер мен эмоционалдық толқуларға толы күрделі уақыт. Қолайсыз орта жағдайында баланың отбасы тарапынан қолдау, қабылдау және көңіл бөлінуді сезінуі ерекше маңызды. Сенімді қарым-қатынас, ата-ананың эмоционалдық тұрақтылығы және қауіпсіз орта жасөспірімге өмірлік қиындықтарды жеңілірек еңсеруге көмектеседі.

Рефлексия. (5 минут) Педагог ата-аналарға келесі сұрақтарға жауап беруді ұсынады: Қиын кезеңдерде мен өз эмоционалдық тұрақтылығымды сақтауға не көмектесті? Баламен қарым-қатынаста мен қандай қолдау тәсілдерін қолданамын? Жасөспірімнің мазасыздық деңгейін төмендету үшін отбасындағы қарым-қатынаста нені өзгерте аламын? Қиын жағдайларда балаға тірек бола алатын қандай қолдау сөздері мен отбасылық құндылықтар бар?

9 – сыныпқа арналған ата – аналар жиналысы

Тақырыбы: «Жасөспірімнің таңдау жасау жауапкершілігі»

Өткізу мерзімі: мамыр айы

Мақсаты: ата-аналарда жасөспірімнің өз шешімдері үшін жауапкершілік алуының маңыздылығы және оның жеке қауіпсіздігіне әсері туралы түсінік қалыптастыру..

Күтілетін нәтижелер:

1. Ата-аналар жасөспірімдердің шешім қабылдау кезіндегі жас ерекшеліктерін түсінеді;
2. Ата-аналар жасөспірімнің жауапты мінез-құлқын қалыптастырудағы отбасының рөлін ұғынады;
3. Ата-аналар сенімді қарым-қатынас орнату және қауіп-қатерлі мінез-құлықтың алдын алу дағдыларын меңгереді.

Ресурстар: интерактивті тақта, чек-парақтар, жағдаяттар жазылған карточка.

Ұзақтығы: 60 минут.

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе. Сәлемдесу. Тақырыптың өзектілігі.

1.1. Ми шабуылы

II. Негізгі бөлім

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім

3.1. «Жауапты таңдау» жаттығуы

3.2. «Қауіпсіз шешім» топтық жұмысы

IV. Қорытынды. Рефлексия

Өткізу барысы

I. Кіріспе. Сәлемдесу. Тақырыптың өзектілігі. (5 минут)

Жасөспірімдік кезең – баланың қарқынды дамып, дербестікке ұмтылатын және өз өміріне қатысты алғашқы маңызды шешімдерді қабылдай бастайтын жауапты кезең. Бұл уақытта эмоционалдық тұрақсыздық, қатарластарының ықпалы және өзін дәлелдеу қажеттілігі жасөспірімнің кейбір шешімдерді толық ойланбай қабылдауына әсер етуі мүмкін. Сондықтан отбасындағы қолдау, сенімді қарым-қатынас және

ересектердің бағыт-бағдары жасөспірімнің жауапкершілік сезімін қалыптастыруда маңызды рөл атқарады.

Ми шабуылы. (10 минут).

Сұрақ: «Қазіргі таңда жасөспірімдер қандай шешімдерді өз бетінше қабылдайды?» Ата-аналар өз ойларымен бөліседі.

Күтілетін жауаптар: сабақтан кейін қайда бару, кіммен араласу, интернетте не жариялау, қақтығыс жағдайында қалай әрекет ету, қайда жүргені туралы ата-анасына хабарлау немесе хабарламау, қауіпті әрекеттерге қатысу-қатыспау, интернеттегі бейтаныс адамдарға сену-сенбеу.

Қорытынды: Көріп отырғанымыздай, жасөспірім күнделікті өмірде әртүрлі маңызды шешімдер қабылдайды. Алайда ол әрдайым өз шешімінің салдарын дұрыс бағалай ала ма?

а. II. Негізгі бөлім(10 минут)

2.1. Мини-дәріс

9-сыныпта жасөспірімдер күнделікті өмірде түрлі таңдау жағдайларымен жиі кездеседі: достар ортасындағы қарым-қатынас, интернетті пайдалану, қауіпсіздік ережелерін сақтау, оқу процесіне көзқарас және өз денсаулығына жауапкершілік. Кейде бұл шешімдер эмоцияның әсерімен немесе айналадағы адамдардың пікіріне еріп, ойланбай қабылдануы мүмкін. Мұндай жағдайлар қақтығыстарға, қауіпті әрекеттерге немесе жасөспірімнің эмоционалдық, әрі физикалық жағдайына кері әсер ететін салдарға әкелуі ықтимал.

Бұл кезеңде ата-ананың жасөспіріммен бірге оның әрекеттерінің ықтимал салдарын талқылауы, дербес әрі жауапты таңдау жасау дағдыларын қалыптастыруы, сенімді қарым-қатынасты сақтауы, қауіпті ұсыныстарға «жоқ» деп айтуды үйретуі, жауапты мінез-құлықтың үлгісін өз іс-әрекеті арқылы көрсетуі маңызды.

Ата-ананың қолдауы жасөспірімге өзіне сенімді болуға және қауіпсіз, саналы шешім қабылдауға мүмкіндік береді.

