ҒЫЛЫМИ-ӘДІСТЕМЕЛІК ЖУРНАЛЫ · НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ 2026 №9 (34)

ұнағат



Ауыл мұғалімінің асқақ арманы
Мечта сельского учителя

Оқитын ана – оқитын ұлт
Читающая мама – читающая нация

Халықаралық тәжірибе аясындағы мектеп педагог-психологтерінің қызметі
Деятельность школьных педагогов-психологов в аспекте международного опыта

Қиын сәтте – көмек қасында!

ИНАБАТ

қауіпсіз балалық шақ үшін

Сен жалғыз емессің, біз жанындамыз!

Егер саған қолдау мен көмек керек болса – жай ғана қоңырау шал немесе жаз!

- ✔ Тегін
- ✔ Тәулік бойы
- ✔ Барлығы құпия

Көмек сұрау – әлсіздік емес, өзіңді қорғаудың алғашқы қадамы.

111



Өзіңіз немесе жақыныңыз:

* психологиялық қолдау қажет болса;
* балалардың қауіпсіздігіне қатысты мәселе туындаса;
* тұрмыстық зорлық-зомбылыққа тап болса;
* буллинг пен кибербуллингтің құрбаны болса;
* құқықтарыңыз бұзылса;

111 – Отбасы мәселелері, әйелдер мен балалардың құқықтарын қорғау жөніндегі байланыс орталығы.

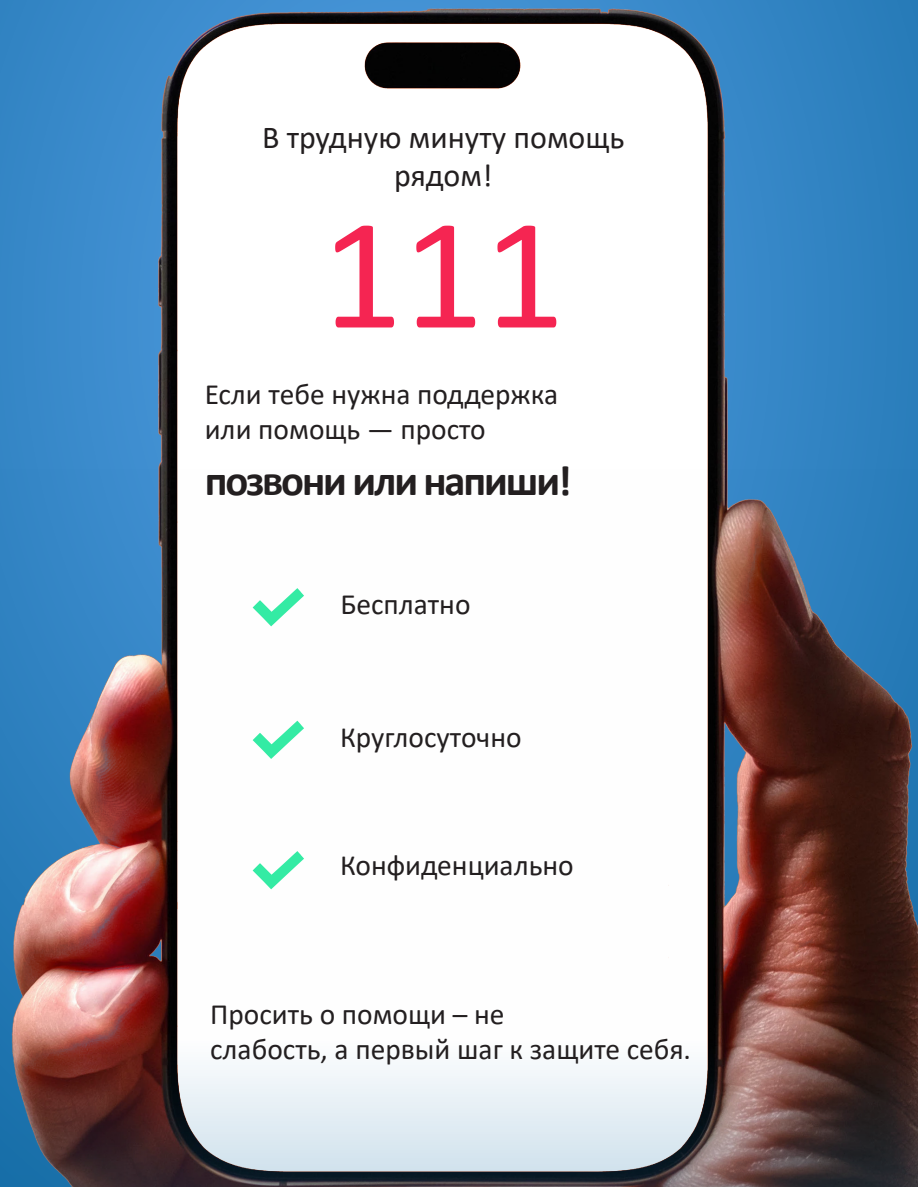
Көмек көрсету. Қолдау білдіру. Қорғау.

ИНАБАТ

за безопасное детство

Ты не один – мы рядом!

Помочь. Поддержать. Защитить.



Если вы или ваши близкие:
* столкнулись с бытовым насилием;
* стали жертвой буллинга или кибербуллинга;
* столкнулись с нарушением своих прав;
* нуждаетесь в психологической поддержке;

111 – Контакт-центр по вопросам семьи, защите прав женщин и детей.

Қымбатты оқырмандар!

Шуағы мен жылуын, жарқын күндері мен шексіз қуанышын көңілімізге ұялатқан жайдары жаз да аяқталды.

Қыркүйекте жаздың лебі әлі де сезілгенімен, күн өткен сайын күздің салқын тынысы біліне түседі...

Күздің басталуы – айналаны сан түске боялған жапырақтар мен мектептерде сыңғырлаған алғашқы қоңырау үні. Білім күнімен – жаңа оқу жылының басталуымен шын жүректен құттықтаймыз!

Педагогтердің 2026 жылғы Тамыз конференциясында сөйлеген сөзінде Президент Қасым-Жомарт Тоқаев білім, ғылым және мәдениетті дамыту мәселелеріне ерекше назар аударды. Мемлекет басшысы жаңа Конституцияда *«білім беру саласы алғаш рет мемлекеттік саясаттың стратегиялық бағыты ретінде айқындалғанын. Бұл ретте адами капиталды, білімді, ғылым мен инновацияларды дамыту іргелі бағыт ретінде бекітілгенін...»* атап өтті.

Біз озық цифрлық технологиялар дәуірінде өмір сүріп жатырмыз. Бұл заман әрқайсымыздан білімді, өзгерістерге бейім әрі шығармашыл болуды талап етеді. Білім бізге өз ісіміздің кәсіби маманы атанып, сүйікті жұмысымызбен айналысу үшін қажет. Ендеше, лайықты өмір сүру үшін білім алуға ұмтылайық!

Журналымыздың алғашқы күзгі санында түрлі қызықты материалдар топтастырылды: білім беру жүйесіндегі өзекті жаңалықтар, педагогикалық тәжірибе туралы мақалалар, мұғалімдерге, ата-аналар мен балаларға арналған ұсынымдар, сұхбаттар және басқа да танымдық дүниелер. Отбасы тақырыбына айрықша көңіл бөлінді. Өйткені отбасы – өмір атты алып мұхиттағы тыныш айлақ, жанымызды жылытып, жүрегімізді қуанышқа бөлейтін ең қымбат құндылық...

Барша балаларға, ата-аналар мен педагогтерге табыс тілейміз! Шығармашылық әлеуеттеріңізді толық ашып, ең батыл идеяларыңызды жүзеге асырып, жаңа белестерді бағындыра беріңіздер! Күндеріңіз шуақты, аспандарыңыз ашық, көңілдеріңіз нұр мен жылуға, қуанышқа толы болсын! Күз алдарыңыздан жаңа көкжиектер ашып, асқақ армандар мен тың талпыныстарға жетелесін!

Ізгі ниетпен,
«Инабат» журналының
редакциясы

Дорогие читатели!

Вот и закончилось жаркое лето, оставив в душе воспоминания о свете, тепле, солнце и бесконечной радости.

В сентябре еще слышатся отголоски уходящего лета, но с каждым днем все ощутимее холодное дыхание осени...

Начало осени – это красочный листопад и первые школьные звонки. Примите искренние и душевные поздравления с Днем знаний – с началом нового учебного года!

В своем выступлении на Августовской конференции педагогов 2026 года Президент Касым-Жомарт Токаев особое внимание уделил вопросам развития образования, науки и культуры. Глава государства отметил, что в новой Конституции *«образовательная сфера впервые обозначена как стратегический вектор государственной политики. При этом развитие человеческого капитала, образования, науки и инноваций закреплено в качестве основополагающего направления...»*

Мы живем в век высокоразвитых цифровых технологий, который требует от нас быть образованными, мобильными и креативными. Знания нужны нам, чтобы стать профессионалом и заниматься любимым делом. Так будем учиться, чтобы достойно жить!

В первом осеннем выпуске нашего журнала собраны самые разнообразные и интересные материалы: актуальные новости системы образования, статьи о педагогическом опыте, рекомендации учителям, родителям и детям, интервью и многое другое. Большое внимание уделено семейной тематике, ведь семья – это тихая гавань в океане жизни и самое ценное, что греет душу и радует сердце...

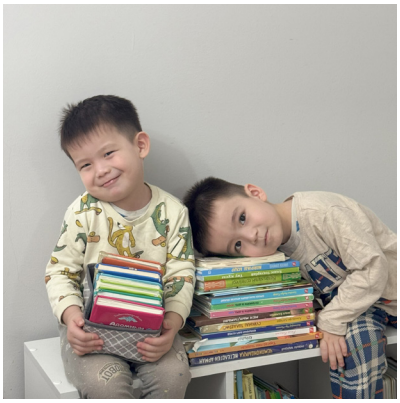
Желаем всем детям, родителям и педагогам успехов, реализации своего творческого потенциала, осуществления самых смелых идей и покорения новых вершин. Ясных вам солнечных дней, безоблачного неба, света, тепла и радости! Пусть осень распахнет перед вами новые дали и горизонты, подарит новые мечты и стремления!

С наилучшими пожеланиями,
редакция журнала
«Инабат»









МАЗМ

4
Алғысөз
Предисловие

ТАҢДАУЛЫ ТАҚЫРЫП
ИЗБРАННАЯ ТЕМА

8
Жаңа оқу жылында елімізде 57 білім ошағы бой көтерді
К новому учебному году в Казахстане построено 57 образовательных учреждений

12
Жаңа оқу жылының басты жаңалықтары
Главные новшества нового учебного года

18
Бала мүддесі – басты назарда: Қазақстан БҰҰ комитетіне жүйелі реформаларды таныстырды
Интересы детей – в центре внимания: Казахстан представил Комитету ООН системные реформы

22
«Өркен» институты елімізде мамандардың біліктілігін арттыру бағытында ауқымды шаралар жүргізуде
Институт «Өркен» проводит масштабную работу по повышению квалификации специалистов по всей стране

ПЕДАГОГТЕРГЕ ПЕДАГОГАМ

30
Ауыл мұғалімінің асқақ арманы
Огромная мечта сельского учителя
Сұхбаттасқан / Беседовал А. А. Дәуренұлы

40
А. Х. Мұхтаров
Құндылықтарға негізделген тәрбие: заманауи көзқарас
Воспитание, основанное на ценностях: современный подход







ҰНЫ

СОДЕРЖАНИЕ

44

Е. М. Песина
Халықаралық тәжірибе аясындағы мектеп педагог-психологтерінің қызметі

Деятельность школьных педагогов-психологов в аспекте международного опыта

АТА-АНАЛАРҒА РОДИТЕЛЯМ

56

А. Р. Мустакова
Оқитын ана – оқитын ұлт

Читающая мама – читающая нация

66

Ана болу және өзіңді жоғалтып алмау: қызыммен бірге өскен жолым

Стать мамой и не потерять себя: как я расту вместе с дочерью
Сұхбаттасқан / Беседовала: С. Е. Нурахметова

72

«Коконың құпиясы»: неге бұл мультфильмді бүкіл отбасы көруі керек?

«Тайна Коко»: почему этот мультфильм должна посмотреть каждая семья?

76

Пайдалы интернет: балалар мен ата-аналарға арналған тегін ресурстар топтамасы

Интернет с пользой: подборка бесплатных ресурсов для детей и родителей

БАЛАЛАРҒА ДЕТЯМ

84

Неліктен телефонды түнде жастықтың астына қоюға болмайды?

Почему нельзя оставлять телефон под подушкойна ночь

90

«Біз үшін ең маңыздысы – медаль емес, баланың талпынысы»

«Для нас самое важное – не медаль, а старания ребенка»

Сұхбаттасқан / Беседовала: С. Е. Нурахметова

98

«Арманым – Олимпиада чемпионы атану»: қазақстандық жас балуанның биік мақсаты

«Моя мечта – стать олимпийским чемпионом»: высокая цель юного казахстанского борца
Сұхбаттасқан / Беседовала: С. Е. Нурахметова

104

Сөздің салмағы: лақап ат қоюдың достық әзілден топтық қысымға ұласуы

Слова, оставляющие шрамы: когда дружеская шутка перерастает в коллективную травлю

1

Таңдаулы тақырып

Избранная тема




АРМАН
БІЛІМНЕН
АСТАЛАДЫ
МЕКТЕП
БІЛІМ · ТӘРБИЕ · БОЛАШ



Жаңа оқу жылында елімізде 57 білім ошағы бой көтерді

2026–2027 оқу жылында еліміздегі 8 мыңнан астам мектепте 4,1 миллион бала білім алады. Оның ішінде 380 мыңнан астам бүлдіршін мектеп табалдырығын алғаш рет аттады.



К новому учебному году в Казахстане построено 57 образовательных учреждений

В 2026–2027 учебном году в более чем 8 тысячах школ страны будут обучаться 4,1 миллиона детей. Из них более 380 тысяч малышей впервые переступили школьный порог.

Оқушылар санының артуы *білім беру инфрақұрылымына* да жаңа талаптар қойып отыр. Сондықтан елімізде мектептердегі орын тапшылығын азайту, ескі ғимараттарды жаңарту және балаларға қауіпсіз әрі қолайлы білім беру ортасын қалыптастыру бағытындағы жұмыстар жалғасуда.

Биылғы оқу жылында 57 жаңа мектептің есігі ашылды

Жаңа оқу жылы қарсаңында *елімізде 62 мың оқушы орнына арналған 57 жаңа мектеп* пайдалануға берілді. Жаңа білім ошақтарының ашылуы бірқатар өңірдегі мектептердің жүктемесін жеңілдетіп, балалардың заманауи жағдайда білім алуына мүмкіндік береді.

Жаңа мектептердің басым бөлігі *Алматы қаласында, Батыс Қазақстан, Алматы, Қарағанды, Ақтөбе және Түркістан облыстарында* ашылған.

Бұл мектептер тек сабақ өтетін ғимараттармен шектелмейді. Оларда оқушылардың сапалы білім алуына, спортпен шұғылдануына, шығармашылық қабілетін шыңдауына және техникалық дағдыларын дамытуына қажетті жағдайлар қарастырылған.

Заманауи мектеп кеңістігі бүгінгі балаға білім берумен қатар, оның қызығушылығын ашуға, қабілетін дамытуға және өзін қауіпсіз сезінуіне мүмкіндік беретін ортаға айналуы тиіс.

Жаңа білім ошақтарын салумен қатар, қолданыстағы мектептерді жаңарту жұмыстары да қатар жүргізілуде.

Елімізде *1300 мектепті реновациялау бағдарламасы* іске асырылып жатыр. Бағдарлама мектеп ғимараттарын күрделі жөндеуді, материалдық-техникалық базасын жаңартуды, заманауи пәндік кабинеттермен жабдықтауды, кітапхана, асхана және спорт залдарын жаңғыртуды, сондай-ақ қауіпсіздік жүйелерін күшейтуді қамтиды. Яғни реновация тек мектеп қабырғасын жөндеумен ғана шектелмейді. Оның мақсаты – баланың оқуына, дамуына және өзін жайлы сезінуіне мүмкіндік беретін тұтас білім беру кеңістігін қалыптастыру.

Сонымен бірге апатты және үш ауысымды мектептер мәселесін кезең-кезеңімен шешу жұмыстары жалғасуда. Жаңа нысандарды салуға мемлекеттік қорлар, жергілікті бюджеттер және жеке инвестициялар тартылуда.

Рост числа учащихся предъявляет новые требования и к *образовательной инфраструктуре*. Поэтому в стране продолжается работа по сокращению дефицита ученических мест, обновлению старых зданий и созданию для детей безопасной и комфортной образовательной среды.

В новый учебный год открыли свои двери 57 новых школ

Накануне нового учебного года *в стране введены в эксплуатацию 57 новых школ, рассчитанных на 62 тысячи ученических мест*. Открытие новых учебных заведений позволит снизить нагрузку на школы в ряде регионов и даст детям возможность обучаться в современных условиях.

Большая часть новых школ открыта *в городе Алматы, а также в Западно-Казахстанской, Алматинской, Карагандинской, Актюбинской и Туркестанской областях*.

Эти школы не ограничиваются лишь зданиями для проведения уроков. В них предусмотрены необходимые условия для качественного образования, занятий спортом, развития творческих способностей и технических навыков учащихся.

Современное школьное пространство должно не только давать знания, но и становиться средой, в которой ребенок может раскрыть свои интересы, развивать способности и чувствовать себя в безопасности.

Наряду со строительством новых учебных заведений продолжается и работа по обновлению действующих школ.

В стране реализуется *программа реновации 1300 школ,* которая включает капитальный ремонт школьных зданий, обновление материально-технической базы, оснащение современными предметными кабинетами, модернизацию библиотек, столовых и спортивных залов, а также усиление систем безопасности. То есть реновация не ограничивается только ремонтом школьных стен. Ее цель – сформировать целостное образовательное пространство, которое будет способствовать обучению, развитию и комфортному самочувствию каждого ребенка.

Вместе с тем продолжается поэтапное решение проблемы аварийных и трехсменных школ. Для строительства новых объектов привлекаются государственные фонды, местные бюджеты и частные инвестиции.

Новая или обновленная школа – это не только вопрос инфраструктуры. За этим стоят

Әр балаға – тең мүмкіндік

Мектептің жаңа немесе жаңартылған болуы тек инфрақұрылым мәселесі емес. Оның артында баланың күнделікті өмірі, қауіпсіздігі мен білім алу мүмкіндігі тұр.

Сондықтан жаңа мектептер салу мен қолданыстағы білім ошақтарын жаңғыртудың негізгі мақсаты – қай өңірде тұратынына қарамастан, әр балаға сапалы білім алуға қолайлы жағдай жасау.

2026–2027 оқу жылы жаңа мектептердің ашылуымен ғана емес, білім беру кеңістігін жаңартуға бағытталған ауқымды жұмыстармен басталды. Ал бұл өзгерістердің ең маңызды нәтижесі – балалар үшін қауіпсіз, жайлы әрі заман талабына сай мектеп ортасының қалыптасуы.

Каждому ребенку – равные возможности

повседневная жизнь ребенка, его безопасность и возможность получать образование.

Поэтому основная цель строительства новых школ и модернизации действующих учебных заведений – создать комфортные условия для получения качественного образования каждому ребенку, независимо от того, в каком регионе он живет.

2026–2027 учебный год начался не только с открытия новых школ, но и с масштабной работы по обновлению образовательного пространства. А самый важный результат этих изменений – формирование для детей безопасной, комфортной и соответствующей современным требованиям школьной среды.

Дереккөз · Источник
https://www.gov.kz/memleket/entities/edu/press/news/details/1283637?lang=kk



2026–2027



ТАҢДАУЛЫ ТАҚЫРЫП · ИЗБРАННАЯ ТЕМА

Жаңа оқу жылының басты жаңалықтары: мұғалімдер мен оқушыларды не күтіп тұр

Главные новшества нового учебного года: что ждет учителей и учеников

2026–2027 оқу жылы еліміздегі білім беру саласы үшін тың өзгерістер мен маңызды жаңашылдықтарға толы болмақ.

ҚР Оқу-ағарту министрлігі оқу үдерісін заман талабына сай жетілдіріп, оқушылардың құқықтық сауаттылығын арттыруға, қауіпсіздігін күшейтуге және цифрлық дағдыларын дамытуға баса назар аударып отыр.

2026–2027 учебный год принесет сфере образования страны новые изменения и важные нововведения.

Министерство просвещения РК уделяет особое внимание совершенствованию учебного процесса в соответствии с современными требованиями, повышению правовой грамотности учащихся, усилению их безопасности и развитию цифровых навыков.

Бұл жаңашылдықтардың негізгі бағыттары мынадай:

- ***Смартфон қолдануды шектеу.*** Сабақ кезінде оқушылардың телефон пайдалануына қатаң шектеу қойылады. Енді оқушылар телефондарын тек ұстаздың рұқсатымен, яғни сабақ барысында тапсырма орындау қажет болған жағдайда ғана пайдалана алады.
- ***Бағалау жүйесінің өзгеруі (2–4 сыныптар).*** Бастауыш сыныптарда дәстүрлі тоқсандық жиынтық бағалау (ТЖБ) алынып тасталды. Қорытынды баға күнделікті формативтік жұмыстардың нәтижесі (50%) мен әр бөлімнен кейінгі аралық бағалаудың нәтижесін (50%) біріктіру арқылы қойылады. Ал 1-сынып оқушылары бұрынғыдай бағасыз оқиды.
- ***Жаңа оқулықтар.*** Жаңа оқу жылында 3 пен 7-сынып оқушылары толықтай жаңартылған оқулықтармен қамтамасыз етілді.
- ***Қауіпсіздік және сауаттылық сабақтары.*** Оқушылардың қауіпсіздігі мен құқықтық сауаттылығын арттыру мақсатында оқу бағдарламаларына жеке қауіпсіздік пен киберқауіпсіздік бағытындағы мазмұнды сабақтар қосылды.
- ***Педагогтерді аттестациялаудың жаңа тәртібі.*** Мұғалімдерді аттестациядан өткізу жаңа тәртіпке көшіріліп, пилоттық режимде іске қосылуда. Ұстаздардың жұмысын жеңілдету мақсатында бұрынғыдай эссе жазу және авторлық бағдарлама мен әдістемелік материалдар дайындау талаптары алынып тасталды.
- ***Жасанды интеллектті енгізу (ЖИ).*** Заман талабына сай мектептерге ЖИ элементтерін енгізу жұмыстары басталып, ұстаздардың сабаққа дайындығын оңтайландыру үшін цифрлық құралдарды меңгеру бағыты қолға алынуда.

Жалпы алғанда, енгізіліп жатқан бұл реформалар мектептердегі қағазбастылықты азайтуға, білім сапасын арттыруға және балалардың қауіпсіз, қолайлы ортада жан-жақты білім алуына қолайлы жағдай жасауды көздейді.

Основные направления изменений

- ***Ограничение использования смартфонов.*** Во время уроков вводятся строгие ограничения на использование телефонов учащимися. Теперь ученики смогут пользоваться ими только с разрешения учителя, если это необходимо для выполнения учебного задания.
- ***Изменение системы оценивания во 2–4 классах.*** В начальных классах отменено традиционное суммативное оценивание за четверть (СОЧ). Итоговая оценка будет складываться из результатов ежедневного формативного оценивания (50%) и суммативного оценивания за раздел (50%). При этом первоклассники, как и прежде, будут учиться без отметок.
- ***Новые учебники.*** В новом учебном году учащиеся 3 и 7 классов полностью обеспечены обновленными учебниками.
- ***Уроки безопасности и правовой грамотности.*** Для повышения безопасности и правовой грамотности учащихся в учебные программы включены содержательные занятия по личной безопасности и кибербезопасности.
- ***Новый порядок аттестации педагогов.*** Аттестация учителей переводится на новый порядок, который внедряется в пилотном режиме. Чтобы облегчить работу педагогов, отменены прежние требования по написанию эссе, разработке авторских программ и подготовке методических материалов.
- ***Внедрение искусственного интеллекта (ИИ).*** В соответствии с требованиями времени началась работа по внедрению в школах элементов ИИ. Педагоги осваивают цифровые инструменты, позволяющие оптимизировать подготовку к урокам.

В целом все эти реформы направлены на сокращение бумажной нагрузки в школах, повышение качества образования и создание благоприятных условий для всестороннего обучения детей в безопасной и комфортной среде.

2026–2027 оқу жылының мерзімдері мен каникул кезеңдері бекітілді

Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігі 2026–2027 оқу жылының басталу және аяқталу мерзімдерін, сондай-ақ орта білім беру ұйымдарындағы оқушылардың демалыс кезеңдерін ресми түрде бекітті.

- ***Оқу жылының мерзімі:*** Жаңа оқу жылы *2026 жылғы 1 қыркүйекте* басталып, *2027 жылғы 25 мамырда* аяқталады.

Тоқсандар мен демалыс кезеңдері:

- ***I тоқсан:*** 8 оқу аптасына созылады.
- ***Күзгі демалыс (7 күн):*** 2026 жылғы *26 қазан мен 1 қараша* аралығы.
- ***II тоқсан:*** 8 оқу аптасын құрайды.
- ***Қысқы демалыс (14 күн):*** 2026 жылғы *28 желтоқсан мен 2027 жылғы 10 қаңтар* аралығы.
- ***Бірінші сынып оқушылары үшін қосымша демалыс (7 күн):*** 2027 жылғы *8–14 ақпан* аралығы.
- ***III тоқсан:*** 10 оқу аптасына созылады.
- ***Көктемгі демалыс (7 күн):*** 2027 жылғы *22–28 наурыз* аралығы.
- ***IV тоқсан:*** 8 оқу аптасына созылып, *25 мамырда* мәресіне жетеді.

Сондай-ақ оқу жылының соңында 9-10 және 11-12-сынып түлектерінің қорытынды аттестаттау мерзімдері де арнайы бекітілді.

Бастауыш сыныптардағы жаңалықтар. Бірінші сынып оқушылары үшін оқу мазмұны айтарлықтай жеңілдетілді. Атап айтқанда, математика пәніндегі баланың жасына ауырлық ететін кейбір тақырыптар қысқартылды. Есесіне, балалардың әліппені тез меңгеріп, оқу, жазу мен мәтінді түсіну қабілетін арттыру үшін *«Әліппе»* және *«Ана тілі»* сабақтарының көлемі көбейтілді. Бұл бастауыш жастағы балалардың мектепке қиындықсыз бейімделуіне жағдай жасайды.

Ата-аналарды алаңдататын үй тапсырмасы мәселесіне келсек, қолданыстағы ереже өзгеріссіз қалады – *бірінші сынып оқушыларына үй жұмысы берілмейді*. Бұл сыныпта баға қою жүйесі болмайды, тек формативтік бағалау арқылы оқушының жетістіктері қадағаланады. Ал білімді аралық бағалау тек 2-сыныптан бастап енгізіледі.

Утверждены сроки 2026–2027 учебного года и периоды каникул

Министерство просвещения официально утвердило даты начала и завершения учебного года, а также периоды каникул для учащихся организаций среднего образования.

- ***Продолжительность учебного года:*** новый учебный год начнется 1 сентября 2026 г. и завершится 25 мая 2027 г.

Продолжительность четвертей и периоды каникул

- ***I четверть***: 8 учебных недель.
- **Осенние каникулы** продолжительностью 7 дней – с 26 октября по 1 ноября 2026 г.
- ***II четверть:*** 8 учебных недель.
- **Зимние каникулы** продолжительностью 14 дней – с 28 декабря 2026 г. по 10 января 2027 г.
- **Дополнительные каникулы для первоклассников:** 7 дней – с 8 по 14 февраля 2027 г.
- ***III четверть:*** 10 учебных недель.
- **Весенние каникулы** продолжительностью 7 дней – с 22 по 28 марта 2027 г.
- ***IV четверть***: 8 учебных недель. Завершится 25 мая.

Также отдельно утверждены сроки итоговой аттестации выпускников 9-10 и 11-12 классов.

Нововведения в начальных классах. Для учащихся 1 классов существенно облегчено содержание учебной программы. В частности, сокращены некоторые темы по математике, сложные для детей этого возраста. При этом увеличено количество часов по предметам *«Букварь»* и *«Родной язык»*, чтобы дети быстрее осваивали грамоту, развивали навыки чтения, письма и понимания текста. Это поможет младшим школьникам легче адаптироваться к школе.

Что касается домашних заданий – вопроса, который волнует родителей, – действующее правило остается неизменным: *учащимся 1 классов домашние задания не задаются*. По-прежнему не выставляются отметки, а достижения отслеживаются посредством формативного оценивания. Промежуточное оценивание знаний вводится только со 2 класса.

Жаңа оқу курстары мен тәрбие бағыты. Оқушылардың құқықтық мәдениеті мен қауіпсіздігін күшейту мақсатында мектеп бағдарламасына бірқатар міндетті курстар қосылды:

- *5–7 сыныптар* үшін – *«Конституция негіздері»;*
- *8–11 сыныптар үшін – «Заң және тәртіп»;*
- *5–11 сыныптар* үшін – *«Жеке қауіпсіздік»* төтенше жағдайлар кезінде өзін-өзі ұстау және қауіп-қатерді бағалау дағдыларын үйретеді.

Мектептердегі тәрбие жұмысы *«Адал азамат» бірыңғай бағдарламасы арқылы жүзеге асырылып,* патриотизм мен ұлттық құндылықтарды қалыптастыруға бағытталады.

Новые учебные курсы и направления воспитательной работы. Для укрепления правовой культуры учащихся и повышения их безопасности в школьную программу включен ряд обязательных курсов:

- *для 5–7 классов – «Основы Конституции»;*
- *для 8–11 классов – «Закон и порядок»;*
- *для 5–11 классов – «Личная безопасность»,* который формирует навыки поведения в чрезвычайных ситуациях и оценки рисков.

Воспитательная работа в школах осуществляется в рамках *Единой программы «Адал азамат»* и направлена на формирование патриотизма и национальных ценностей.

ЖИ мұғалімді алмастырмайды, тек оның жұмысын жеңілдететін құрал ғана болып қала береді.

ИИ не заменит учителя, а останется инструментом, облегчающим его работу.

Білім беру саласындағы цифрландыру және жасанды интеллект. 2026 жыл елде цифрландыру және жасанды интеллект жылы ретінде аталып өтті. Осыған орай, мектептерге жасанды интеллект элементтері енгізіле бастады. Оқушылар жас ерекшеліктеріне сай ЖИ негіздерімен танысса, бастауыш сыныптарда мұғалімге көмекші ретінде жұмыс істейтін интеллектуалды көмекшілері бар «екі мұғалім» пилоттық моделі сыналады. Дегенмен, ЖИ мұғалімді алмастырмайды, тек оның жұмысын жеңілдететін құрал ғана болып қала береді.

Мектеп формасы және әлеуметтік қолдау. Мектеп формасын таңдау толығымен ата-ананың еркінде. Әкімшілік тарапынан белгілі бір дүкеннен немесе брендтен киім алуға мәжбүрлеуге қатаң тыйым салынады. Ал әлеуметтік жағынан осал отбасылардың балаларына мемлекет тарапынан қолдау көрсетіліп, оқу жылы қарсаңында бұл көмекпен 450 мыңға жуық оқушы қамтылмақ. Бұл мақсатқа жергілікті бюджеттен 23 миллиард теңге шамасында қаржы бөлінген.

Цифровизация в образовании, естественные науки и искусственный интеллект. 2026 год объявлен в стране *Годом цифровизации и искусственного интеллекта.* В связи с этим в школах начинается внедрение элементов ИИ. Учащиеся будут знакомиться с основами ИИ с учетом возрастных особенностей, а в начальных классах пройдет апробацию пилотная модель «Два учителя», в которой интеллектуальные помощники будут помогать педагогу. При этом ИИ не заменит учителя, а останется инструментом, облегчающим его работу.

Школьная форма и социальная поддержка. Выбор школьной формы полностью остается за родителями. Администрации строго запрещено принуждать их покупать одежду в определенном магазине или приобретать продукцию конкретного бренда. Детям из социально уязвимых семей оказывается государственная поддержка: в преддверии учебного года этой помощью планируется охватить около 450 тысяч. учащихся. На эти цели из местных бюджетов выделено порядка 23 миллиардов тенге.

Қорыта айтқанда, жаңа оқу жылы оқушылардың қауіпсіздігіне, заманауи технологияларды игеруіне және сапалы, қолайлы білім алуына баса мән береді.

Таким образом, в новом учебном году особое внимание уделяется безопасности учащихся, освоению современных технологий и получению качественного образования в комфортных условиях.



Дереккөз · Источник
https://www.gov.kz/memleket/entities/edu/press/news/details/1266458?lang=kk











ТАҢДАУЛЫ ТАҚЫРЫП · ИЗБРАННАЯ ТЕМА

Бала мүддесі – басты назарда: Қазақстан БҰҰ комитетіне жүйелі реформаларды таныстырды

2026 жылғы 15–16 қыркүйекте Женева қаласында өткен БҰҰ Бала құқықтары жөніндегі комитетінің 101-сессиясында Қазақстанның Бала құқықтары туралы конвенция ережелерінің орындалуы туралы біріктірілген бесінші және алтыншы мерзімді баяндамасы қаралды.









Интересы детей – в центре внимания: Казахстан представил Комитету ООН системные реформы

На 101-й сессии Комитета ООН по правам ребенка, состоявшейся 15–16 сентября 2026 г. в Женеве, был рассмотрен пятый и шестой объединенный Периодический доклад Казахстана о выполнении положений Конвенции о правах ребенка.





Оқу-ағарту министрі *Жұлдыз Сүлейменова* басқарған ведомствоаралық делегация құрамына *Бас прокуратура, Сыртқы істер, Ішкі істер, Денсаулық сақтау, Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау, Мәдениет және ақпарат министрліктері мен Сот әкімшілігінің* өкілдері кірді.

Бүгінгі таңда *Қазақстанда шамамен 7 миллионға жуық бала* тұрады. Бұл халықтың *34%-ын құрайды. Мемлекет басшысы Қасым-Жомарт Тоқаев* айқындаған мемлекеттік саясаттың негізгі басымдықтарының қатарында балалардың құқықтары мен мүдделерін қорғау бірінші орында тұр. Осы бағыттағы маңызды қадамдардың бірі ретінде жаңа Конституцияда отбасы мен баланы қорғау кепілдіктерінің күшейтілгені атап өтілді.

Отырыста қауіпсіздік, білім беру, денсаулық сақтау және әлеуметтік қолдау салаларын біріктіретін ***2026–2030 жылдарға арналған «Қазақстан балалары»*** тұжырымдамасының маңызына баса назар аударылды. Өңірлерде бала құқықтары жөніндегі басқармалар құрылып, қорғаншылық және қамқоршылық органдарының жүйесі кеңейтілуде, сондай-ақ отбасы мен баланы атаулы сүйемелдеу енгізіліп жатыр.

Халықаралық қауымдастыққа кәмелетке толмағандарға қатысты зорлық-зомбылықтың алдын алу, буллинг пен кибербуллингке қарсы күрес шаралары, психологиялық қызметтерді дамыту және тәулік бойы жұмыс істейтін *«111» мемлекеттік байланыс орталығының қызметі таныстырылды.* Сондай-ақ балаларды мекемелерде тәрбиелеудің орнына отбасылық тәрбие нысандарына көшу бағытында игі нәтижелер бары айтылды.