III. Практикалық бөлім(20 минут)

3.1. «Жауапты таңдау» жаттығуы (10 минут)

Жұмыс форматы: рөлдермен алмасу арқылы жүргізілетін жұптық жұмыс.

Нұсқаулық: «Жасөспірім» болған жағдайды баяндайды: «Достарым маған ережені бұз деді»; «Топтық қысымнан маған бас тарту қиын»; «Қалай дұрыс әрекет ету керектігін білмеймін».

«Ата-ана» болған жағдайларды түсінуге тырысып, белсенді тыңдап, сабырлы үнмен, қолдау сөздерін айтады және нақты сұрақтар қояды. Қолдау мақсатында: «Сенің ойыңша бұл қандай нәтижеге әкелуі мүмкін?»; «Қауіпсіз шешім қабылдауға не көмектеседі?»; «Мен саған қиын екенін түсініп тұрмын»; «Не істеу керек екенін бірге ойланайық». 3–5 минуттан кейін қатысушылар өз рөлдерімен ауысады.

Талқылау: Сенімді әңгіме орнатуға не көмектесті? Қандай сөздер қолдау сезімін күшейтті? Сын мен қысымнан аулақ болу қиын болды ма? Әңгіме барысында «жасөспірім» қандай күйде болды?

Қорытынды: Жағдаяттарды сабырлы түрде талқылау жасөспірімге өз шешімдерінің салдарын түсінуге көмектеседі және жеке қауіпсіздікке жауапты көзқарасты қалыптастырады.

3.2. «Қауіпсіз шешім» топтық жұмысы (15 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналар 3 топқа бөлінеді. Әр топқа жасөспірімнің таңдауына байланысты жағдаят беріледі: достар тарапынан қысым, интернеттегі қауіпті әрекеттер, қауіпсіздік ережелерін бұзу, қақтығыс жағдайлары.

Топтың міндеті: жағдайға байланысты мүмкін болатын қауіптерді анықтау; қауіпсіз шешім жолдарын ұсыну; ата-ананың қандай қолдау

көрсете алатынын талқылау. Талқылаудан кейін әр топ қатысушысы жұмыс нәтижесін қысқаша таныстырады.

Қорытынды: Жауапкершілік пен қауіпсіз мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру тек ересектердің қолдауымен, сенімді қарым-қатынас жағдайында және күрделі жағдайларды бірлесіп талқылау арқылы жүзеге асады.

IV. Қорытынды (5 минут)

Жасөспірімдік кезең – дербестік пен өмірлік құндылықтар қалыптасатын маңызды уақыт. Бұл кезеңде баланың жанында қолдау көрсетуге, іс-әрекеттердің салдарын түсіндіруге және қауіпсіз таңдау жасауға көмектесу үшін ересектердің болуы өте маңызды. Ата-ананың сенімі, құрметі және назары жасөспірімнің жауапкершілігін арттырып, өзіне деген сенімділігін нығайтады.

Рефлексия (5 минут)

Педагог ата-аналарға келесі сұрақтарға жауап беруді ұсынады:

- Менің жасөспірім кезімде жауапты шешім қабылдауда қандай өмірлік ережелер көмектесті?
- Баламның қауіпсіз таңдау жасауды үйренуіне мен қалай көмектесе аламын?
- Қандай отбасылық құндылықтар жауапкершілікті қалыптастыруға ықпал етеді?
- Қиын жағдайда жасөспірімнің көмек сұрауына қандай қолдау сөздері әсер етеді?

10 – сыныпқа арналған ата – аналар жиналысы

Тақырыбы: «Жасөспірімге қиын кезеңдер мен дағдарыстық жағдайларды жеңуге қалай көмектесу керек»

Өткізу мерзімі: қыркүйек айы

Мақсаты: ата-аналардың жасөспірімге дағдарыстық жағдайларда қолдау көрсету дағдыларын қалыптастыру.

Күтілетін нәтижелер:

- Жасөспірімнің эмоционалдық жағдайын және оның қажеттіліктерін түсіну;
- Жасөспіріммен сенімді қарым-қатынас орнату және оны сақтай білу;
- Қиын жағдайларда баланы тыңдауға және қолдау көрсетуге дайын болу.

Ресурстар: интерактивті тақта, чек-парақтар.

Ұзақтығы: 60 минут.

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе.

1.1. Мини-дәріс

II. Негізгі бөлім.

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім.

3.1. «Белсенді тыңдау» жаттығуы

3.2. «Ресурстар қоржыны» жаттығуы

IV. Қорытынды. Рефлексия.

Өткізу барысы

I. Кіріспе. Сәлемдесу. Тақырыптың өзектілігі. (5 минут)

1) Жасөспірімдік кезең - өзгерістер мен эмоционалдық уайымдарға толы күрделі кезең. Ата-ананың қолдауы, назары және сенімі жасөспірімге қиындықтарды жеңіл еңсеруге және өзін сенімді сезінуге көмектеседі.

II. Негізгі бөлім. (10 минут)

1.1. *Мини-дәріс.* Жоғары сыныптарда жасөспірімдер оқу, қарым-қатынас және өзін-өзі анықтау салаларындағы қиындықтарды өте ауыр қабылдауы мүмкін. Ересектердің қолдауы, баланың сезімдеріне көңіл бөлу және

сенімді әңгіме эмоционалдық шиеленісті азайтуға және қиын жағдаймен күресу жолдарын табуға көмектеседі.

III. Практикалық бөлім. (20 минут)

3.1. «Белсенді тыңдау» жаттығуы

Форматы: жұппен жұмыс, кейін рөлдерді ауыстыру.

Нұсқаулық: Қатысушылар жұптарға бөлінеді. Біреуі – «жасөспірім», екіншісі – «ата-ана» рөлін орындайды. «Жасөспірім» 2–3 минут бойы өзін мазалап жүрген жағдай туралы әңгімелейді. Мысалы: «Мен соңғы кезде қатты шаршап жүрмін», «Мені ешкім түсінбейтін сияқты», «Сабақ пен қысымнан шаршадым», «Қолымнан ештеңе келмейтіндей сезінемін».

«Ата-ананың» міндеті – бірден ақыл айтпау, сынамау немесе мәселені тез шешуге тырыспау. Оның негізгі мақсаты – жасөспірімді мұқият тыңдап, оны түсінуге тырысу. Әңгіме барысында «ата-ана» белсенді тыңдау тәсілдерін қолданады: эхо («Саған қазір бәрі қиын болып жүрген сияқты ма?»), эмпатия («Саған қазір оңай емес екенін түсініп тұрмын»), парафраз («Сен шаршап әрі көңілің түсіп жүрген сияқтысың»), нақтылаушы сұрақтар («Сені нақты не көбірек алаңдатады?», «Бұл жағдай қашаннан бері болып жүр?»).

3–5 минуттан кейін қатысушылар рөлдерімен ауысады.

Талқылау сұрақтары: Қай рөлде болу қиын болды: сөйлесу ме, әлде тыңдау ма? Бірден кеңес бермей, тек тыңдау оңай болды ма? Қандай сөздер қолдау сезімін тудырды? «Жасөспірім» рөліндегі адам өзін қалай сезінді? Тыңдалған кезде көңіл күй өзгерді ме?

Қорытынды: Белсенді тыңдау жасөспірімнің эмоциялық кернеуін азайтып, оның өзін түсінілген әрі қауіпсіз сезінуіне көмектеседі. Мұндай қарым-қатынас ата-ана мен бала арасындағы сенімді нығайтып, қиын жағдайларда қолдау көрсетуге мүмкіндік береді.

3.2. «Ресурстар қоржыны» топтық жұмысы (15 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналар 3 топқа бөлінеді. Әр топ «Бала ресурстары» сызбасын толтырады (белсенділік, қарым-қатынас, хобби, демалыс және т.б.), күйзелістен кейін қалпына келу тәсілдерін жазады. Содан кейін топтар бір-бірінің сызбаларын кезекпен толықтырады. Жұмыс соңында әр топ өкілі қысқаша нәтижені таныстырады.

Қорытынды: ата-ананың қолдауы жасөспірімге қиын жағдайларды жеңілірек еңсеруге және эмоционалдық тепе-теңдікті сақтауға көмектеседі.

IV. Қорытынды. (5 минут). Жасөспірімдік кезең - бұл сезімталдық пен өзгерістер уақыты, мұнда ересектердің қолдауы мен қабылдауы аса маңызды. Күрделі эмоционалдық кезеңдер - ересек болу процесінің табиғи бөлігі. Сенім, назар және қауіпсіз орта жасөспірімнің тұрақты, әрі өзіне сенімді болуына көмектеседі.

Рефлексия. (5 минут) Педагог келесі сұрақтарға жауап беруді ұсынады: Балалық шағымда қиын кезеңдерді маған не жеңілдетті? Сол тәжірибеден балама не ұсына аламын? Осы кезеңде баламды қолдайтын қандай өмірлік ұстаным болуы мүмкін?

10 – сыныпқа арналған ата – аналар жиналысы

Тақырыбы: «Жасөспірімді деструктивті мінез-құлықтан қалай қорғауға болады»

Өткізу мерзімі: мамыр айы

Мақсаты: ата-аналарда жасөспірімдердің деструктивті мінез-құлқының алдын алу және олардың психологиялық әл-ауқатын қолдау жолдары туралы түсінік қалыптастыру.

Күтілетін нәтижелер:

1. Баланың психикасына теріс әсер ететін факторларды түсіну;
2. Баланың өмірлік кеңістігіндегі осал тұстарды анықтау;

3. Жасөспірімде денсаулыққа зиян келтіретін ойлар мен әрекеттерге қарсы психологиялық иммунитетті нығайту.

Ресурстар: интерактивті тақта, чек-парақтар.

Ұзақтығы: 60 минут.

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе.

II. Негізгі бөлім.

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім.

3.1. «Тартылу белгілері» топтық жұмысы

3.2. «Сенімді диалог» жаттығуы

IV. Қорытынды. Рефлексия.

Өткізу барысы

I. Кіріспе. Сәлемдесу. Тақырыптың өзектілігі. (5 минут)

Жасөспірімдер көбінесе жағымсыз ақпараттың әсеріне және эмоционалдық қиындықтарға тап болады. Отбасының қолдауы, сенімді қарым-қатынас және баланың жағдайына назар аудару қауіпті және деструктивті мінез-құлықтың алдын алуға көмектеседі.