Межведомственную делегацию возглавила *министр просвещения Жулдыз Сулейменова*. В ее состав вошли представители *Генеральной прокуратуры, Министерств иностранных дел, внутренних дел, здравоохранения, труда и социальной защиты населения, культуры и информации, а также Судебной администрации.*

Сегодня в *Казахстане проживает около 7 миллиона детей,* что составляет *34% населения страны.* Защита прав и интересов детей занимает одно из приоритетных мест в государственной политике, определенной *Главой государства Касым-Жомартом Токаевым.* Одним из важных шагов в этом направлении стало усиление в новой Конституции гарантий защиты семьи и детей.

В ходе заседания особое внимание было уделено значению ***Концепции «Дети Казахстана» на 2026–2030 годы,*** объединяющей направления безопасности, образования, здравоохранения и социальной поддержки. В регионах создаются управления по правам ребенка, расширяется система органов опеки и попечительства, а также внедряется адресное сопровождение семей и детей.

Международному сообществу были представлены меры по предупреждению насилия в отношении несовершеннолетних, противодействию буллингу и кибербуллингу, развитию психологических служб, а также работа круглосуточного *государственного контакт-центра «111».* Кроме того, были отмечены положительные результаты в переходе от воспитания детей в учреждениях к семейным формам устройства.

Талқылау барысында мынандай өзекті мәселелер қаралды:

- сапалы инклюзивті білім беру;
- денсаулық сақтау жүйесін жетілдіру;
- балалардың шешім қабылдауға қатысуы;
- цифрлық ортадағы қауіпсіздігі.

Сонымен қатар, «Жусан» және «Русафа» гуманитарлық операциялары аясында Сирия мен Ирак мемлекеттеріндегі қарулы қақтығыс аймағынан елге оралған 572 баланы репатриациялау, оңалту және реинтеграциялау бойынша бірегей тәжірибе халықаралық жұртшылыққа көрсетілді.

«Біз үшін тиімділіктің басты өлшемі – әрбір баланың жағдайының нақты жақсаруы. Қазақстан мазмұнды сұхбатқа және балалардың құқықтарын қамтамасыз етудің ұлттық жүйесін одан әрі жетілдіруге ашық», – деді министр *Жұлдыз Сүлейменова.*

Жиын қорытындысы бойынша Қазақстан тарапы БҰҰ-ның Бала құқықтары туралы конвенциясы мен факультативтік хаттамалар бойынша міндеттемелерді бұлжытпай орындауға, Комитет ұсынымдарын ескере отырып, әрбір баланы қорғау кепілдіктерін нығайту бағытындағы жүйелі жұмысты жалғастыруға дайын екенін тағы да растады.

В ходе обсуждения были рассмотрены такие актуальные вопросы, как:

- обеспечение качественного инклюзивного образования;
- совершенствование системы здравоохранения;
- участие детей в принятии решений;
- безопасность в цифровой среде.

Международной общественности также был представлен уникальный опыт Казахстана по репатриации, реабилитации и реинтеграции 572 детей, возвращенных из зон вооруженных конфликтов в Сирии и Ираке в рамках гуманитарных операций «Жусан» и «Русафа».

«Для нас главным показателем эффективности является реальное улучшение положения каждого ребенка. Казахстан открыт к содержательному диалогу и дальнейшему совершенствованию национальной системы обеспечения прав детей», – заявила министр *Жулдыз Сулейменова.*

По итогам заседания казахстанская сторона вновь подтвердила готовность неукоснительно выполнять обязательства в рамках Конвенции ООН о правах ребенка и факультативных протоколов, а также продолжать системную работу по укреплению гарантий защиты каждого ребенка с учетом рекомендаций Комитета.

> **Біз үшін тиімділіктің басты өлшемі – әрбір баланың жағдайының нақты жақсаруы.**

> **Для нас главным показателем эффективности является реальное улучшение положения каждого ребенка.**

Дереккөз · Источник
https://www.gov.kz/memleket/entities/edu/press/news/details/1288263?lang=kk
https://www.kt.kz/kaz/sayasat/aza_stan_b_ny_bala_y_tary_zh_nindegi_komitetine_1377999994.html
https://orken-instituty.kz/kz/media/837/kazahstan-predstavil-komitetu-oon-sistemnye-reformy-v-sfere-zashchity-prav-detej









ТАҢДАУЛЫ ТАҚЫРЫП · ИЗБРАННАЯ ТЕМА

«Өркен» институты елімізде мамандардың біліктілігін арттыру бағытында ауқымды шаралар жүргізуде

«Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты КеАҚ, ҚР Оқу-ағарту министрлігі және Қазақстан Республикасындағы ЮНИСЕФ өкілдігімен бірлескен жоспары аясында мамандардың кәсіби біліктілігін арттыру жұмыстарын жүйелі жүргізіп келеді. Атап айтқанда балаларды қорғау, өмірде қиын жағдайға тап болған отбасыларды сүйемелдеу және білім беру ұйымдарында қауіпсіз орта қалыптастыру бағыттарына айрықша назар аударылған.









Институт «Өркен» проводит масштабную работу по повышению квалификации специалистов по всей стране

НАО «Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен» в рамках совместного плана с Министерством просвещения Республики Казахстан и Представительством ЮНИСЕФ в Республике Казахстан системно проводит работу по повышению профессиональной квалификации специалистов. Особое внимание уделяется вопросам защиты детей, сопровождения семей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, а также формированию безопасной среды в организациях образования.

Жетім балалармен жұмыс істейтін 360-тан астам маман біліктілік курсынан өтті. Еліміздің 14 өңіріндегі жетім балалар мен ата-анасының қамқорлығынсыз қалған балаларға арналған білім беру ұйымдарының *360-тан астам маманы* балаларды сүйемелдеудің заманауи технологиялары бойынша оқудан өтті. Жыл соңына дейін бұл бағдарлама арқылы барлық өңірден *2 мыңға жуық маманды* қамту жоспарланып отыр.

Оқыту үдерісі ҚР Оқу-ағарту министрлігімен стратегиялық әріптестік аясында *«Жетім балалар мен ата-анасының қамқорлығынсыз қалған балаларға арналған білім беру ұйымдарында балалармен жұмыс істеудің заманауи технологиялары мен тәсілдері: Қазақстандағы SOS Балалар ауылдарының тәжірибесі»* бағдарламасы бойынша жүргізілуде.

Оған педагогтер, тәрбиешілер, психологтер, әлеуметтік педагогтер, әдіскерлер және ұйым басшылары қатысуда.

Бағдарламаның басты бағыттары мен әдістері:

- психологиялық жарақаттың алдын алуға бағдарланған тәсіл;
- кейс-менеджмент;
- отбасын қолдаудың экожүйелік моделі;
- баланың мықты қырларына негізделген халықаралық әдістер;
- зорлық-зомбылықтың алдын алу, эмоциялық әл-ауқатты қамтамасыз ету;
- қамқоршылық отбасылармен тиімді өзара іс-қимыл жасау.

435 маман «Балаларды қорғау бағытындағы жағдайды басқару» атты оқу курсын аяқтады. Оқуға балалардың құқықтарын қорғау басқармаларының, отбасы мен психологиялық қолдау орталықтарының қызметкерлері, әлеуметтік педагогтер және басқа да мамандар қатысты. Қатысушылар баланың жағдайын бағалау, зорлық-зомбылық фактілері бойынша жедел әрекет ету, ведомствоаралық өзара іс-қимыл және ақпаратпен қауіпсіз алмасу құралдарын меңгерді.

Сондай-ақ баланың құқықтарын сақтау, кейс-менеджменттің этикалық қағидаттары,

Более 360 специалистов, работающих с детьми-сиротами, прошли курсы повышения квалификации. Специалисты организаций образования для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, из 14 регионов страны прошли обучение современным технологиям сопровождения детей. До конца года в рамках данной программы планируется охватить обучением около *2 тысяч специалистов* из всех регионов Казахстана.

Обучение проводится в рамках стратегического партнерства с Министерством просвещения по *Программе «Современные технологии и подходы к работе с детьми в организациях образования для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей: опыт SOS Детских деревень Казахстана»*.

В обучении принимают участие педагоги, воспитатели, психологи, социальные педагоги, методисты и руководители организаций.

Основные направления и методы программы:

- травма-информированный подход;
- кейс-менеджмент;
- экосистемная модель поддержки семьи;
- международные методы, основанные на сильных сторонах ребенка;
- профилактика насилия и обеспечение эмоционального благополучия;
- эффективное взаимодействие с приемными семьями.

435 специалистов завершили обучающий курс «Управление случаем в сфере защиты ребенка». В обучении приняли участие сотрудники управлений по защите прав детей, центров поддержки семьи и психологической поддержки, социальные педагоги и другие специалисты. Участники освоили инструменты оценки ситуации ребенка, оперативного реагирования на факты насилия, межведомственного взаимодействия и безопасного обмена информацией.

Также были рассмотрены вопросы соблюдения прав ребенка, этические принципы кейс-менеджмента, травма-информированный





жарақаттың алдын алуға бағдарланған тәсіл, құжаттаманы дұрыс жүргізу және мамандарға кәсіби қолдау көрсету тетіктері қарастырылды.

Бұл білім мамандарға тәуекелді белгілерді дер кезінде байқауға, бала мен оның отбасына кешенді көмек ұйымдастыруға және әр жағдайға бірізді кәсіби тәсілмен қарауға мүмкіндік береді.

«Жеке қауіпсіздік»: мектептегі қауіпсіз мінез-құлыққа баулу. Баланың қауіпсіздігі тек дағдарыс туындаған кезде көрсетілетін көмекпен шектелмеуі керек. Қауіптің алдын алу, баланың өзіне төнетін тәуекелді тани білуі және қажет кезде көмек сұрай алуы да маңызды.

Осы мақсатта 2026–2027 оқу жылында білім беру ұйымдарына ***«Жеке қауіпсіздік»*** курсын енгізуге ерекше назар аударылып отыр.

«Өркен» БӘА¥ҒПИ ұйымдастыруымен ZOOM платформасында ***Республикалық түсіндіру семинары*** *өтті*. Оның басты мақсаты – курстың құрылымы, оқу жоспары және сабақтарды өткізу ерекшеліктері бойынша ортақ түсінік қалыптастыру, сондай-ақ педагог-психологтерге әдістемелік қолдау көрсету.

подход, правильное ведение документации и механизмы профессиональной поддержки специалистов.

Полученные знания позволяют специалистам своевременно выявлять признаки риска, организовывать комплексную помощь ребенку и его семье, а также применять последовательный профессиональный подход к каждому конкретному случаю.

«Личная безопасность»: обучение безопасному поведению в школе. Безопасность ребенка не должна ограничиваться только оказанием помощи в момент возникновения кризисной ситуации. Не менее важно предупреждать возможные риски, учить ребенка распознавать потенциальную опасность и при необходимости своевременно обращаться за помощью.

С этой целью в 2026–2027 учебном году особое внимание уделяется внедрению в организациях образования курса ***«Личная безопасность»***.

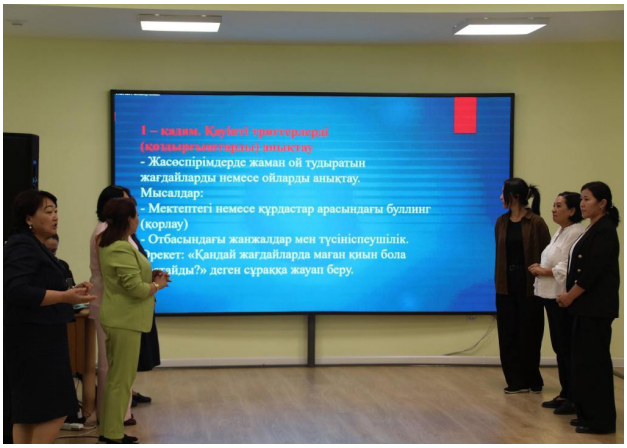
По инициативе ННПИБД «Өркен» на платформе ZOOM состоялся ***Республиканский разъяснительный семинар.*** Его главная цель – сформировать единое понимание структуры курса, учебного плана и особенностей проведения занятий, а также оказать методическую поддержку педагогам-психологам.










- Жасөспірімдерде жаман ой тудыратын
жағдайларды немесе ойларды анықтау.
Мысалдар:
- Мектептегі немесе құрдастар арасындағы буллинг
(қорлау)
- Отбасындағы жанжалдар мен түсініспеушілік.

«Жеке қауіпсіздік» курсының маңызы – балаға дайын ережелерді жаттатуда емес, оны өмірде кездезетін жағдайларда дұрыс шешім қабылдай білуге үйретуінде. Мұндай сабақтар оқушының өз қауіпсіздігіне жауапкершілікпен қарауына, қауіпті жағдайды тани білуіне және қажет кезде өзі сенім артатын ересектен дер кезінде көмек сұрауына бағытталған.

Кәсіби маман – бала қауіпсіздігінің маңызды тірегі. Балалармен жұмыс істейтін маманның әрбір шешімі баланың бүгінгі жағдайына ғана емес, оның болашақ өміріне де әсер етуі мүмкін. Сондықтан бұл салада кәсіби білімді үнемі жаңартып отыру, заманауи әдістерді меңгеру және түрлі қызметтің өзара үйлесімді жұмыс істеуі аса маңызды.

Значение курса *«Личная безопасность»* заключается не в том, чтобы ребенок просто заучивал готовые правила, а в том, чтобы научить его принимать правильные решения в реальных жизненных ситуациях. Такие занятия направлены на формирование у школьников ответственного отношения к собственной безопасности, умения распознавать опасные ситуации и при необходимости своевременно обращаться за помощью к взрослому, которому они доверяют.

Профессиональный специалист – важная опора безопасности ребенка. Каждое решение специалиста, работающего с детьми, может повлиять не только на сегодняшнее состояние ребенка, но и на его дальнейшую жизнь. Поэтому в этой сфере особенно важно постоянно обновлять профессиональные знания, осваивать современные методы работы и обеспечивать скоординированное взаимодействие различных служб.

> **Балалармен жұмыс істейтін маманның әрбір шешімі баланың бүгінгі жағдайына ғана емес, оның болашақ өміріне де әсер етуі мүмкін.**

> **Каждое решение специалиста, работающего с детьми, может повлиять не только на сегодняшнее состояние ребенка, но и на его дальнейшую жизнь.**

360-тан астам маманның жетім балаларды сүйемелдеудің жаңа тәсілдерін меңгеруі, 435 маманның балалардың құқықтарын қорғау саласында біліктілігін арттыруы және «Жеке қауіпсіздік» курсын енгізуге бағытталған республикалық семинар – осы жүйелі жұмыстың өзара сабақтас бөліктері.

Бұл бағыттардың ортақ мақсаты біреу – **әр бала өзін қауіпсіз сезінетін, дер кезінде көмек ала алатын және оның мүддесі бірінші орынға қойылатын орта қалыптастыру.**

Освоение более чем 360 специалистами новых подходов к сопровождению детей-сирот, повышение квалификации 435 специалистов в сфере защиты прав детей, а также Республиканский семинар, направленный на внедрение курса «Личная безопасность», – взаимосвязанные составляющие этой системной работы.

Все эти направления объединяет одна общая цель – **создать среду, в которой каждый ребенок будет чувствовать себя в безопасности, сможет своевременно получить необходимую помощь, а его интересы всегда будут оставаться на первом месте.**

Дереккөз · Источник

1 https://www.gov.kz/memleket/entities/edu/press/news/details/1290513?lang=kk
2 https://orken-instituty.kz/kz/media/836/proshyol-respublikanskij-seminar-lichnaya-bezopasnost
3 https://www.gov.kz/memleket/entities/edu/press/news/details/1292114?lang=kk

1 2 3

2

Педагогтерге

Педагогам





TEACHER TALKS

«Өзім өнертапқыш болғаннан гөрі, соны жасайтын жүз бала шығарғым келеді»: ауыл мұғалімінің асқақ арманы

«Лучше я воспитаю сотню детей-изобретателей, чем буду изобретать сам»: огромная мечта сельского учителя



Білім – қала мен даланы бөлмейтін ұлы күш. Бүгінгі сұхбатымыздың кейіпкері – ғылымға деген үлкен арманын ауыл мектебіндегі жүздеген баланың болашағымен ұштастырған жас әрі білікті маман. Ол – Түркістан облысы, Бәйдібек ауданы, Мыңбұлақ ауылы, Бөген жалпы білім беретін мектебінің физика пәні мұғалімі **Бөртай Әбдікәрім Андасұлы.**

Ауыл мектебінің тынысы, заманауи білім беру құпиялары және ұстаздық миссия жайлы сұхбатты назарларыңызға ұсынамыз.

Знание – это великая сила, не признающая различий между городом и провинциальной глубинкой. Герой нашего сегодняшнего интервью – молодой квалифицированный специалист, который связал свою большую мечту о науке с будущим сотен детей из сельской школы. Это учитель физики общеобразовательной школы имени Богена села Мынбулак Байдибекского района Туркестанской области **Бортай Абдикарим Андасулы.**

Представляем вашему вниманию искреннюю беседу о жизни сельской школы, секретах современного образования и высоком призвании педагога.

– Әбдікәрім, әңгімені осы салаға келу жолыңызбен бастасақ. Мұғалім болу – бала кездің арманы болды ма әлде тағдырдың күтпеген сыйы ма?

– Мен ғылыми-педагогикалық физика мамандығын тәмәмдағанмын. Маған шыны керек, педагог болған ұнамайтын. Мен ғылыми бағытқа жақын едім және болашағымды осы жолда көрдім. Қазақстанның технократияға бет бұрып, жаңа өнертабыстардың шығуына өз үлесімді қосқым келді.

Сосын мен бір ақпаратты жақсы жеткізе алатынымды, түсіндіре алатынымды байқадым және осы миссиямның мектепте тезірек жүзеге асатынын түсіндім. *«Мен өзім жасағаннан, соны жасайтын жүз бала шығарсам әлдеқайда эффективті»* деп, мектепте балаларды өнертапқыштыққа тәрбиелеймін деген позитивті оймен мектепке келдім.

– Қаланың шулы өмірін емес, ауылдың тыныштығы мен мектебін таңдауыңызға не түрткі болды?

– Мен өз ауылым, яғни әкемнің туып-өскен ауылына бардым. Қалада туып-өскеніммен, үш ай жазғы демалыста ауылға асығатынбыз. Ауылдың таба нанын жеп, қойын бағып, шаңына ойнап көргеннен кейін бе, ауыл маған жақын болды.

Оның үстіне ауылға жұмыс жасауға келген мамандарға жақсы бағдарламалар қарастырылған. Ауыл балаларын тек білім жағынан емес, жан-жақты дамытамын деген үлкен энтузиазммен бардым.

– Ауыл мектебінің табалдырығын ұстаз ретінде алғаш аттаған күніңіз есіңізде ме? Қандай сезімде болдыңыз?

– Мектеп табалдырығын оқушы болып емес, енді сол оқушылардың шамын жағатын ұстаз болып аттап жатқанда үлкен жауапкершілік сезілді. Студент кезімде ғылыми бағытта жүргендіктен, тәжірибелік сабақтарда мектепке мүлдем бармағанмын. Қорқыныш болды, әрине. «Алдымда отырған оқушылардың, ата-аналардың үмітін ақтай аламын ба», «бұл жұмысқа лайықтымын ба, қандай нәтиже болады, балалармен тіл табыса аламын ба» деген сияқты көптеген ойлар келді. Көз – қорқақ, қол – батыр дейді ғой, барлығы тәжірибемен келеді екен. Ең бастысы – ниетте.

– Абдикарим, давайте начнем наш разговор с того, как вы пришли в эту сферу. Быть учителем – это мечта детства или неожиданный подарок судьбы?

– По образованию моя специализация – «Научно-педагогическая физика». Честно говоря, педагогика мне не нравилась. Я был ближе к научному направлению и связывал свое будущее именно с ним. Мне хотелось внести свой вклад в то, чтобы Казахстан взял курс на технократию и появление новых отечественных разработок.

Затем я заметил за собой способность хорошо доносить и объяснять информацию и понял, что быстрее всего реализовать ее удастся именно в школе. Рассудив, что, чем делать что-то самому, гораздо эффективнее воспитать сотню детей, способных на это, я пришел в школу со светлой мыслью привить учащимся тягу к изобретательству.

– Что побудило Вас выбрать тишину сельской жизни и местную школу вместо городской суеты?

– Я отправился в село, где родился и вырос мой отец. Хотя сам я родился и вырос в городе, во время летних каникул мы всегда рвались в аул. Попробовав домашний хлеб, поучаствовав в выпасе овец, побегав по пыльным улочкам, я ощутил, насколько мне близка эта жизнь...

К тому же для специалистов, приезжающих работать в село, предусмотрены хорошие государственные программы. Я ехал с огромным энтузиазмом, с намерением развивать сельских детей не только в учебе, но и всесторонне.

– Помните ли Вы тот день, когда впервые переступили порог сельской школы уже в качестве учителя? Что Вы тогда чувствовали?

– Когда переступаешь порог школы не учеником, а учителем, призванным зажечь огонек знаний в детях, ощущаешь огромную ответственность. Поскольку в студенческие годы я занимался научным направлением, во время практики я вообще не бывал в школе. Конечно, был страх. В голову приходило множество мыслей: «Смогу ли я оправдать надежды сидящих предо мной учеников и их родителей?», «Достоин ли я этой работы?», «Каков будет результат?», «Найду ли общий язык с детьми?» Но, как говорится, глаза боятся, а руки делают – все приходит с опытом. Главное – это искреннее намерение.



Жаңа мұғалім балаларға әрине қызық болады. Қатал ма, жұмсақ па, мінезі қандай деген сияқты ойлардың, таңданыстың болуы – қалыпты жағдай. Сыныпқа кірген соң өзімді таныстырып, сабақты бастап кеттім, ары қарай мұғалімнің өмірі өз ағынымен кете берді.

– Сабақ өту барысындағы ерекше әдістеріңіз жайлы тоқталсақ. Ньютон заңдарын немесе күрделі формулаларды балаларға қандай өмірлік мысалдармен түсіндіресіз?

– Физика пәні жаратылысты, бізді қоршаған әлемді зерттейтін пән болғандықтан, кез келген сабағымды өмірмен байланыстыруға тырысамын. Өздері күнде кездесетін тұрмыстық техника, ауыл шаруашылығына қатысты, ауылға қатысты, адамдар арасындағы қарым-қатынастар жайлы мысалдармен. Бала өзінің айналасындағы, күнде көріп жүрген заттардан физиканы көре алса – мақсатымызға жеткеніміз.

– Сабақта қолданатын ең сүйікті әрі тиімді тәсіліңіз қандай?

– Бұл бір сабаққа арналған PBL (Project Based Learning – жоба жасауға бағытталған оқыту) әдісі. Мысалы: Архимед заңы тақырыбын өткен соң, келесі сабақта балаларға проблемалық, жобалық немесе ситуациялық тапсырма беремін. Балалар сол проблемалық сұрақты өткен тақырыптағы білімді, яғни Архимед заңын пайдаланып орындауы керек. Бұл әдіс оқушылардың алған білімді тек жаттап немесе оқып қана қоймай, оны өмірде қолдануды үйренеді, сыни ойлауы және түрлі дағдылары дамиды.

Новый учитель, разумеется, вызывает у детей живой интерес. Вопросы и любопытство вроде того, строгий он или мягкий, какой у него характер, абсолютно естественны. Войдя в класс, я представился, начал урок, и дальше учительская жизнь потекла своим чередом...

– Давайте остановимся на Ваших особенных методиках преподавания. На каких жизненных примерах Вы объясняете детям законы Ньютона или сложные формулы?

– Поскольку физика – это наука, изучающая окружающий нас мир, я стараюсь каждый свой урок связывать с реальностью. Использую примеры с бытовой техникой, с которой дети сталкиваются ежедневно, из сельского хозяйства, аульной жизни и даже из человеческих взаимоотношений. Если ребенок способен разглядеть физику в окружающих его привычных вещах – значит, наша цель достигнута.

– Какой Ваш самый любимый и эффективный прием на уроках?

– Это методика PBL (Project Based Learning – проектно-ориентированное обучение), адаптированная для одного урока. К примеру: пройдя тему «Закон Архимеда», на следующем уроке я даю детям проблемное, проектное или ситуационное задание. Они должны решить этот проблемный вопрос, используя знания из пройденной темы, то есть закон Архимеда. Благодаря этому методу школьники не просто заучивают или читают материал, а учатся применять его на практике, у них развиваются критическое мышление и практические навыки.

– Ауылда зертханалық құрал-жабдықтар жетіспейтін кездер бола ма? Ондай жағдайдан қалай шығасыз?

– Физика танымдық пән болғандықтан, сабақтың эксперименттік бөлімінің болуы өте маңызды. Әсіресе зертханалық сабақтарда. Кейбір кезде лабораториялық құрал-жабдықтарға қарағанда, өмірде пайдаланатын заттармен (тұрмыстық техника, аксессуарлар, құрылыс материалдары т.б.) түсіндірген дұрысырақ. Жетіспей қалған жағдайда қолдан жасап апарамын. Бәрібір де оқушы презентациядағы, кітаптағы немесе басқа бір ресурстағы ақпаратты оқып қана қоймай, процесті көзбен көруі тиіс, яғни визуализация болу өте маңызды.

Ал жалпы айтқанда, қазіргі таңда ауылдық мектептерде зертханалық, робототехникалық және STEM кабинеттері толық жабдықталуда. Алдағы уақытта бұл мәселеге қатысты қиындықтар болмайтын сияқты.

– Қазіргі балаларды телефонның шырмауынан шығарып, тақтадағы есепке қызықтырудың басты құпиясы неде?

– Баланың назары үшін күрес болып жатқан уақытта бұл өте өзекті мәселе деп айтсам болады. Бұл мәселені шешудің түрлі бағыттары бар.

Біріншіден, *оқушы мен мұғалім арасындағы қарым-қатынас*. Алдыңызда жай ғана бір топ бала емес – мінезі, қабылдау қабілеті (аудиал, визуал, кинестетик) мен отбасылық жағдайы әртүрлі тұлғалар отыр. Олардың эмоциясына балаша ерегесіп, эгоға салынсаңыз, сабақтың мақсатына жетуіңіз екіталай. Әр бала білім ала алады, бірақ әрқайсысының өз жолы бар. Мұндайда мұғалімге ең керегі – жанашырлық пен эмпатия. Өзіңіздің де кезінде партада отырған оқушы болғаныңызды ұмытпаңыз. Баламен қарым-қатынас орнамай, сабақтың сапасы артпайды.

Екіншіден, *баланы өз қызығушылығы арқылы тарту*. Балық аулағанда қармаққа өзіңіз сүйіп жейтін тортты емес, балыққа ұнайтын шылауышынды ілесіз ғой. Сабақ та дәл солай жүруі тиіс. Мысалы, шеңберді пицца бөліктерімен, қозғалыс траекториясын танымал футболшының тепкен добымен, ал ағылшын тілін оқушының арманындағы елге саяхат жасау арқылы түсіндіруге болады.

– Бывают ли моменты, когда в селе не хватает лабораторного оборудования? Как Вы находите выход из таких ситуаций?

– Поскольку физика – предмет познавательный, наличие экспериментальной части на уроках крайне важно. Особенно на лабораторных занятиях. Иногда даже лучше объяснять не на лабораторных приборах, а на вещах из повседневной жизни (бытовая техника, аксессуары, строительные материалы и т. д.). Если чего-то не хватает, я мастерю это сам. В любом случае ученик должен не просто прочитать информацию из презентации, книги или другого ресурса, а увидеть процесс своими глазами – визуализация принципиально важна.

Если говорить в целом, сегодня сельские школы активно оснащаются лабораторными, робототехническими и STEM-кабинетами. Думаю, в дальнейшем трудностей с этим вопросом не возникнет.

– В чем главный секрет того, чтобы вытащить современных детей из сетей смартфонов и увлечь задачей на доске?

– В эпоху, когда идет настоящая борьба за внимание ребенка, это очень актуальный вопрос. Существуют разные пути решения этой проблемы.

Во-первых, *взаимоотношения между учеником и учителем*. Перед вами не просто группа детей – перед вами личности с разным характером, типом восприятия (аудиалы, визуалы, кинестетики) и семейным положением. Если поддаваться детским эмоциям, входить в раж и тешить свое эго, вряд ли удастся достичь цели урока. Каждый ребенок способен учиться, но у каждого свой путь. Больше всего учителю здесь необходимы чуткость и эмпатия. Не забывайте, что и вы когда-то сидели за школьной партой. Без установления контакта с ребенком качество урока не улучшится.

Во-вторых, *вовлечение ребенка в процесс обучения через его собственные интересы*. Отправляясь на рыбалку, вы ведь насаживаете на крючок не любимый вами торт, а червяка, который нравится рыбе. Урок должен строиться по тому же принципу. К примеру, окружность можно объяснить на дольках пиццы, траекторию движения – на примере удара по мячу знаменитого футболиста, а английский язык – через путешествие в страну мечты ученика.

Үшіншіден, *пәнді академиялық шеңберден биік қою.* Мысалы, физиканы тек күрделі формулалар мен жалаң анықтамалар арқылы оқытсаңыз, баланың ынтасы тез сөнеді. Оның орнына физикалық заңдылықтардың өмірдегі, табиғаттағы және тіпті адам қатынасындағы көрінісін түсіндіріп көріңіз. Пәннің жай ғана ақпарат емес, өмір қауіпсіздігіне үйрететінін, адамзат тарихын өзгерткенін ұғындыру маңызды. Оқушы сіздің пәніңізді мектепте аптасына екі рет өтетін сабақ емес, өмірлік құрал ретінде қабылдағанда ғана, оның шынайы қызығушылығы оянады. Бұл тәсіл барлық пәнге қатысты.

– Оқушыларыңызбен бірге жасаған ең қызықты эксперимент немесе тәжірибеңіз қандай болды?

Электрофор машинасымен болған шығар. Ол туралы ақпаратты ғаламтордан іздеп көрсеңіз болады. Машинаның дисктерін айналдырғанда екі жағындағы ыдысқа қарама-қарсы зарядтар жиналады. Сыныпта он сегіз оқушы болса, тоғыздан бөлініп екі бағанға бір-бірінің қолдарынан ұстап тұрады. Екі бағанның бірінші мүшелері бір қолдарымен машинаның зарядталған екі бағанынан ұстайды. Нәтижесінде екі бағандағы оқушылар қарама-қарсы екі зарядқа қуатталады (+ және -). Қуатталып болған соң, екі бағанның соңғы оқушылары саусақтарымен бір-біріне тигізгенде барлық оқушының бойынан аз мөлшерде ток жүріп өтеді. Балалардың токты тек дәптерге жазып емес, өз бойынан өткізіп көргендері бар енді.

– «Ауылдан нағыз таланттар шығады» деген пікірге келісесіз бе?

– Әрине келісемін. Ауылда талантты жастар өте көп. Тек сол талантты тауып, дұрыс бағыт-бағдар беру қажет. Бала мектеп табалдырығын аттап, түлеп ұшқанға дейін қаншама іс-шаралар мен жарыстар ұйымдастырылады. Оның барлығы не үшін? Оқушыны тұлға етіп шығару, бар мақсат осы. Түрлі пәндік олимпиадалар, спорттық жарыстар, өнер фестивальдері, мерекелік іс-шаралар т.б. барлығы баланың дарынын анықтап, қолдау көрсету үшін. Біздің қызмет – сол баланың жолын дұрыс бағыттау.

В-третьих, *ставить предмет выше академических рамок.* Например, если преподавать физику лишь через сложные формулы и сухие определения, угасание интереса у ребенка – вопрос времени. Вместо этого попробуйте объяснить проявление физических законов в жизни, природе и даже в человеческих отношениях. Важно дать понять, что учебный предмет – это не просто сухая информация, а то, что может кардинально изменить историю человечества. Только тогда, когда ученик воспринимает ваш предмет не просто как урок два-три раза в неделю, а как жизненный инструмент, у него просыпается настоящий интерес. Этот подход применим к абсолютно любой образовательной дисциплине.

– Какой самый интересный эксперимент или опыт Вы проводили вместе со своими учениками?

– Пожалуй, эксперимент с электрофорной машиной. Информацию о ней можно легко найти в интернете. При вращении дисков машины на ее обкладках с двух сторон накапливаются противоположные заряды. Если в классе, допустим, 18 учеников, они делятся по 9 человек и становятся в 2 шеренги, держась за руки. Первые ученики в каждой шеренге берутся одной рукой за 2 заряженных полюса машины. В результате ученики обеих шеренг заряжаются противоположными зарядами (+ и –). Когда заряд накопится, крайние ученики обеих шеренг прикасаются друг к другу пальцами, и через всех ребят проходит небольшой разряд тока. Зато теперь дети не просто записали в тетради «Тема урока «Ток», а в прямом смысле слова пропустили его через себя.

– Согласны ли Вы с мнением, что настоящие таланты рождаются в глубинке?

– Конечно, согласен. В селе очень много талантливых ребят. Нужно лишь разглядеть этот талант и дать ему верное направление для развития. Начиная с того момента, как ребенок переступает порог школы, и до самого выпуска организуется множество мероприятий и соревнований. Для чего все это? Чтобы сформировать из ученика личность – вот главная цель. Различные предметные олимпиады, спортивные состязания, фестивали искусств, праздничные мероприятия и прочее – все это предназначено для выявления и поддержки детских дарований. Наша задача – направить путь ребенка в правильное русло.

Көп жіберетін қателіктеріміздің бірі – таңдауды баланың еркіне бермей, өзіміз қалаған жаққа күштеп қатыстырамыз. Ол, біріншіден, сол баланың қалауынан тыс болғандықтан таланты ашылмайды, екіншіден, сол бағытта таланты бар басқа баланың жолын жабамыз. Бұл – мұғалімдер мен ата-аналардың баланың болашағына жасаған қастандығы деп қабылдаймын. Қазіргі таңда балалардың көпшілігі мектеп бітірер шағында болашақ мамандығын таңдай алмай профориентаторларға жүгініп жататынына бірден-бір себеп те осыда.

Ауылға жұмысқа орналасқаннан бастап түрлі облыстық, республикалық, тіпті халықаралық олимпиадаларға, өнертапқыштың және техникалық сайыстарға қатыстық. Нәтижесінде бірнеше облыстың жүлдегерлері мен жеңімпаздары шықты. 2024 жылы Астана қаласында өткен олимпиадада бір оқушым алтын, бірі қола медальмен марапатталып республиканың үздіктері атанды. Бұл небәрі 150 оқушысы бар мектептен шыққан таланттар.

– Сіздің өміріңізді өзгерткен немесе есіңізде мәңгі қалған оқушының оқиғасы бар ма?

– Ондай оқиғалар көп, солардың ішінде өзіме де түртіп алған және өзге оқушыларға да мысал ретінде айтатын оқиға менің физика олимпиадасынан жеңілістен соң жеңіске ие болған оқушым жайлы. 2024 жылы 7-сынып оқушым республикалық олимпиадада облыстың үздігі болып шешуші кезеңге Астана қаласына жолдама алған болатын, алайда ол жарыста нәтижесі көңіл көншітерлік болмай, жүлдесіз оралды. Көңіл күйі түсті әрине, олимпиадаға қатысып жүрген оқушыларға да, дайындап жүрген ұстаздарға да таныс сезім деп ойлаймын. Бар мотивациялық сөздерімізді айтып жігерлендіруге тырыстық.