II. Негізгі бөлім. (10 минут)

2.1. *Мини-дәріс.* Неліктен жасөспірімдер деструктивті мінез-құлыққа бейім болады? Көп жағдайда мұндай әрекеттердің негізінде қабылдануға, өзін көрсетуге, қолдау мен түсіністікке деген қажеттілік жатады. Кейбір жасөспірімдер қиын эмоциялардан немесе шынайы өмірдегі мәселелерден уақытша алыстауға тырысады.

Жасөспірім кезеңінде бала өз орнын табуға, айналасындағылардың мойындауын сезінуге ұмтылады. Алайда бұл жаста эмоциялар тұрақсыз болып, шешім қабылдау дағдылары әлі толық қалыптаса қоймайды.

Сондықтан жасөспірімдер кейде салдарын толық ойламай, тез әсер беретін немесе қауіпті әрекеттерге баруы мүмкін.

Егер жасөспірім өз мәселесін ашық айта алмаса, қолдау сезінбесе немесе өзін жалғыз сезінсе, бұл деструктивті мінез-құлық қаупін арттыруы мүмкін. Сондықтан ата-ананың қолдауы, сенімді қарым-қатынас және эмоционалдық қауіпсіз орта ерекше маңызды.

III. Практикалық бөлім.

3.1. «Алаңдататын белгілер» топтық жұмысы(15 минут)

Нұсқаулық. Ата-аналар 3 топқа бөлінеді. Әр топ миға шабуыл әдісі арқылы жасөспірімнің мінез-құлқындағы алаңдататын белгілердің тізімін құрастырады. Бұл белгілер баланың эмоционалдық әл-ауқатының төмендеуін, қауіпті мінез-құлыққа бейім болуын немесе психоактивті заттарды (ПАВ) қолдану қаупін көрсетуі мүмкін.

Әр топ өз жұмысының нәтижесін таныстырып, жасөспірімнің мінез-құлқындағы ең маңызды және алаңдататын белгілерді атап көрсетеді.

Қорытынды: Жасөспірімнің мінез-құлқындағы өзгерістерге дер кезінде назар аударып, оған қолдау көрсету маңызды. Тек бақылау жасау жеткіліксіз, ата-ананың баланың өміріне шынайы қызығушылық танытып, сенімді әрі ашық қарым-қатынас орнатуы ерекше рөл атқарады.

«Сенімді диалог» жаттығуы (15 минут)

Нұсқаулық. Ата-аналар топтарға бөлінеді. Әр топта қатысушыларға келесі рөлдер беріледі: «А» – ата-ана рөлінде сұрақ қояды; «Б» – жасөспірім рөлінде жауап береді; «С» – бақылаушы, диалог барысын қадағалап, қандай сөздер қолдау сезімін тудырғанын немесе керісінше қарсылық шақырғанын белгілейді.

Әр топқа жасөспірімнің деструктивті мінез-құлқына байланысты жағдаят ұсынылады. Мысалы:

1. Жасөспірім соңғы уақытта үйден жиі кетіп қалатын болды;

2. Бала агрессивті сөйлеп, жанжалға жиі араласа бастады;
3. Жасөспірім күмәнді ортадағы адамдармен араласатын болды;
4. Бала темекі, алкоголь немесе басқа зиянды заттарға қызығушылық таныта бастады;
5. Жасөспірім сабақтан қашып, бұрын қызыққан істеріне немқұрайлы қарай бастады;
6. Әлеуметтік желілерде қауіпті немесе агрессивті контентке қызығушылық білдіреді;
7. Үйдегі ережелерге қарсы шығып, тәуекелді әрекеттер жасауға бейім бола бастады.

«А» рөліндегі қатысушы жасөспіріммен сенімді диалог құруға тырысып, ашық әрі қолдаушы сұрақтар қояды: «Соңғы кезде өзінді қалай сезініп жүрсің?», «Сені не мазалайды?», «Мен саған қалай көмектесе аламын?». «Б» рөліндегі қатысушы жасөспірімнің атынан жауап береді. «С» рөліндегі бақылаушы диалог барысында қолдау сезімін тудырған және қысым немесе қарсылық шақырған сөздерді белгілейді. 3–4 минуттан кейін қатысушылар рөлдерімен ауысады.

Қорытынды: Ашық, сабырлы және құрметке негізделген қарым-қатынас жасөспірімді жақсырақ түсінуге көмектеседі. Сенімді диалог баланың қауіпсіздігін бақылауға және деструктивті мінез-құлықтың алдын алуға ықпал етеді.

IV. Қорытынды.

Рефлексия. Жасөспірім кезеңінде ата-ананың қолдауы, сенімді қарым-қатынасы және баланың өміріне шынайы қызығушылық танытуы ерекше маңызды. Деструктивті мінез-құлықтың алдын алуда бақылаудан бұрын түсіну, тыңдай білу және қауіпсіз эмоционалдық орта қалыптастыру үлкен рөл атқарады. Ашық диалог пен қолдау жасөспірімге қиын жағдайларды жеңіл еңсеруге және қауіпсіз мінез-құлық қалыптастыруға көмектеседі.

Рефлексия. Ата-аналар келесі сұрақтарға жауап береді:

- Бүгінгі кездесуден өзіме қандай пайдалы ой немесе тәжірибе алдым?
- Жасөспіріммен қарым-қатынаста нені өзгерту немесе дамыту маңызды деп ойлаймын?
- Қандай мәселелер туралы әлі де тереңірек ойланып, түсінгім келеді??

11 – сыныпқа арналған ата – аналар жиналысы

Тақырыбы: «Бітіруші түлектердің психологиялық әл-ауқаты: алаңдататын белгілер және қолдау көрсету жолдары»

Өткізу мерзімі: қыркүйек айы

Мақсаты: Ата-аналардың жасөспірімнің психологиялық әл-ауқатын қолдау бойынша құзыреттілігін арттыру (емтиханға дайындық және тапсыру кезеңі)

Күтілетін нәтижелер:

1. Баланы тесттер мен емтихандарға байланысты күйзеліс жағдайларына алдын ала дайындаудың маңызын түсіну;
2. Баланың эмоционалдық жағдайына жағымды әсер етудің тәсілдерін меңгеру;
3. Қандай нәтиже болса да, баланы қолдауға дайын болу және жағымды ойлауды көрсету.

Ресурстар: интерактивті тақта, чек-парақтар, ата-аналарға жадынама.

Қосымша. Чек-парақтар «18 жасқа дейін меңгеруге тиіс 10 дағды» чек-парағы

Ұзақтығы: 60 минут.

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе. Тақырыптың өзектілігі.

1.1. Мини-дәріс

II. Негізгі бөлім.

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім.

3.1. «Мазасыздық белгілері» топтық жұмысы

3.2. «Дағдарыс жағдайында ата-ананың әрекет ету алгоритмі» топтық жұмысы

IV. Қорытынды. Рефлексия.

Өткізу барысы

I. Кіріспе. (5 минуты)

1.1. **Негізгі тезистер:** «Ешқандай баға мен ұпай баланың өмірінен қымбат емес». «Баға, ұпай маңызды, бірақ баланың өзінен маңызды емес». ҰБТ - өмірдің соңы емес, ұзақ оқу жолындағы кезекті кезеңдердің бірі.

Ата-ананың міндеті — балаға қолдау көрсету, оның уайымын азайту, артық қысым жасамау және қандай нәтиже болса да, оның қадірі мен құндылығы өзгермейтінін түсіндіру.

II. Негізгі бөлім. (10 минут)

2.1. *Мини-дәріс.* Емтиханға дайындық кезеңі жоғары күйзеліспен қатар жүреді, күту мен қорқыныш баланың мазасыздығын күшейтуі мүмкін. Бұл жерде қалыпты толқу мен шамадан тыс уайымды ажырата білу маңызды. Аздап қобалжу баланың өзін дер кезінде жинауына көмектессе, шамадан тыс мазасыздық баланы әлсіретіп, оқуына кедергі келтіреді. Ол ашушандық, немқұрайлық, ұйқының бұзылуы сияқты белгілер арқылы байқалуы мүмкін.

Ата-ананың міндеті - жасөспірімнің көңіл күйін байқау, оған қосымша қысым түсірмеу және үйде тыныш, сенімді орта қалыптастыру.

III. Практикалық бөлім.

3.1. «Назар аудару қажет белгілер» топтық жұмысы (20 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналар үш топқа бөлінеді. Әр топқа жағдаят пен тапсырма ұсынылады.

Тапсырма: Баланың мазасыздығын азайтуға көмектесетін ата-ананың нақты әрекеттерін талқылап, ұсыну.

1-топ. «Емтихан алдындағы үрей»

Жағдаят. Жасөспірім: «Мен ештеңе тапсыра алмаймын, тапсырсам да бәрібір сәтсіз тапсырамын», - деп дайындалудан бас тартады, қатты уайымдайды, жылауы мүмкін. Мазасыздықты азайту үшін қандай сөздер мен әрекеттер көмектеседі? Қандай сөздерді мүлде айтуға болмайды? Баланың өз күшіне деген сенімін қалай қайтаруға болады?

2-топ. «Нашар нәтиже болған жағдайда»

Жағдаят. 11-сынып оқушысы А. ҰБТ нәтижесін біліп, күткен ұпайдан әлдеқайда төмен нәтиже алады. Ол жыл бойы дайындалған, ата-анасы мен мұғалімдері үлкен үміт артқан. Ата-анасы жұмыстан келгенге дейін А. көп мөлшерде дәрі ішіп қойған. Үйге келген ата-анасы хат пен ес-түссіз жатқан қызын көріп, жедел жәрдем шақырып, аман алып қалады. Хаттағы сөздер: «Мен ешкімнің үмітін ақтамадым...»

3-топ. «Бала әңгімеден қашса»

Жағдаят. Жасөспірім: «Маған бәрібір», - деп дайындықты кейінге қалдырады, көп уақытын телефонмен өткізеді, әңгімеден қашқақтайды.

Мұның артында мазасыздық тұрғанын қалай түсінуге болады? Әңгімені жанжалсыз қалай бастауға болады? Баланы дайындыққа тартуға қандай қадамдар көмектеседі?

Қорытынды: Ата-ананың шамадан тыс бақылауы мен қысымы жасөспірімнің күйзелісін күшейтеді. Суицидтік әрекеттің алдын алу және мазасыздықты азайту үшін эмоционалдық қолдау, ересектің сабырлылығы, шынайы күтілімдер және емтиханға дайындықты дұрыс ұйымдастыруға көмектесу маңызды.