Келесі оқу жылында 8-сынып бола тұра, 9-сыныптың олимпиадасына, яғни бір жыл алға оқып, дайындалып қатысты. Әрине бірге дайындық жұмыстарын жүйелі түрде жүргіздік. Нәтижесінде алтын медаль иеленіп, физика пәнінен еліміздің үздігі атанды. Бұл оқушымның жеңілістен сабақ алып алға ұмтылуы, қойған мақсатынан таймай үнемі әрекет жасауы, істеп жатқан ісіне сенуі, үлкен жеңістердің артында жеңілістердің, қиындықтардың болуы көп оқушыларыма сабақ болды.

Одна из наших частых ошибок заключается в том, что мы не даем ребенку выбора, а насильно привлекаем его туда, куда хотим сами. Во-первых, поскольку это происходит вопреки желанию самого ребенка, его талант не раскрывается, во-вторых, мы перекрываем дорогу другому ученику, имеющему способности именно в этом направлении. Я воспринимаю это как вредительство будущему ребенка со стороны учителей и родителей. Это и есть одна из главных причин, почему сегодня большинство детей перед окончанием школы не могут самостоятельно выбрать профессию и вынуждены обращаться к профориентологам.

С самого начала работы в селе мы стали принимать участие в различных областных, республиканских и даже международных олимпиадах, изобретательских и технических конкурсах. В результате у нас появились призеры и победители областного уровня. На олимпиаде 2024 года в Астане один мой ученик завоевал золотую, а другой – бронзовую медаль, став лучшими в республике. И эти таланты выросли в школе, где учатся всего 150 учеников.

– Есть ли история ученика, которая изменила Вашу жизнь или навсегда осталась в памяти?

– Таких историй много, но среди них есть одна, которую я подметил для себя и привожу в пример другим ученикам. Это история о моем воспитаннике, который на олимпиаде по физике пришел к победе через поражение. В 2024 году мой ученик 7 класса стал лучшим в области и получил путевку на решающий этап Республиканской олимпиады в Астану. Однако его результат на соревновании оказался неутешительным, и он вернулся без приза. Конечно, он пал духом. Думаю, это чувство знакомо и олимпиадникам, и наставникам, которые их готовят. Мы постарались воодушевить его всеми имеющимися мотивационными словами.

В следующем учебном году, будучи уже восьмиклассником, мальчик подготовился и выступил на олимпиаде за 9 класс, то есть опережая программу на один год. Естественно, мы проводили системную совместную подготовку. В итоге он завоевал золотую медаль и стал лучшим в стране по физике. То, как этот ученик извлек урок из поражения, рвался вперед, упорно шел к поставленной цели, верил в свое дело и доказал, что за большими победами стоят неудачи и трудности, стало бесценным уроком для многих моих ребят.

– Жас маман ретінде кәсіби тұрғыда өсу үшін қандай кітаптар оқисыз немесе кімдерді тыңдайсыз?

– Мұғалім үнемі өзінің оқушы екенін ұмытпау керек. Тұрып қалған судың қандай болатынын білесіздер. Иістенеді, түсі өзгеріп жарамсыз болып қалады. Ал ағын су алдынан қандай қиыршық тас шықса да өзінің ағыс күшімен тоқтамайды және әрдайым өзінің мөлдірлігін сақтап, қай мақсатта пайдалансаңыз да жарамды болып тұрады. Мұғалім осы ағын судай болуы керек. Үнемі қозғалыстағы, ізденістегі ұстаз тәрбие мен білім беру процесінде кез келген ситуацияға дайын, берген білімі сіңімді, жарамды және әрдайым сұраныста болады.

Қазіргі таңда өз пәніңізді жақсы білу жеткіліксіз, онымен қоса педагогика, психология және пәніңізді дұрыс үйретуге қажетті технологияларды меңгеру қажет. Осы орайда мен мүмкіндігінше кез келген ағартушылыққа қатысты кітаптарды оқуға тырысамын. Ресурстарға келетін болсақ, Мағжан Жұмабаевтың «Педагогика» кітабын оқуға кеңес берер едім, әлі күнге дейін өзекті. Григорий Петровтың «Ұлттың оянуы. Финляндия қалай дамыған елге айналды?» («Ақ лалагүлдер мекені», «Бір ұлттың оянуы» деген атаулары да бар) кітабының да ұстаздарға берері мол. Бір ұлттың оянуына қарапайым ағартушының ықпалы қаншалықты екендігін жеткізеді. Әрбір ұстаз оқып шығуы тиіс десем де артық болмас. Сосын жеке тұлғалық даму кітаптарын оқимын. Сіздің бойыңызда бар немесе үйренген кез келген тұлғалық қасиеттеріңіз, адами құндылықтарыңыз балаға үлгі.

– Какие книги Вы читаете или кого слушаете, чтобы расти профессионально как молодой специалист?

– Учитель никогда не должен забывать о том, что он сам является учеником. Вы знаете, что происходит со стоячей водой: она застаивается, меняет цвет и становится не пригодной для использования. А проточная вода, какие бы камушки ни встречались на ее пути, не останавливается благодаря силе своего течения, всегда сохраняет прозрачность и остается чистой, для каких бы целей вы ее ни использовали. Учитель должен быть подобен этой проточной воде. Педагог, находящийся в постоянном движении и поиске, готов к любой ситуации в процессе воспитания и обучения детей, его знания легко усваиваются, они полезны и всегда востребованы.

Сегодня недостаточно просто хорошо знать свой предмет. Наряду с этим нужно владеть педагогикой, психологией и технологиями, необходимыми для правильного преподавания. В этой связи я стараюсь по возможности читать любые книги, связанные с просвещением. Что касается ресурсов, я бы посоветовал прочитать книгу Магжана Жумабаева «Педагогика», которая актуальна и по сей день. Книга Григория Петрова «Пробуждение нации. Как Финляндия стала развитой страной» (известная также под названиями «Страна белых лилий», «Пробуждение одной нации») тоже может многое дать учителям. Она передает то, насколько велико влияние простого просветителя на пробуждение целого народа. Не будет преувеличением сказать, что ее должен прочитать каждый педагог. Кроме того, я читаю книги по личностному развитию. Любые личностные качества и человеческие ценности, которыми вы обладаете или которым научились, служат примером для ребенка.



Бір елге барған бір кітап оқығаннан да берері мол дейді ғой, 2025 жылы сапалы тәрбие мен білім беру үдерісін күшейту, бәсекеге қабілетті, болашағы жарқын балаларды шығару мақсатында Түркістан облысы білім басқармасы мен Daryn Ustaz қауымдастығының бірлескен ұйымдастыруымен Финляндия, Эстония, Жапония, Қытай елдеріне барып, білім жүйесімен танысып тәжірибе алмасып қайттық. Ойлаңызшы, ондаған ұстаздың осылай ізденіп, тәжірибе жинауы ертең жүздеген, мыңдаған балалардың сапалы білім мен саналы тәрбие алуына ықпал етіп, әлеуетін көтереді. Осындай тәжірибеге ауылдық жерде жүріп те қол жеткізуге болады. Сіздің кәсіби дамып өсуіңізге жасыңыз, еңбек өтіліңіз, тұрмыстық жағдайыңыз тіпті тұрғылықты жеріңіз де кедергі болмайды, жоғарыда айтқандай барлығы шабыттанған мұғалімнің ниетінде.

– Сіздің өміріңіздегі ең басты ұстазыңыз кім? Жас маман ретінде 10 жылдан кейін өзіңізді қайдан және қандай деңгейден көресіз?

– Әрине, мені өмірге алып келген ата-анам мен менің тұлға болып қалыптасуыма тікелей себепкер болған мектеп қабырғасындағы ұстаздарым. Оларға шексіз алғыстан басқа айтарым жоқ. Ең басты ұстаздарымның бірі – өзімнің жіберген қателіктерім. Иә, қателіктер бізді қайғыртып, өкіндірмеу керек, керісінше бізді шыңдап, тәжірибе береді. Бастысы – сол қателікті қайталамауға ұмтылу. Міне, сол кезде біздің қателіктеріміз біздің ұстазымызға айналады, сол біздің ұтқанымыз.

Говорят, посещение одной страны дает больше, чем прочтение одной книги. В 2025 году с целью укрепления процесса качественного воспитания и образования конкурентоспособных детей с перспективным будущим Управление образования Туркестанской области совместно с Ассоциацией Daryn Ustaz организовали поездку в Финляндию, Эстонию, Японию и Китай, в ходе которой мы познакомились с образовательными системами этих стран и обменялись опытом. Только подумайте: творческий поиск и профессиональный опыт десятков учителей завтра помогут сотням и тысячам детей получить качественное образование и осознанное воспитание, раскрыв их потенциал. К такому опыту можно прикоснуться, даже работая в сельской местности. Вашему профессиональному росту не помешают ни возраст, ни стаж работы, ни бытовые условия, ни даже место жительства, ведь, как я уже говорил выше, все кроется в намерении вдохновленного учителя.

– Кто является самым главным учителем в Вашей жизни? Кем и каким Вы видите себя через 10 лет?

– Конечно же, это мои родители, подарившие мне жизнь, и школьные учителя, которые стали непосредственной причиной моего становления как личности. Кроме бесконечной благодарности им, мне нечего добавить. Одни из моих главных учителей – это мои собственные ошибки. Да, ошибки не должны огорчать нас или заставлять жалеть, напротив, они закаляют нас и дают нам опыт. Главное – стремиться не повторять прошлых ошибок. Вот тогда наши промахи становятся нашими учителями, и в этом наш выигрыш.

В целом в жизни мы все друг для друга учителя. С момента появления на свет и до глубокой старости мы учимся друг у друга и познаем мир. Если кто-то научил вас правильно держать теннисную ракетку, он учитель; научил правилам дорожного движения – учитель; этикету

Жалпы өмірде барлығымыз бір-бірімізге ұстазбыз. Дүниеге келгеннен қартайған шағымызға дейін бір-бірімізден үйренумен, танумен боламыз. Біреу сізге теннис ракеткасын қалай ұстауды үйретсе – ұстаз, жол жүру ережесін үйретсе – ұстаз, тамақтану әдебін, киінуді, шаш қою үлгісін, ас әзірлеуді, адасқанда жол көрсетіп жіберсе, онлайн тапсырыс беруді үйретсе, пернетақтаның тілін ауыстыруды үйретсе, тіпті аяқ-киіміңіздің бауын қалай байлауды үйреткен жан да сізге ұстаз болып үлгерді. Яғни біз өмірімізде өте көп ұстаздың алдынан өтеді екенбіз және бізге кез келген пайдалы білімді үйреткен ұстазымызға құрметіміз үлкен, қарым-қатынасымыз сыйлы болу керек.

Мен қанша жыл өтсін, мейлі, өзімді білім, ғылым, ағарту саласынан көремін. Мақсатым тек бір ауыл шеңберінде емес, шамамыз келгенше осы салада ұлт, республика деңгейінде пайдамызды тигізу.

– Ауылдағы жастарға не айтқыңыз келеді? Олардың көбі тезірек қалаға кетуге асығады ғой.

– Қазіргі қоғамда, мүмкін әлеуметтік желінің әсері ме, мүмкін заман ағымы солай болғаннан ба, жастар жетістікке жылдам жетуге ұмтылады. Яғни, бір «асығу синдромы» бар. Мен асығыстық жасап, болашақпен өмір сүрмей, қазіргі сәтте, процессті сезініп, дәл қазір жасап жатқан ісіңе назар аударуға кеңес берер едім.

Иә, қазіргі ауылдық өңірлердің басты проблемаларының бірі – жұмыссыздық. Бәріне бірдей қалаған жұмысы табылып, ауылда тұрақтап қала бермейді. Бірақ табылған жағдайда да қалаға асығу ең ұтымды шешім деп айта алмаймын. Елімізге белгілі шенеуніктер, ықпалды депутаттар, жанашыр кәсіпкерлер, танымал өнер адамдары, ғылым саласындағы майталмандар, академиктер т.б. салалардың үздіктерінің көбі осы ауылдық аймақтардан шыққан жандар.

Мұхтар Шаханов өз өлеңінде айтады:

«Мәңгі лаулап жану үшін ғаламда,
Үлкен бақыт табу үшін ғаламда,
Үлкен болып қалу үшін ғаламда,
Үлкен арман керек екен адамға»,

Барлық жетістікке жеткен тұлғаларға ортақ дүние – ол ұлы мақсаттың болуы. Менің айтқым келгені кез келген бала: «Мен еліме қалай пайдалы бола аламын?» деген оймен мамандығын таңдаса, адаспайды. Адаспай таңдаған мамандық жолында ұлы мақсаттар қойып, сол мақсаттардың жолында үздіксіз әрекет жасаса, үлкен нәтижелер шығады. Оған еш күмән болмасын.

за столом, стилю в одежде, прическе, кулинарии, подсказал дорогу, когда вы заблудились, научил делать онлайн-заказ, переключать язык на клавиатуре или даже завязывать шнурки – этот человек уже успел стать для вас учителем. Таким образом, за свою жизнь мы проходим через руки огромного количества учителей, и мы должны глубоко уважать и ценить каждого, кто передал нам хоть какие-то полезные знания.

Сколько бы лет ни прошло, я вижу себя в сфере образования, науки и просвещения. Моя цель – приносить пользу не только в масштабах одного села, но и, насколько хватит сил, на республиканском и общенациональном уровнях.

– Что бы Вы хотели сказать сельской молодежи? Ведь многие молодые люди стремятся как можно скорее уехать в город.

– В современном обществе, то ли из-за влияния социальных сетей, то ли от веяния времени, молодежь стремится достичь успеха как можно быстрее. Прослеживается эдакий «синдром спешки». Я бы посоветовал не торопиться, не жить исключительно будущим, а чувствовать текущий момент, процесс и концентрироваться на том деле, которым занимаешься прямо сейчас.

Да, одна из главных проблем сегодняшних сельских регионов – безработица. Не каждый может найти работу по душе и остаться в селе. Но даже если работа есть, стремление поскорее сбежать в город я не считаю самым выигрышным решением. Известные в нашей стране чиновники, влиятельные депутаты, неравнодушные предприниматели, знаменитые деятели искусства, мэтры науки, академики и лучшие представители других сфер – большинство из них вышли именно из сельской местности.

Мухтар Шаханов в своем стихотворении говорит:

«Чтобы вечно пылать в этом мире,
Чтобы счастье изведать в этом мире,
Чтобы великим остаться в этом мире,
Человеку нужна большая мечта».

Всех успешных личностей объединяет одно – наличие великой цели. Я хочу сказать, если каждый ребенок будет выбирать профессию с мыслью «Как я могу принести пользу своей стране?», он не собьется с правильного пути. А если на верно выбранном профессиональном пути ставить перед собой великие цели и неустанно действовать ради их достижения, придут и большие результаты. В этом нет ни малейших сомнений.

Беседовал
А. А. Дәуренұлы,
руководитель Лаборатории цифрового контента
для педагогов и родителей
Департамента информационных технологий,
Национальный научно-практический
институт благополучия детей «Өркен»,
г. Алматы

Сұхбаттасқан
А. А. Дәуренұлы,
Ақпараттық технологиялар департаментінің
оқытушылар мен ата-аналарға арналған
цифрлық контент зертханасының жетекшісі,
«Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру
ұлттық ғылыми-практикалық институты,
Алматы қ.



Құндылықтарға негізделген тәрбие: заманауи көзқарас

Воспитание, основанное на ценностях: современный подход

А.Х. Мұхтаров,
Филология ғылымдарының кандидаты,
«ӨРКЕН» Балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық-ғылыми практикалық институты КеАҚ-ның, жетекші ғылыми қызметкері,
Алматы қ.

А. Х. Мухтаров,
кандидат филологических наук,
ведущий научный сотрудник,
Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен»,
г. Алматы



Қазіргі қоғамда бала тәрбиесі тек білім беру ұйымының міндеті ретінде қарастырылмайды. Баланың тұлғалық қалыптасуы отбасы, мектеп және әлеуметтік ортаның ықпалы арқылы жүзеге асады. Сондықтан ***тәрбие берудің тиімділігі*** барлық тәрбие субъектілерінің, яғни *осы үштіктің қызметін бір арнаға тоғыстырып, ортақ мақсатқа жұмылдыруда деп түсінеміз.*

В современном обществе воспитание ребенка уже не рассматривается исключительно как задача организации образования. Формирование личности происходит под влиянием семьи, школы и социального окружения. Поэтому ***эффективность воспитательной работы*** во многом зависит от *согласованных действий всех субъектов воспитания, объединенных общей целью.*

Қазақстандағы тәрбие жұмысының қазіргі моделінде *құндылықтарға негізделген* тәсілдің орны ерекше. Бұл тәсіл тұлғаның мінез-құлқын, қарым-қатынас мәдениетін, азаматтық ұстанымын және жауапкершілігін қалыптастыруды көздейді.

Осы тұрғыдан алғанда ***«Даналық мектебі» клубы, «Адал азамат» және «ДосболLIKE»*** бағдарламалары – *өзара бірін-бірі толықтыратын, бірыңғай тәрбиелік кеңістік құруға бағытталған бастамалар.* Аталған жобалардың мазмұны әртүрлі болғанымен, олардың негізгі мақсаты ортақ, ұлттық және жалпыадамзаттық құндылықтарды бойына сіңірген, жауапты, мейірімді, өзіне және өзгелерге құрметпен қарайтын тұлға тәрбиелеу.

«Даналық мектебінің» қызметі «Адал азамат» және «ДосболLIKE» бағдарламаларының негізгі идеяларымен үндесе келіп, төмендегідей ортақ құндылықтарға сүйенеді.

АДАМҒА ҚҰРМЕТ

«Адал азамат» бағдарламасы

Әр адамның қадір-қасиетін құрметтеу маңызды қағида ретінде қарастырылады.

«ДосболLIKE» бағдарламасы

Буллингтің алдын алу арқылы әр баланың қауіпсіздігі мен психологиялық әл-ауқатын қорғауды көздейді.