3.2. «Дағдарыс жағдайында ата-ананың әрекет ету алгоритмі» топтық жұмысы (15 минут)

Нұсқаулық. Ата-аналар үш топқа бөлініп жұмыс істейді. Әр топ қағаз бетіне өз әрекет алгоритмін жазады.

Тапсырма: ҰБТ нәтижесі шықты: сіздің балаңыз толық ұпай санын жинай алмады. Мұндай жағдайда ата-ана не істеуі керек? Өз әрекет ету алгоритмдеріңізді сипаттаңыздар:

- алғашқы реакция (алғашқы минуттар);
- бірінші күні баламен қалай сөйлесу керек;
- екінші және үшінші күні қандай әрекет жасау қажет.

Әр топтың өкілі жұмыс нәтижесін таныстырады. Талқылау жүргізіледі. Топтардың таныстырылымынан кейін педагог ата-аналардың әрекет ету алгоритмін түсіндіріп ұсынады (ЧЕК-ПАРАҚ №3).

IV. Қорытынды. (5 минут).

Ата-аналар келесі сұрақтарға жауап береді:

- Мен өзіммен бірге қандай пайдалы тәжірибе алдым және оны алдағы уақытта қалай қолданамын?
- Маған қызықты болғанымен, әлі де ой елегінен өткізу қажет қандай мәселелер бар?
- Маған қажетсіз немесе артық болып көрінген қандай ақпарат болды?

11 – сыныпқа арналған ата – аналар жиналысы

Тақырыбы: «Жасөспірімді ересек өмірге қалай дайындауға болады»

Өткізу мерзімі: мамыр айы

Мақсаты: Ата-аналарға жасөспірімнің өз бетінше шешім қабылдауына, жауапкершілік алуына және ересек өмірге біртіндеп бейімделуіне қолдау көрсету жолдарын түсіндіру.

Күтілетін нәтижелер:

1. Баланың өз бетінше әрекет етуіне мүмкіндік берудің маңызын түсіну;

2. Балаға шамадан тыс бақылау жасауды азайту;
3. Кейбір міндеттер мен жауапкершіліктерді балаға тапсыра білу;
3. Баламен сенімді қарым-қатынас орнатып, оған қолдау көрсетуге дайын болу.

Ресурстар: интерактивті тақта, чек-парақтар, ата-аналарға арналған жадынама

Қосымша. «18 жасқа дейін меңгеруге тиіс 10 дағды» атты таратпа материалдар

Ұзақтығы: 60 минут.

Жиналысты өткізу жоспары

I. Кіріспе.

1.1. Мини-дәріс

II. Негізгі бөлім.

2.1. Мини-дәріс

III. Практикалық бөлім.

3.1. «Балаңыз дербес болуға дайын ба?» жаттығуы

3.2. «Мен баламды қаншалықты жақсы білемін?» жаттығуы

IV. Қорытынды. Рефлексия.

Өткізу барысы

I. Кіріспе. *Мини-дәріс: «Қазіргі кезде ересек қандай болуы керек?» (10 минут)*

1.1. Сәлемдесу және тақырыптың өзектілігі. Жасөспірімдік кезең - өз бетінше әрекет етуге өтудің маңызды кезеңі. Бұл уақытта балада сенімсіздік, қателесуден қорқу сияқты сезімдер жиі байқалады. Қазіргі таңда ересек болу тек біліммен өлшенбейді. Ересек адам - шешім қабылдай алатын, өз әрекетіне жауап беретін және өз өмірін ұйымдастыра білетін тұлға. Сондықтан ата-ананың міндеті - тек бақылау жасаумен шектелмей, баланы қолдап, жауапкершілікті біртіндеп өзіне тапсыру.

II. Негізгі бөлім.

2.1. Мини-дәріс. «Дербестіктің үш негізі» (негізгі тезистер):

– *Тұрмыстық дербестік*: өзіне-өзі қызмет көрсете білу, күнделікті міндеттерді еске салусыз орындау.

– *Эмоционалдық интеллект*: сәтсіздіктерді қабылдай білу, өз шешіміне жауапкершілік алу және өз эмоциясын реттей алу.

– *Қаржылық сауаттылық*: заттардың құнын түсіну, қаражатты жоспарлы түрде пайдалану.

Қорытынды: Бала ата-анасы тек бақылап қоймай, қолдау көрсетіп, кеңес беріп, сенім артқанда жауапкершілігі артып, өзіне сенімді бола түседі.

III. Практикалық бөлім.

3.1. «Балаңыз дербес болуға дайын ба?» жаттығуы (30 минут)

Нұсқаулық: Ата-аналар 3 топқа бөлінеді. Әр топқа жасөспірімнің өмірлік жағдайлары ұсынылады: мектепке өзі дайындалу; қаржыны басқару; өз бөлмесінде тазалықты сақтау; уақытын жоспарлау; үйірмеге немесе секцияға жазылу; киімді өзі таңдау; үй шаруасындағы міндеттерді орындау; ересектердің көмегінсіз шағын шешімдер қабылдау.

Талқылауға арналған сұрақтар: Бала қандай әрекеттерді өздігінен орындай алады? Қай жағдайларда оған әлі де ата-ананың қолдауы қажет? Ата-аналарға балаға көбірек сенуге не кедергі?

Қорытынды: Дербес болу біртіндеп қалыптасады. Ата-ана балаға сенім артып, қолдау көрсеткен сайын ол өзіне сенімді әрі жауапты бола түседі.

«Мен баламды қанишалықты жақсы білемін?» жаттығуы

Нұсқаулық: Ата-аналарға сөйлемдерді жалғастыру ұсынылады:

1. Бос уақытында менің балам көбіне...
2. Ол адамдармен / техникамен / шығармашылықпен жұмыс істегенді ұнатады, себебі...
3. Менің баламның күшті жағы...

4. Менің ойымша, болашақта ол өзін мына салада жүзеге асыра алады...

Талқылау сұрағы: «Сіздің пікіріңіз баланың өз қалауымен сәйкес келе ме?»

Қорытынды: Мамандық таңдауда ата-ананың күткен үмітін ғана емес, жасөспірімнің қызығушылығы, қабілеті және жеке таңдауын ескеру маңызды.

IV. Қорытынды. (10 минут) Ересек болуға ұмтылу баланың біртіндеп өз бетінше өмір сүруге үйрену үдерісі. Бұл кезеңде ол шешім қабылдауды, өз ісінің салдарын түсінуді және жауапкершілік алуды үйренеді. Ата-ананың міндеті - баланы үнемі бақылауда ұстау емес, керісінше оған біртіндеп дербестік беріп, қолдау көрсету.

Рефлексия. Ата-аналар өз ойларын қорытындылап, сөйлемдерді аяқтап жазады: «Енді мен балама ... көбірек еркіндік беремін», «Алдағы уақытта мен ... өзгертемін / бастаймын».

№ 1 ЧЕК-ПАРАҚ

Ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынасты бағалау сауалнамасы

Құрметті _____ сынып оқушысының ата-анасы!

Балаңызбен қарым-қатынаста төменде берілген білімдер мен дағдыларды қаншалықты меңгергеніңізді және қолданатыныңызды бағалаңыз.

Қыркүйек айына арналған сауалнама (кіріспе)

Сұрақтар	Келіспеймін	Кейде келісемін	Негізінен келісемін	Толықтай келісемін
1. Мен баламның мінез-құлқының себептерін түсіне аламын.				

2. Баламмен қарым-қатынаста туындайтын күрделі жағдайларды шеше аламын.				
3. Балам өз ойлары мен уайымдарын менімен бөліседі.				
4. Біздің отбасымызда тыныш әрі түсіністік қарым-қатынас бар.				
5. Мен балама қысым жасамай, келісім арқылы түсіндіре аламын.				

**Ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынасты бағалау
сауалнамасы**

Құрметті _____ сынып оқушысының ата-анасы!

Балаңызбен қарым-қатынаста төменде берілген білімдер мен дағдыларды қаншалықты меңгергеніңізді және қолданатыныңызды бағалаңыз.

Мамыр айына арналған сауалнама (қортынды)

Сұрақтар	Келіспеймін	Кейде келісемін	Негізінен келісемін	Толықтай келісемін
1. Маған баламның мінез-құлқын түсіну жеңілдей түсті.				
2. Баламмен қарым-қатынаста туындайтын қиын жағдайларды жақсырақ шеше бастадым.				
3. Балам өз ойлары мен уайымдарын жиі бөлісе бастады.				
4. Біздің отбасымызда тыныш әрі түсіністікке негізделген қарым-қатынас көбейді.				
5. Мен балама қысым жасамай, келісімге келуді жеңілдетіп үйрендім.				

Мақсаты: Ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынастың қалыптасу деңгейін анықтау.

Нұсқаулық: Анкетада берілген сұрақтарға ата-аналардың жауаптары жинақталып, жауаптар шкаласына сәйкес бөлінеді. Әр сұрақ бойынша кіріс кезеңінде және шығыс кезеңінде басым жауап түрі белгіленеді.

Әр сұрақ бойынша мыналар тіркеледі:

- кіріс кезеңіндегі басым жауап түрі
- шығыс кезеңіндегі басым жауап түрі

Динамиканы талдау:

- «келіспеймін» жауабынан «негізінен/толықтай келісемін» жауабына ауысу
- теріс және анық емес жауаптардың азаюы
- тұрақты оң бағалаулардың күшеюі

Нәтижелерді деңгейлік интерпретациялау:

- **Төмен деңгей** - өзара әрекеттесуде қиындықтар сақталады
- **Орташа деңгей** - жекелеген оң өзгерістер байқалады
- **Жеткілікті деңгей** - қарым-қатынас пен түсіністіктің жақсаруы
- **Жоғары деңгей** - тұрақты сенімді қарым-қатынас қалыптасқан

№ 2 ЧЕК-ПАРАҚ

«Ата-ананың жасөспірімнің репродуктивтік денсаулығын қолдаудағы үш негізгі қадамы» чек-парағы

Чек-парақ «Ата-ананың жасөспірімнің жыныстық тәрбиесіндегі үш негізгі қадамы»

1. **Әңгімені ашық әрі сабырлы бастау:** жасөспіріммен қысымсыз, сенімді атмосферада сөйлесу, оның сұрақтарына ашық жауап беру. Қолдаушы сөздер: «Егер сұрақтарың болса, маған әрқашан айта аласың»; «Кел, осы туралы бірге сөйлесейік».
2. **Жауапкершілікті түсіндіру:** ерте қарым-қатынастың ықтимал салдарын түсіндіру, өзіне және өзгелерге құрметпен қарау туралы әңгімелесу.