«Даналық мектебі» клубы

Үлкенге құрмет, кішіге ізет, отбасындағы өзара сыйластық мәселелері басты орын алады.

Осылайша үш бағдарлама да адамның тұлғалық құндылығын мойындауды негізге алады.

ЖАУАПКЕРШІЛІК

«Адал азамат» бағдарламасы

Жауапкершілік – адал азаматтың басты белгісі.

Сегодня в модели воспитательной работы в Казахстане особое место занимает *ценностно-ориентированный подход.* Он направлен на формирование личности, выстраивать конструктивные взаимоотношения, проявлять гражданскую ответственность и осознанно относиться к своим поступкам.

С этой точки зрения ***Клуб «Даналық мектебі», программы «Адал азамат» и «ДосболLIKE»*** представляют собой *взаимодополняющие инициативы, объединенные общей целью создания единого воспитательного пространства.* Несмотря на различия в содержании, все три проекта направлены на воспитание личности, разделяющей национальные и общечеловеческие ценности, ответственной, доброжелательной, уважающей себя и окружающих.

Деятельность Клуба «Даналық мектебі» созвучна ключевым идеям программ «Адал азамат» и «ДосболLIKE» и основывается на общих ценностных ориентирах.

УВАЖЕНИЕ К ЧЕЛОВЕКУ

Программа «Адал азамат»

Уважение достоинства и ценности каждого человека рассматривается как один из основополагающих принципов программы.

Программа «ДосболLIKE»

Программа направлена на защиту безопасности каждого ребенка и его психологического благополучия посредством профилактики буллинга.

Клуб «Даналық мектебі»

Особое внимание уделяется уважительному отношению к старшим, заботе о младших и культуре взаимного уважения в семье.

Таким образом, все три программы исходят из признания безусловной ценности личности каждого человека.

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Программа «Адал азамат»

Ответственность рассматривается как одно из главных качеств достойного гражданина.

Программа «ДосболLIKE»

Обучающиеся учатся осознавать последствия своих поступков и чувствовать ответственность перед сверстниками.

«ДосболLIKE» бағдарламасы

Оқушылар өз әрекеттерінің салдарын түсініп, құрбы-құрдастар алдындағы жауапкершілігін сезініп үйренеді.

«Даналық мектебі» клубы

Баланың бойында тек жеке қасиет емес, отбасы мен қоғам алдындағы азаматтық борышын сезінетін, өз ісіне ұқыптылықпен қарайтын, өзгелерге сенім арта алатын тұлға боп қалыптасудың негізі.

Жауапкершілік – адамның мінезін қалыптастыратын және өмірлік жетістіктеріне жол ашатын басты қасиеттердің бірі. Өз ісіне, сөзіне және айналасындағы адамдарға жауапкершілікпен қарайтын тұлға қоғамда да, жеке өмірінде де табысты болуға ұмтылады.

МЕЙІРІМДІЛІК ПЕН ҚАМҚОРЛЫҚ

«Адал азамат» бағдарламасы

Мейірімділік – барлық тәрбиелік ықпалдардың өзегі.

«ДосболLIKE» бағдарламасы

Эмпатия – өзгелердің сезімін түсіну және қолдау көрсету дағдыларын қалыптастырады.

«Даналық мектебі» клубы

Ұрпақтар сабақтастығын, олардың бір-біріне деген мейірімділігі мен қамқорлығын нығайтады.

Үш бастаманы біріктіретін ортақ құндылықтың бірі – мейірімділік пен қамқорлық. Мейірімділік баланың өзгелерге жанашырлық танытуына, олардың сезімін түсініп, қолдау көрсетуіне ықпал етеді. Отбасында, мектепте және құрдастар ортасында қалыптасатын бұл құндылық өзара сыйластыққа, қамқорлыққа және адамгершілікке негізделген қарым-қатынас мәдениетін дамытуға ықпал етеді.

Клуб «Даналық мектебі»

Ответственность рассматривается не только как личное качество, но и как основа формирования человека, осознающего свой долг перед семьей и обществом, добросовестно относящегося к своим обязанностям и умеющего выстраивать доверительные отношения с окружающими.

Ответственность является одним из важнейших качеств личности, определяющих характер человека и во многом влияющих на его жизненный успех. Человек, ответственно относящийся к своим поступкам, словам и окружающим людям, способен добиваться успеха как в общественной, так и в личной жизни.

ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОСТЬ И ЗАБОТА

Программа «Адал азамат»

Доброжелательность рассматривается как основа всей воспитательной деятельности.

Программа «ДосболLIKE»

Эмпатия – умение понимать чувства других людей и оказывать им поддержку.

Клуб «Даналық мектебі»

Деятельность клуба способствует укреплению преемственности поколений, взаимной заботы и доброжелательного отношения между членами семьи.

Единой ценностью, объединяющей три инициативы, являются доброта и забота. Они учат ребенка сопереживанию, умению понимать чувства других и поддерживать в трудную минуту. Формируясь дома, в школе и среди друзей, эта ценность закладывает фундамент культуры общения, основанной на взаимном уважении, чуткости и человечности.

QR-кодты сканерлеңіз · Отсканируйте QR-код
Instagram: @inabat_news

ЫНТЫМАҚТАСТЫҚ

«Адал азамат» бағдарламасы

Жас буынды қоғам игілігі үшін еңбек етуге тәрбиелейді.

«ДосболLIKE» бағдарламасы

Мектепте достық қарым-қатынасқа негізделген командалық жұмыс дағдыларын қалыптастыру және дамыту.

«Даналық мектебі» клубы

Бұл ұрпақтарды жақындастырып, ата-әже, үлкен туыстар, мұғалімдер және балалардың өздері арасындағы жылы байланыс пен сенімтестікті нығайтады

Тағы бір ортақ құндылық – ынтымақтастық. Ол адамның ортақ мақсатқа жету жолында өзгелермен бірлесіп әрекет етуіне, өзара түсіністік пен қолдау көрсетуіне негіз болады. Қоғамда, мектепте және отбасында қалыптасатын ынтымақтастық мәдениеті жауапты, белсенді және қарым-қатынас жасау дағдылары дамыған тұлға тәрбиелеуге ықпал етеді.

СОТРУДНИЧЕСТВО

Программа «Адал азамат»

Развитие стремления трудиться на благо общества.

Программа «ДосболLIKE»

Формирование и развитие навыков командной работы, сотрудничества на основе дружеских взаимоотношений в школьном коллективе.

Клуб «Даналық мектебі»

Сближает поколения, укрепляя теплую связь и партнерство между бабушками и дедушками, старшими родственниками, педагогами и самими детьми

Сотрудничество способствует достижению общих целей во взаимодействии, взаимопониманию и взаимной поддержке. Культура сотрудничества, формирующаяся в семье, школе и обществе, создает условия для воспитания активной, ответственной личности с развитыми коммуникативными навыками.

АДАЛДЫҚ

«Адал азамат» бағдарламасы

«Адал азамат» бағдарламасында адалдық, әділдік азаматтық жауапкершіліктің негізі ретінде қарастырылады.

«ДосболLIKE» бағдарламасы

Буллингтің кез келген түрі әділетсіздік болғандықтан, бағдарлама адал әрі әділ қарым-қатынас мәдениетін қалыптастыруға бағытталған.

«Даналық мектебі» клубы

Өзара құрметті, тең қарым-қатынасты қандай ортада болмасын адал, әділетті болуды насихаттайды.

Адалдық құндылығы үш жобада осылай көрініс табады. Ол адамның құқықтары мен қадір-қасиетін құрметтеуге, тең қарым-қатынас орнатуға және қабылданған шешімдерде адалдық пен шынайылықты сақтауға негіз болады. Отбасында, мектепте және қоғамда әділдік қағидаттарын ұстану жауапты әрі адамгершілігі жоғары тұлға қалыптастыруға ықпал етеді. Адалдық құндылығы тұлғаның моральдық бағдарын қалыптастырады.

ЧЕСТНОСТЬ

Программа «Адал азамат»

Честность и справедливость рассматриваются как основа гражданской ответственности.

Программа «ДосболLIKE»

Поскольку любая форма буллинга – это проявление несправедливости, программа направлена на формирование культуры честных и справедливых взаимоотношений

Клуб «Даналық мектебі»

Утверждает принципы взаимного уважения и равноправного диалога, воспитывая стремление сохранять честность и абсолютную справедливость, в каком бы окружении ни находился человек.

Ценность порядочности красной нитью проходит через все три инициативы. Она становится той незыблемой основой, на которой строятся уважение к правам и достоинству каждого, культура равного диалога и абсолютная искренность в любых решениях. Когда в семье, в стенах школы и в обществе торжествуют принципы справедливости, это помогает вырастить по-настоящему ответственную и глубоко гуманную личность. Честность закладывает главный моральный ориентир на всем жизненном пути человека.



Халықаралық тәжірибе аясындағы мектеп педагог-психологтерінің қызметі

Педагог-психолог деген кім және ол немен айналысады?

Педагог-психолог – педагогикалық психология саласында білімі бар маман. Оның арнаулы орта немесе жоғары бейіндік білімі, сондай-ақ кәсіби қайта даярлаудан өткені туралы дипломы болады. Педагог-психолог білім беру ұйымдарында білім алушылармен, олардың ата-аналарымен және педагогтермен жұмыс істейді. Мұндай мамандар мектептерде, балабақшаларда, арнаулы орта оқу орындарында және дамыту орталықтарында қызмет атқара алады.

Е. М. Песина,
редактор,
«Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты,
Алматы қ.



Деятельность школьных педагогов-психологов в аспекте международного опыта

Кто такой педагог-психолог, и чем он занимается?

Педагог-психолог – это специалист с образованием по педагогической психологии. У него может быть среднее или высшее профильное образование либо диплом о переподготовке. Педагог-психолог может работать с учащимися, их родителями и преподавателями в разных образовательных учреждениях: школах, детских садах, средних специальных учебных заведениях, развивающих центрах.

Е. М. Песина,
редактор,
Национальный научно-практический
институт благополучия детей «Өркен»,
г. Алматы

Педагог-психолог жұмысының басты мақсаты *– білім беру ұйымында қолайлы әрі салауатты психологиялық ахуал қалыптастыру және оны тұрақты түрде қолдау.* Осы мақсатты жүзеге асыру үшін педагог-психолог мынадай еңбек міндеттерін атқарады:

- білім алушылардың әлеуметтенуіне және жаңа ортаға бейімделуіне көмектесу;
- балалардың психоэмоциялық жай-күйін бағалау;
- тұлғалық дамуындағы ауытқуларды анықтау;
- психикалық дамуы тежелген балалармен жеке жұмыс жүргізу;
- қауіп тобына жататын балалармен профилактикалық және түзету жұмыстарын жүргізу (агрессивті мінез-құлық танытатын, тұйық, құрдастарымен қарым-қатынас жасамайтын, эмоциялық тұрғыдан тұрақсыз балалар және т. б.);
- білім беру ұйымы қызметкерлеріне және білім алушылардың ата-аналарына психологиялық қолдау көрсету;
- тиісті құжаттаманы жүргізу;
- бақылаушы органдарға есептер ұсыну.

Мектептегі педагог-психологтің міндеттері

- Білім алушылар тарапынан тәртіп бұзушылықтарды анықтап, олармен түзету жұмыстарын жүргізу.
- Балалар арасында, сондай-ақ білім беру үдерісіне қатысатын ересектер – ата-аналар, мұғалімдер, әкімшілік өкілдері және басқа да тұлғалар арасында туындайтын жанжалдарды шешуге ықпал ету.
- Буллингтің алдын алу және оны тоқтату.
- Буллингтен зардап шеккен балаларға көмек көрсету.
- Қолайсыз отбасылық жағдайда тәрбиеленіп жатқан балаларды анықтау, мүмкіндігінше мұндай отбасылармен жұмыс жүргізу және балаға психологиялық қолдау көрсету.
- Балалардың оқу үлгерімін бақылап, бағалары күрт төмендеген жағдайда тиісті шаралар қабылдау. Өйткені оқу үлгерімінің төмендеуі – депрессия белгілерінің бірі болуы мүмкін.
- Сынып ұжымындағы ахуалды анықтауға көмектесетін сыныптан тыс іс-шаралар өткізу: сынып көшбасшыларын анықтау,

Главная цель работы педагога-психолога *– создать и поддерживать здоровый и комфортный психологический климат в учебном заведении.* Для реализации этой цели выполняются следующие трудовые функции педагога-психолога:

- помощь в социализации и адаптации учащихся;
- оценка психоэмоционального состояния детей;
- выявление нарушений развития личности;
- индивидуальная работа с детьми с задержкой психического развития;
- профилактическая и коррекционная работа с детьми, находящимися в группе риска (дети с агрессивным поведением, замкнутые, не общающиеся со сверстниками, эмоционально неустойчивые и т. д.);
- психологическая поддержка сотрудников учебного заведения и родителей обучающихся;
- ведение документации;
- предоставление отчетов контролирующим инстанциям.

Задачи педагога-психолога в школе

- Выявлять нарушения дисциплины со стороны учащихся, проводить коррекционную работу.
- Способствовать решению конфликтов, возникающих как между детьми, так и между взрослыми участниками образовательного процесса: родителями, учителями, представителями администрации и др.
- Предотвращать и прекращать буллинг.
- Помогать детям, пострадавшим от травли.
- Определять, какие дети растут в неблагополучных семьях, по возможности работать с такими семьями, оказывать психологическую поддержку ребенку.
- Следить за успеваемостью детей и принимать меры при резком ухудшении оценок: снижение успеваемости – сигнал о неблагополучии, например, один из симптомов депрессии.

жасырын жанжалдар мен айқын көрінетін өшпенділікті байқау. Мұндай іс-шаралар, әдетте, командалық ойындар немесе тестілеу түрінде өткізіледі.

- Өмірінің күрделі кезеңдерін бастан өткеріп жүрген балаларға қолдау көрсету және көмектесу (ата-анасының ажырасуы, басқа жерге көшу және осыған байланысты туындайтын бейімделу қиындықтары кезінде балаға психологиялық көмек көрсету).

Әртүрлі елдерде мектеп психологиясының даму деңгейі айтарлықтай ерекшеленеді. Кейбір мемлекеттерде бұл мамандық толық қалыптасып, ұзақ жылдық тарихы бар кәсіби салаға айналған. Ал кей елдерде мектеп психологиясы әлі де қалыптасу кезеңінде.

Ресей Федерациясындағы педагог-психологтің кәсіби стандартына сәйкес маманның алдына мынадай міндеттер қойылады:

- оқудағы сәтсіздіктің алдын алу;
- балалардың болашаққа қатысты мазасыздығын төмендетуге, әлеуметтік дағдыларды меңгеруіне және қоғамға бейімделуіне ықпал ету;
- оқытуды дараландыруға көмек көрсету;
- балалардың жалпы білімдік және тұлғалық дамуына, сондай-ақ оларға түзету-дамыту бағытында қолдау көрсетуге ықпал ету;
- білім алушылардың оқу мотивациясын арттыру, педагогикалық ұжымның психологиялық құзыреттілігін жетілдіру және т. б.

Ұлыбританияда мектептегі психологиялық қызмет әр графтықта құрылып, мектептерден келіп түсетін нақты сұраныстар негізінде жұмыс істейді.

- Кәсіби стандарттардың алғашқы жүйесі Ұлыбританияда 1998 жылы енгізілді.
- Қазіргі кәсіби стандарттар маманның кәсіби білімі, білігі мен дағдыларының қалыптасуына қойылатын 33 талапты қамтиды.
- Ұлыбританиядағы мектеп психологы қызметінің кәсіби стандарты маманның

- Проводить внеклассные мероприятия, которые помогут определить обстановку в коллективе: выявить лидеров класса, заметить скрытые конфликты и выраженную враждебность. Подобные мероприятия обычно проводятся в формате командных игр или тестирования.
- Поддерживать и помогать детям, переживающим сложные жизненные периоды (развод родителей, переезд и сопутствующие этому проблемы с адаптацией).

В разных странах существуют значительные различия в развитии школьной психологии. В некоторых эта специальность уже сформировалась и имеет длительную историю, в других еще находится в стадии становления.

Профессиональный стандарт педагога-психолога в ***Российской Федерации*** ставит задачи:

- предотвращать школьный неуспех;
- способствовать снижению тревожности перед будущим, социальному научению и социальной адаптации детей;
- оказывать помощь в индивидуализации обучения;
- содействовать общеобразовательному и личностному росту детей, их коррекционно-развивающей поддержке;
- повышать учебную мотивацию, психологическую квалификацию педагогического коллектива и т. д.

В ***Великобритании*** школьная психологическая служба создается в каждом графстве и работает по конкретным запросам из школ.

- Первая система профессиональных стандартов появилась в Великобритании в 1998 г.
- Современные стандарты включают в себя 33 пункта требований к сформированности профессиональных знаний, умений и навыков.



біліктілігіне қойылатын талаптардың біртіндеп артып келе жатқанын көрсетеді.
- Психологиялық қызметке қабылданған мамандар педагогикалық білім туралы дипломмен қатар кәсіби білікті психолог мәртебесін алуға міндетті.
- Мектеп психологы-сарапшы педагогикалық ұжымның қауіпсіз әрі қолайлы білім беру ортасын қалыптастыру бағытындағы қызметінің сапасын бағалау жүйесін әзірлеуге қажетті білім мен дағдыларды меңгеруі тиіс.

Мектеп психологтарының халықаралық қауымдастығы (ISPA) – *жалпы білім беретін және жекеменшік мектептерге мамандар даярлау, білім беру саласындағы психологтердің қызметі және осы бағыттағы өзге де мәселелермен айналысатын мектеп психологтары мен білім беру психологтерінің ең көне кәсіби бірлестіктерінің бірі. Қауымдастық түрлі бағыттар бойынша тұрақты түрде семинарлар өткізіп отырады. Бұл мамандарға кәсіби көкжиегін кеңейтіп, күнделікті жұмыс барысында туындайтын міндеттерді шешудің тың әрі стандарттан тыс тәсілдерін меңгеруге мүмкіндік береді. Қауымдастық қызметінің түрлі әдістері мен бағыттары тарихи даму барысында қалыптасып, қазіргі мектеп психологиясының келбетін айқындады. Соңғы жылдары бұл саланың қарқынды дамуы оның өміршеңдігін әрі қазіргі қоғам үшін қажеттілігі жоғары екенін көрсетеді.*

Педагог-психолог – дәрігер емес. Ол психикалық немесе неврологиялық бұзылыстары бар білім алушыларды емдеуге міндетті емес және мұндай ем жүргізуге құқығы жоқ. Алайда оның кәсіби міндеттерінің бірі – физиологиялық немесе психикалық ерекшеліктеріне байланысты оқу бағдарламасын меңгеруде қиындық көріп жүрген балаларды анықтау. Егер педагог-психолог баланың оқуындағы қиындықтар психологиялық мәселелерден емес, даму қарқынының кешеуілдеуінен туындауы мүмкін деп есептесе, бұл туралы ата-анасына және білім беру ұйымының әкімшілігіне хабарлауы тиіс. Сондай-ақ ол басқа педагогтермен бірге арнайы комиссия өткізудің қажеттілігін және қажет болған жағдайда баланы мамандандырылған білім беру ұйымына ауыстыру мәселесін талқылауы керек.

- Британский профессиональный стандарт деятельности школьного психолога показывает нарастающий характер требований к квалификации.
- Сотрудники, принятые на службы, кроме диплома о педагогическом образовании, обязаны получить статус профессионального квалифицированного психолога.
- Школьный психолог-эксперт должен обладать знаниями и умениями для разработки системы оценки качества деятельности педагогического коллектива по созданию безопасной и комфортной образовательной среды.

Международная ассоциация школьных психологов (ISPA) – *старейшее объединение школьных психологов и психологов образования, занимающееся вопросами подготовки специалистов для общеобразовательных и частных школ, работе психологов в образовании и т. д. На регулярной основе проводятся семинары по различным направлениям, что позволяет специалистам расширять свой кругозор и приходить к нестандартным подходам в решении рабочих задач. Различные методы и направления деятельности ассоциации сложились исторически и определили современное лицо школьной психологии, активное развитие которой в последние годы говорит о ее жизнеспособности и востребованности в современном обществе.*

Педагог-психолог не врач. Он не должен и не может лечить учащихся с психическими или неврологическими нарушениями. Но в его профессиональные функции входит задача по выявлению детей, которые не справляются с программой в силу физиологических или психических особенностей. Если он считает, что трудности с учебой могут быть связаны с отставанием в развитии, а не с психологическими проблемами, то он должен сообщить о проблеме родителям и администрации учебного заведения, обсудить с другими педагогами необходимость проведения специальной комиссии и перевода ребенка в специализированное учреждение.

Жапонияда педагог-психологтің қызметі оқушы өмірінің барлық қырын қамтитын қатаң тәртіпті, яғни шартты түрде «жапондық болат» деп аталатын жүйені реттеуге және оның психологиялық әсерін жұмсартуға бағытталған.

- Баланың еркіндігі басым кезеңі небәрі 5 жасқа дейін созылады. Осы жасқа дейін жапондар балаға «патшадай» қарайды, 5 жастан 15 жасқа дейін – «қатаң тәртіпке бағынатын бала» ретінде тәрбиелейді, ал 15 жастан кейін оны «тең дәрежедегі тұлға» ретінде қабылдайды.
- Барлық оқушы үшін сыртқы келбетке қойылатын бірыңғай талаптар белгіленген.
- Үлкендерді құрметтеу маңызды қағидалардың бірі саналады, ал жоғары сынып оқушылары кіші сыныптағы балаларға жауапкершілікпен қарауға үйретіледі.
- Әрбір бірінші сынып оқушысына 6-сынып оқушыларының арасынан тәлімгер бекітіледі.
- Жапон мектептерінде балалардың ұжымшылдық сезімін, бірлігін және бір-бірімен тіл табыса білу қабілетін қалыптастыруға ерекше мән беріледі. Осы мақсатта сыныптардың құрамы жыл сайын қайта жасақталып отырады.

Америка Құрама Штаттарында практик-психолог оқушының қандай қиындықтарға тап болғанын анықтап, олардың терең себептерін айқындауы және туындаған мәселелерді еңсеруге көмектесуі тиіс.

- Үлгерімі төмен оқушыларға арналған бағдарламаларды мектеп психологі мұғаліммен бірлесіп таңдайды.
- Мектеп психологтеріне арналған, ғалымдар әзірлеген арнайы ұлттық модель бар. Ол іс-әрекетке бағыт беретін бағдарламалық нұсқаулық ретінде қолданылады, алайда өзгермейтін қатаң қағида болып саналмайды.
- Психолог негізінен жоғары сынып оқушыларымен күніне 6–8 сағат жұмыс істейді. Оның мақсаты – жасөспірімге өзін жеке тұлға ретінде танып-білуге, ересек өмірде қажет болатын маңызды қасиеттерді дамытуға көмектесу. Олардың қатарында адамдарды құрметтеу, өзіне және жақындарына жауапкершілікпен қарау, командада жұмыс істей білу, өзіне де, өзгелерге де қамқорлық жасау қабілеті бар.
- Мектеп психологі – арнайы білім беру қызметтері (*Special Education Service*) мен мектеп арасындағы байланысты қамтамасыз ететін дәнекер маман.

В ***Японии*** деятельность педагога-психолога (воспитателя) направлена на регулирование и психологическое смягчение так называемой «японской стали» – дисциплины, пронизывающей жизнь школьника.

- Период «вседозволенности» у малыша продолжается всего до 5 лет. До этого возраста японцы обращаются с ребенком, как с «королем», с 5 до 15 лет – как с «рабом», а после 15 – как с «равным».
- Единый стандарт внешнего вида для всех учащихся.
- Уважение к старшим, а в старших классах – ответственность перед младшими.
- К каждому первоклашке приставляют куратора – ученика 6 класса.
- Огромное внимание в японских школах уделяется формированию у детей коллективизма, чувства единства, способности уживаться друг с другом (используется ежегодная перетасовка классов).

В ***Соединенных Штатах Америки*** психолог-практик должен распознать, в чем трудности ученика, определить их глубинные причины, и помочь преодолеть проблемы.

- Программы для неуспевающих школьников вместе с преподавателем подбирает школьный психолог.
- Существует специальная национальная модель для школьных психологов, разработанная учеными. Это программное руководство к действию, но не догма.
- Психолог работает в основном в старших классах по 6–8 ч в день. Его цель – помочь подросткам осознать себя как личность, развить в себе качества, которые помогут во взрослой жизни: уважение к людям, ответственность перед самим собой и близкими, умение работать в команде, способность заботиться о себе и других.
- Школьный психолог – это мостик, связующее звено между службами специального образования (Special Education Service) и школой.

Израильде білім беру жүйесіндегі психологиялық қызметтің негізгі буыны – қалалық немесе аудандық психологиялық орталық. Ол Ағарту министрлігінің кәсіби-психологиялық бөліміне бағынады. Психологтің мектеп әкімшілігіне тәуелсіз болуы оның негізгі міндетін – әр баланың мүддесін қорғауды – анағұрлым тиімді жүзеге асыруына мүмкіндік береді. Психологтердің бір орталықта шоғырлануы мамандардың өзара кәсіби қарым-қатынас жасауына, бір-біріне кеңес беруіне, күрделі жағдайларды бірлесіп талқылауына, сондай-ақ кәсіби білімін одан әрі жетілдіруіне жағдай жасайды. Психологиялық орталық біліктілікті арттыруға, психологиялық көмек көрсету саласындағы өзекті мәселелер бойынша дәрістер мен кәсіби іс-шаралар өткізуге арналған база қызметін атқарады.

Францияда мектептегі психологиялық қызметті ұйымдастырудың кең таралған түрі – психологиялық-педагогикалық көмек көрсету топтары. Мұндай топ әртүрлі бағыттағы мамандардан құралады:

- мектеп психологі;
- оқыту психологі;
- психомоторлық даму маманы.

Топ жұмысының негізгі назарында білім алушылардың оқу үдерісінде кездесетін қиындықтары мен мінез-құлық мәселелері болады. Оның басты міндеттерінің бірі – оқыту мен тәрбиелеудің ерекше нысандары мен әдістерін қажет ететін балаларды анықтау, сондай-ақ осы мәселелер бойынша ата-аналар мен педагогтерге кеңес беру.

Қытайда мектеп психологінің қызметі дәстүрлі түрде адамның өмір сүру салтына байланысты туындайтын экзистенциялық мәселелерді шешуге бағытталған. Олардың қатарына өмір қарқынының жоғарылығы, шамадан тыс жүктеме, жағымсыз эмоциялық күйлер және басқа да психологиялық қиындықтар жатады.

- Көшбасшылық қасиеттерді дамыту және бәсекелестік ортада әрекет ету дағдыларын қалыптастыру;
- Қашықтан тиімді өзара әрекет ету үшін виртуалды қарым-қатынас дағдыларын дамыту;
- Көші-қон мәдениетін қалыптастыру.

Германия Федеративтік Республикасында білім беру үдерісіне қатысушыларға психологиялық көмек көрсетудің өзіндік моделі қалыптасқан. Елде мектеп психологтерінің бірыңғай қызметі жоқ.

В ***Израиле*** основная единица психологической службы в системе образования – городской или районный центр. Он подчинен профессионально-психологическому отделу Министерства просвещения. Независимость психолога от школьной администрации позволяет ему более эффективно выполнять свою основную функцию – отстаивать интересы каждого ребенка. Концентрация психологов в центре дает возможность профессионального общения, взаимного консультирования, обсуждения наиболее сложных случаев, дальнейшего профессионального образования и т. д. Психологический центр служит базой для повышения квалификации, проведения лекций по актуальным вопросам психологической помощи.

Во ***Франции*** преобладающей организаци он ной формой деятельности школьной психологической службы являются группы психолого-педагогической помощи. Это команда, состоящая из специалистов по:

- школьной психологии;
- психологии обучения;
- психомоторному развитию.

В центре внимания группы – вопросы обучения и поведенческие проблемы учащихся. Одной из основных задач является выявление детей, нуждающихся в особых формах и методах обучения и воспитания, консультации родителей и педагогов по указанным проблемам.

В ***Китае*** деятельность школьного психолога традиционно направлена на решение экзистенциальных проблем (высокий темп жизни, перегрузки, негативные эмоциональные состояния и т. п.).

- Развитие лидерских качеств (конкуренция)
- Навыки виртуального общения для эффективного дистанционного взаимодействия
- Формирование миграционной культуры

В ***Федеративной Республике Германия*** удалось выстроить собственную модель оказания психологической помощи участникам образовательного процесса. В стране нет единой службы школьных психологов, поскольку каждая из федеральных земель (их 16) имеет свою систему школьного образования и соответственно психологического обеспечения ее деятельности. Работа школьного психолога является добровольной и никаким законом не закреплена, из-за чего часто возникают различные проблемы с руководителями





Себебі Германиядағы 16 федералдық жердің әрқайсысында мектептегі білім беру жүйесі және соған сәйкес оны психологиялық тұрғыдан қамтамасыз ету тетіктері дербес ұйымдастырылған. Мектеп психологінің қызметіне жүгіну ерікті сипатта болады және бұл қызмет заңмен нақты бекітілмеген. Осыған байланысты кей жағдайда білім беру ұйымдарының басшыларымен түрлі келіспеушіліктер туындауы мүмкін. Германияда келісімшарт негізінде жұмыс істейтін немесе жеке тәжірибемен айналысатын психологтар да көп. Сонымен қатар психологтердің кәсіби бірлестіктері, мектеп психологиясы секциялары мен одақтары маңызды рөл атқарады. Психологтер психиатрлармен, әлеуметтік және медицина қызметкерлерімен, сондай-ақ логопедтермен тығыз ынтымақтастықта жұмыс істейді. Психологиялық көмектің барлық түрі тегін көрсетіледі. Психологке жүгіну туралы ақпарат құпия сақталады.

Әлемдегі педагог-психологтер қызметінің негізгі бағыттарын қорытындылай келе, барлығына ортақ мынадай міндеттерді атап өтуге болады:

- мектеп психологі кез келген жағдайда білім алушылардың, педагогтер мен ата-аналардың мәселелерімен жұмыс істей білуі тиіс;
- балалармен және отбасылармен жеке жұмыс жүргізу;
- жанжалдарды шешуге, өмірдің күрделі кезеңдерін еңсеруге көмектесу (ата-анасының ажырасуы, жақын адамынан айырылу және т. б.);
- баланың оқу мен тәрбие үдерісін тиімді ұйымдастыруға, тұлғалық дамуы мен өсуіне ықпал ететін әлеуетті мүмкіндіктерін анықтау;

организаций образования. Есть много психологов, действующих на договорной основе или занимающихся частной практикой. Большую роль играют профессиональные объединения психологов, секции и союзы школьной психологии. Психологи тесно сотрудничают с психиатрами, социальными и медицинскими работниками, логопедами. Вся помощь оказывается бесплатно. Обращение к психологу сохраняется в тайне.

Резюмируя направленность деятельности педагогов-психологов в мире, можно выделить общее:

- школьный психолог должен уметь работать с проблемами обучающихся, педагогов и родителей в любой ситуации;
- индивидуальная работа с детьми и семьями;
- помощь в разрешении конфликтов, трудных жизненных ситуаций (развод родителей, потеря близких и т. п.);
- диагностировать потенциальные возможности ребенка для более эффективного обучения и воспитания, личностного развития и роста;

Біз баланы тыңдап қана қоймай, оны шын мәнінде ести білген кезде, оған да өзгеге құлақ асуды, ойлануды, өзін және қоршаған әлемді танып-білуді үйретеміз...

Когда мы слушаем и слышим ребенка, мы невольно и его приучаем внимать, думать, познавать себя и мир вокруг...



Баланың жан дүниесі кіршіксіз, ашық әрі нәзік. Оған ықылас пен көңіл бөлінсе, ол тез ашылады. Жасқаншақ, тұйық балалар да, өмірге прагматикалық көзқараспен қарайтын айлакер балалар да мектеп психологімен құрылған шынайы диалогтың әсерінен тыс қала алмайды. Біз баланы тыңдап қана қоймай, оны шын мәнінде есті білген кезде, оған да өзгеге құлақ асуды, ойлануды, өзін және қоршаған әлемді танып-білуді үйретеміз...

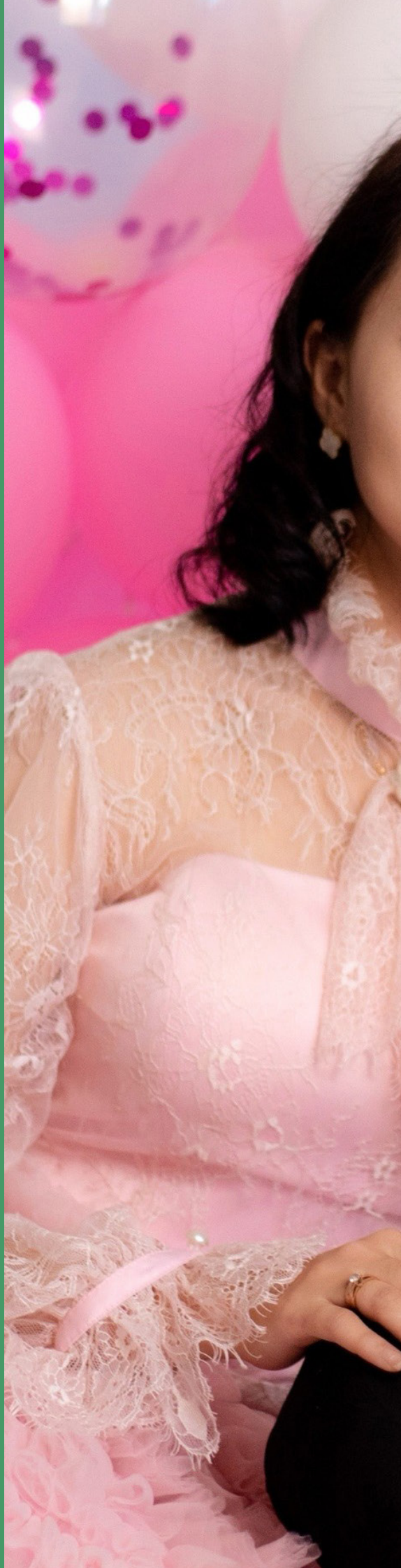
Душа ребенка незлобива, открыта и пластична, от внимания она быстро раскрывается. И угнетенные робкие дети, и прагматичные хитрецы не в состоянии противостоять созидательному диалогу со школьным психологом. Когда мы слушаем и слышим ребенка, мы невольно и его приучаем внимать, думать, познавать себя и мир вокруг...



3

Ата-аналарға

Родителям





Оқитын ана – оқитын ұлт

А.Р Мустакова,
«Шолпы» кітап клубының негізін қалаушы,
Астана қ.

Оқитын ана – оқитын бала.
Оқитын бала – ойлайтын ұрпақ.
Ал өз тамырын танып өскен
ұрпақ – ұлттың ертеңі.

Читающая мама – читающая нация

А. Р. Мустакова,
основатель Книжного клуба «Шолпы»,
г. Астана

Читающая мама – читающий ребенок.
Читающий ребенок – мыслящее поколение.
Поколение, выросшее с осознанием
своих корней, – будущее нации.



Балалық шағыңызды есіңізге алғанда, ойыңызға ең алдымен не келеді?

Мен «балалық шақ» дегенде, үйде өткен жылы кештерді, дастархан басындағы отырыстарды, анамның айтқан өнегелі әңгімелерін және кітапхананы елестетемін.