3. Сенімділікті қолдау: Жасөспірімді айыптамау, онымен тұрақты байланыста болып, эмоционалдық қолдау көрсету. Қолдаушы сөздер: «Мен әрқашан сені қолдаймын»; «Маған сенім арта аласың».

Қорытынды: Ата-ана мен жасөспірім арасындағы сенімді қарым-қатынас күшейген сайын, баланың жауапкершілігі мен саналы шешім қабылдау қабілеті де арта түседі.

№ 3 ЧЕК-ПАРАҚ

Тақырып: «Бітіруші тұлғалардың психологиялық әл-ауқаты: алаңдататын белгілер және қолдау көрсету жолдары»

Ата-аналарға арналған жадынама:

«ҰБТ нәтижесінен кейін жасөспірімді қалай қолдау керек: әрекет алгоритмі»

1-кезең. Алғашқы реакция (алғашқы сағаттар)

Мақсаты: эмоционалдық шиеленісті азайту

Тапсырма: Өз уайымына қарамастан сабыр сақтау; Жасөспірімге эмоциясын (жылау, ашу, үнсіздік) еркін көрсетуге мүмкіндік беру; Қиын сәтте баланы жалғыз қалдырмау; Қолдау сөздерін қолдану: «Мен сенімен біргемін», «Бұл саған ауыр екенін түсінемін», «Біз мұны бірге еңсереміз». *Не істеуге болмайды:* Кінәлау («өзің кінәлісің»); Маңызын төмендету («ештеңе емес»); Қысым көрсету, көп сұрақ қою, талдау жасау.

2-кезең. Тұрақтылықты сақтау (бірінші күн)

Тапсырма: қауіпсіздік сезімін қалпына келтіру.

Іс-әрекеттер: нәтиже мен болашақ туралы әңгімелерді азайту, негізгі ресурстарды қалпына келтіру - ұйқы, тамақтану, демалыс. Тыныш, әрі жылы қарым-қатынасты сақтау. Жасөспірімге оны бағалайтынын және жақсы көретінін сезіндіру.

3-кезең. Түсіністікпен талқылау (2–3 күннен кейін)

Тапсырма: жағдайды байыппен түсінуге біртіндеп көшу.

Мүмкін болатын нұсқалар: «Дайын болсаң, қандай мүмкіндіктер бар екенін бірге ойланайық», «Маңыздысы - не болғаны емес, біз енді не істей аламыз». Негізгі ой: қателікке емес, мүмкіндіктерге; кінә артуға емес, әрекетке.

4-кезең. Бірлескен шешім іздеу

Тапсырма: ата-анаға бақылау сезімін қайтару.

Әртүрлі жолдарды қарастыру: ҰБТ-ны қайта тапсыру, балама жолдар (колледж, басқа ЖОО, бір жыл дайындалу).

Маңыздысы: шешімді ата-ана өзі қабылдамауы керек, жасөспірімге қатысу және таңдау мүмкіндігін беру, өз шешімін жұмсақ түрде кеңес ретінде бағыттау.

5-кезең. Өзіне деген сенімділікті қалпына келтіру

Тапсырама: өзін-өзі бағалауды қолдау.

Ата-ананың әрекеті: жасөспірімнің күшті жақтарын атап өту, оның еңбегін көрсету, бір емтихан өмірді анықтамайтынын еске салу. Ата-ана тарапынан әртүрлі қолдаушы сөздер айту: «Сенде бұл нәтижеден әлдеқайда көп жетістіктерің бар», «Қателік - бұл соңы емес, бұл тек тәжірибе», «Қателікті әрқашан түзетуге болады».

Жалпы қорытынды:

Бұл жағдайда ең маңыздысы - емтихан нәтижесі емес, баланың психологиялық жағдайының сақталуы және сіздің онымен қарым-қатынасыңыздың бұзылмауы.

Ұсынылатын әдебиеттер тізімі

1. Ауталипова У.И., Қоңырбаева Дау-дамай психологиясы, А.,2006
2. Баялиева Г., Жундибаева Т. Типы, формы и динамика девиантного поведения подростков // *Pedagogy and Psychology*. – 2020. – № 4(45). – С. 152–160.
3. Биекенов К. У., Садырова М. С., Нагайбаева З. А. Социология подростковой девиантности в Республике Казахстан
4. Брель Е.Ю. Социально-психологические факторы формирования тревожности у младших школьников и пути ее профилактики и коррекции.
5. Заваденко Н.Н. Факторы риска для формирования дефицита внимания и гиперактивности у детей // Мир психологии, №1, 2000.
6. Елшібаева К.Ғ. Сезім. Отбасы. Энергетика. А., 2009
- 7.Елшібаева К.Ғ.Қазақ отбасы мәселелерінің психологиялық аспектілері. А., 2011.
8. Лешли Е.К.,Работать с маленькими детьми, поощрять их развития и решать проблемы. М.,1991.