Кітаппен алғашқы таныстығым бес жасымда басталды. Тетелес туған апайым бірінші сыныпқа барғанда, анам екеуімізді кітапханаға ертіп апаратын. Күн сайын дерлік кітапханаға барып, анам апайымды жанына отырғызып, жаңылтпаштар мен мақал-мәтелдер жазғызып, сабағын оқытатын, сол кезде менің де қолыма кітап ұстатып қоятын. Кітаппен таныстығым осылай басталды.

Ол кезде балаларға арналған түрлі журналдарға жазылсаң, оларды үйге ай сайын алып келіп тұратын. Біздің үйге де айына бірнеше рет журнал келетін. Соларды асыға күтіп, апаймымен бірге ақтарып, қызықтап қарайтынбыз.

Кітапқа деген махаббат бір күнде қалыптаспайды. Ол – уақыт өте келе, тәрбие мен өнегенің, күнделікті көрген орта мен қалыптасқан әдеттің арқасында қалыптасады.

Жалпы, өмірімнің әр кезеңінде жолымнан кітапты сүйетін адамдар кездесіп отырды. Бірі кітап ұсынды, бірі оқығанын әңгімеледі, енді бірі кітапқа деген қызығушылығымды одан әрі тереңдете түсті. Соның бәрі кітаппен басталған достығымның бүгінге дейін жалғасуына себеп болған шығар.

«Бала кітапты өзі оқи бастағанда ғана кітап оқитын балаға айнала ма? Оқи бастағанда ғана кітапты өміріне енгізу керек пе?» деген сұрақтарды жиі естимін. Өзімнің көрген тәрбиеме қарап бұл сұраққа *«Балаға кітап оқуды үйретуден бұрын, кітаппен бірге өмір сүруді көрсету керек»* дер едім. Менің бала тәрбиесінде ұстанған ұстанымым осындай.

Алғаш ана атанған кезде балама бесік жырын айтып, күй тыңдатып, төрт айынан бастап ертегі оқи бастадым. Екінші балам дүниеге келгенде біз үлкен ұлыммен көлемді ертегілерді оқып бастағандықтан, екінші ұлым кітаппен таныстығы дүние есігін ашқаннан басталды.

Біз артымыздағы ұрпаққа не қалдырамыз? Бірі білім дер, бірі материалдық мүмкіндіктерді айтар... Әр ата-ана бұл сұраққа өзінше жауап берер. Мен үшін баланың жадында қалатын ең қымбат мұра – оның бойына сіңірген рухани құндылықтарымыз, айтқан сөзіміз, көрсеткен үлгіміз бен бірге өткізген уақытымыз.

Что первым приходит вам на ум, когда вы вспоминаете свое детство? Для меня детство – это теплые домашние вечера, семейные встречи за столом, поучительные рассказы мамы и библиотека.

Мое знакомство с книгой началось в пять лет. Когда моя старшая сестра, с которой у нас небольшая разница в возрасте, пошла в 1 класс, мама стала водить нас в библиотеку. Мы приходили туда почти каждый день. Мама усаживала сестру рядом, помогала ей с уроками, давала записывать скороговорки и пословицы, а мне вручала книгу. Так началась моя дружба с книгами...

В то время детские журналы, на которые оформляли подписку, каждый месяц приносили домой. В нашу семью журналы приходили по нескольку раз в месяц. Мы с сестрой с нетерпением ждали их, вместе листали и с любопытством рассматривали страницы.

Любовь к книге не возникает за один день. Она складывается постепенно благодаря воспитанию, примеру близких, повседневному окружению и привычкам.

На разных этапах жизни мне встречались люди, любившие книги. Одни советовали, что прочитать, другие рассказывали о прочитанном, третьи еще больше пробуждали во мне интерес к чтению. Наверное, все это и помогло сохранить мою дружбу с книгой до сегодняшнего дня.

Я часто слышу вопросы: *«Ребенок становится читающим только тогда, когда начинает читать самостоятельно? Нужно ли вводить книги в его жизнь лишь после того, как он научится читать?»* Опираясь на собственный опыт, я бы ответила так: *«Прежде чем учить ребенка читать, нужно показать ему, как жить с книгой».* Именно этого принципа я придерживаюсь в воспитании своих детей.

Когда я впервые стала мамой, то пела сыну колыбельные, включала кюи, а с четырех месяцев начала читать ему сказки. К рождению второго ребенка мы со старшим сыном уже перешли к длинным сказкам, поэтому младший познакомился с книгами с самого раннего возраста.

Что мы оставим следующему поколению? Кто-то назовет образование, кто-то – материальные ценности... Каждый родитель ответит на этот вопрос по-своему. Для меня самое дорогое наследие, которое остается в памяти ребенка, – духовные ценности, которые мы ему привили, наши слова, наш пример и время, проведенное вместе.

Бүгінде бала тәрбиесіне әсер ететін ақпарат пен түрлі мәдени ағымдар бұрынғыдан әлдеқайда көп. Әлем ашық. Бала бір күннің ішінде өзге елдердің тілін, мәдениетін, кейіпкерлерін, өмір салтын экран арқылы көріп өседі. Осындай заманда өзіміздің түп-тамырымызды, ата-бабамыздан жеткен ұлттық құндылықтарымызды екінші орынға ысырып қоймау – ата-ана алдындағы маңызды міндеттердің бірі деп ойлаймын.

Мағжан Жұмабаевтың педагогикалық еңбектеріндегі ұлттық тәрбие туралы ойлары да осыған үндеседі: бала тәрбиесінде оның туған ортасын, тілін, мәдениетін, ұлттық болмысын ескеру маңызды.

Алайда ұлттық тәрбие дегеніміз – баланы бір ғана қалыпқа салып тәрбиелеу немесе өзге мәдениеттен келген дүниенің бәрінен бас тарту емес. Керісінше, әр мәдениеттен жақсысын алып, оны өз болмысымызбен үйлестіре білу. Бірақ баланың бойында ең алдымен өзіне тиесілі рухани негіз қалыптасуы керек.

Бұл тұрғыда біз іздеген дүниенің көбі өз мәдениетіміздің ішінде әлдеқашан бар. *Баланы құрсақтан бастап тәрбиелеу туралы Зейнеп Ахметованың «Күретамыр» еңбегінен, ұлттық педагогика туралы Мағжан Жұмабаевтың «Педагогикасынан», халықтың ғасырлар бойы қалыптасқан ертегі, қисса, жыр, аңыздарынан көп нәрсе табуға болады.*

Балаға рухани тәрбие берудің ең көне құралдарының бірі – әңгіме

Тарихи жағдайларға байланысты өткен ұрпақ пен бүгінгі ұрпақтың арасында рухани сабақтастықтың біраз әлсіреген тұстары болды. Бұрын бала үлкендердің жанында отырып, олардың әңгімесін тыңдайтын, атадан қалған шежірені, аңыз-әңгімелерді, батырлар жырын, қиссаларды еститін. Балаға тәрбие арнайы сабақ ретінде емес, күнделікті өмірдегі әңгіме арқылы берілетін.

Бүгінде мұндай көрініс сиреп барады. Баланы жанына отырғызып, ұзақ әңгіме айтатын, ертегі мен жырды ауызша жеткізетін орта бұрынғыдай емес.

Мен үшін кітап – осы үзіліп қалған байланысты жалғаудың бір жолы.

Сегодня информации и разнообразных культурных течений, влияющих на воспитание детей, гораздо больше, чем прежде. Мир открыт. За один день ребенок может через экран познакомиться с языками, культурой, героями и образом жизни в других странах. В таких условиях не отодвигать на второй план собственные корни и национальные ценности, унаследованные от предков, – одна из важнейших задач родителей.

С этим созвучны и размышления Магжана Жумабаева о национальном воспитании в его педагогических трудах: воспитывая ребенка, важно учитывать среду, в которой он родился, его язык, культуру и национальную самобытность.

Однако национальное воспитание не означает, что ребенка нужно подгонять под единственный образец или отвергать все, что пришло из других культур. Напротив, важно уметь брать лучшее из разных культур и гармонично сочетать это со своей самобытностью. Но прежде всего у ребенка должна сформироваться собственная духовная основа.

Многое из того, что мы ищем, уже давно есть в нашей культуре. *О* воспитании ребенка еще до рождения можно прочитать в книге Зейнеп Ахметовой «Күретамыр», о национальной педагогике в «Педагогике» Магжана Жумабаева. Немало можно почерпнуть и из народных сказок, кисса, эпических песен и легенд, складывавшихся веками.

Один из древнейших способов духовного воспитания ребенка – рассказ

В силу исторических обстоятельств духовная преемственность между прежними и нынешними поколениями в чем-то ослабла. Раньше ребенок сидел рядом со старшими, слушал их рассказы, узнавал передаваемую предками родословную, предания, героические эпосы и кисса (или кысса, от араб. «сказание, рассказ» – традиционный эпический и фольклорный жанр восточной литературы в арабском, персидском и тюркских языках). Воспитание происходило не на специальных занятиях, а через рассказы в повседневной жизни.

Сегодня такое встречается все реже. Уже не так часто можно увидеть, как взрослые усаживают ребенка рядом и подолгу

Неге біз балаға ертегі оқуымыз керек?

Б. Момышұлының «Мен әлди айтпайтын анадан, ертегі айтпайтын әжелерден қорқамын» дегені бар.

Ертегі бала тәрбиесінің бастауы. Ертегі арқылы бала мына әлемді қабылдайды. Адамның барлық мақсат-арманы, биік мұраты барлығы ертегіге шоғырланған. Сондықтан ертегі тыңдап өскен баланың қиялы жүйрік болады, ал қиялы жүйрік бала кез-келген өнерде алда болады.

Мағжан Жұмабаевтың педагогикалық еңбегінде баланың жан-тән тәрбиесімен қатар, сезім мүшелерін тәрбиелеу туралы айтылады. Осы тұрғыдан алғанда, баланың қиялын тәрбиелеу де назардан тыс қалмауы керек.

Қазір ата-аналар балаларына мультфильмдерді қосып, қолдарына ұстатып қояды. Дайын нәрсені көргеннен баланың қиялы дамымайды, ал сіз балаға ертегі оқығанда баланы бәрін өз қиялында, әлемінде елестеді, түрлі суреттер пайда болады.

Ел есінде қалған мықты тұлғалардың өмірін алып қарасаңыздар да , білім-ғылымнан жырақта, кішкентай ғана ауылда отырып алып, ауылдың ақсақалдарынан аңыздар, жырлар мен қиссаларды, ертегілер естіп өскен. Бұлардың бәрі кейін ел тізгінін ұстаған азаматтар болып шықты. Сондықтан бұл нәрсені өзім маңызды деп санаймын.

Балаларыма кітап оқуды жеңіл, жұқа, суреттері көп кітаптардан бастадым. Ол еңбектеп жүргенде де, ойнап отырғанда да, оқи беретінмін. Себебі ондай кезде бірден зейіні тұрақталып, менің дауысымның өзгеруіне мән беріп, назарын тоқтатып тыңдауға отыратын. Кейін ақырындап халық ертегілері, батырлар жыры, қиссаларға көштік.

рассказывают ему истории, сказки или наизусть исполняют эпические произведения.

Для меня книга – один из способов восстановить эту прерванную связь.

Почему нужно читать детям сказки?

У Бауыржана Момышулы есть слова: «Я боюсь матерей, которые не поют колыбельных, и бабушек, которые не рассказывают сказок».

Сказка – начало воспитания ребенка. Через нее он познает мир. В сказках сосредоточены человеческие мечты, стремления и высокие идеалы. Поэтому у ребенка, выросшего на сказках, богатое воображение, которое помогает ему проявлять себя в разных видах творчества.

В своем педагогическом труде Магжан Жумабаев наряду с воспитанием души и тела ребенка говорит и о развитии органов чувств. С этой точки зрения, развитие воображения тоже не должно оставаться без внимания.

Сейчас родители часто включают детям мультфильмы и дают им устройство в руки. Просмотр готовых образов не развивает воображение так, как слушание сказки. Когда вы читаете ребенку, он сам представляет происходящее в своем внутреннем мире, создает собственные образы.

Если обратиться к биографиям выдающихся людей, оставшихся в народной памяти, можно увидеть: многие из них выросли в маленьких аулах, вдали от крупных центров образования и науки, слушая сказки, легенды, эпические песни и кисса из уст сельских аксакалов. Впоследствии они стали людьми, способными вести за собой народ. Поэтому я считаю это очень важным.



Тәрбиеде осы 5 жыл қолданып келе жатқан кітабым – *«Әлдиден эпосқа дейін»* кітабы. Онда ел есінде қалған мәнді-мағыналы әлдиден бастап, жаңылтпаштар, тақпақтар, баталар, қисса, аңыз әңгімелер, батырлар жыры бар.

Үйде қалыптасқан әдет – жатарда міндетті түрде ертегі оқу. Ертегісіз балалар жатпайды. Ал күндізгі уақытта балалармен энциклопедия, комикстер оқимыз, сол арқылы баланы кітаптарға қызықтырамын.

Біздің бала кезімізде кітап көбіне биік сөреде тұратын. Оны алу үшін үлкендерден сұрайтынбыз. Кітап – арнайы оқуға алынатын, қадірлі, бірақ күнделікті өмірден сәл алыстау дүние сияқты еді. Мен балаларым үшін осыны өзгерткім келді. Балаларымның қазір 150-ден астам кітабы бар. Бірақ мен оларды жай ғана жинап қойған жоқпын. Кітаптың бала өміріндегі орнын да өзімше қалыптастыруға тырыстым.

Үйге кішкентай, бала қолы жететіндей кітап сөресін алдым. Кітаптарды көздерінің алдында, өздері еркін ала алатын жерге қойдым. Кітапты «тек оқитын нәрсе» емес, бала зеріккенде өзі барып қарайтын, парақтайтын, қолына ұстайтын күнделікті дүниеге айналдырғым келді.

Қазір балаларымның кітаптарын екіге бөлемін.

- Бір бөлігі – суретсіз немесе суреті өте аз, бірақ халық жадында ғасырлар бойы сақталып, ауыздан-ауызға жеткен батырлар жыры, қисса, аңыз-жырлар, халық ертегілері. Бұларды көбіне кешке, ұйықтар алдында оқимыз. Мұнда дайын суреттен бұрын сөздің өзі балаға әлем құруға мүмкіндік береді.
- Екінші бөлігі – энциклопедиялар, комикстер, түрлі тақырыптағы танымдық кітаптар, суреті көп ертегі кітаптары. Бұларды балалар күндіз өздері алып қарайды. Кейде бірге отырып оқимыз, кейде өзім дауыстап оқып беремін.

Я начинала читать детям небольшие, простые книги с множеством иллюстраций. Читала и тогда, когда они ползали, и во время игры. В такие моменты они постепенно сосредотачивались, замечали изменения в моем голосе, останавливались и начинали слушать. Позже мы перешли к народным сказкам, героическим эпосам и кисса.

Уже пять лет в воспитании детей мне помогает книга «Әлдиден эпосқа дейін» («От колыбельной до эпоса»). В ней собраны сохранившиеся в народной памяти колыбельные с глубоким смыслом, скороговорки, стихи, благословения, кисса, легенды и героические эпосы.

У нас дома сложилась традиция – перед сном обязательно читать сказку. Без сказки дети не ложатся спать. А днем мы читаем энциклопедии и комиксы – так я поддерживаю их интерес к книгам.

В нашем детстве книги чаще всего стояли на высоких полках. Чтобы взять их, нужно было попросить взрослых. Книга воспринималась как ценная вещь, которую берут специально для чтения, но которая немного отдалена от повседневной жизни. Для своих детей я хотела это изменить. Сейчас у нас дома больше 150 книг. Но я не просто собирала домашнюю библиотеку – я старалась сделать так, чтобы книга заняла свое место в жизни ребенка.

Я купила небольшую книжную полку, до которой дети могут дотянуться сами. Поставила книги на виду, там, где их можно свободно брать. Мне хотелось, чтобы книга стала не только тем, что читают, но и привычной частью повседневной жизни: чтобы ребенок мог сам подойти к ней, когда ему скучно, полистать, рассмотреть, подержать в руках.

Сейчас я делю детские книги на две группы.

- Первая – героические эпосы, кисса, легенды, эпические песни и народные сказки без иллюстраций или с небольшим их количеством. Эти произведения веками сохранялись в народной памяти и передавались из уст в уста. Чаще всего мы читаем их вечером перед сном. Здесь именно слово, а не готовая картинка, позволяет ребенку создавать свой собственный мир.
- Вторая – энциклопедии, комиксы, познавательные книги на разные темы и богато иллюстрированные сказки. Днем дети сами берут их и рассматривают. Иногда мы читаем вместе, иногда я читаю им вслух.





Мен кітаптың суретіне де мән беремін. Сурет жай ғана әдемі безендіру үшін емес, баланың ойына қозғау салуы керек. Бала суретке қарап, *«Мына жерде не болып жатыр?», «Кейіпкер неге бұлай істеді?», «Одан кейін не болады?»* деп ойланса, кітаппен қарым-қатынасы да өзгеше қалыптасады.

Кейде балаларымның өздері кітапты ашып, суретке қарап отырып, мен оқып бермеген оқиғаны өздері айтып отырады. Мен үшін кітапқа деген қызығушылық дәл осындай сәттерден басталады. Өйткені балаға кітапты жақсы көруді күштеп үйрету қиын. Ал кітапты оның күнделікті өмірінің табиғи бір бөлігіне айналдыруға болады.

Баланы кітапқа қызықтыруда өзімнің кітап оқуымның да әсері үлкен болды. Балаларым кішкентай кезінен жаныма келіп, менің кітап оқығаныма қызығып қарайтын. Менің кітабымда сурет жоқ болса да, ұзақ уақыт тырп етпей оқып отырғанымды көретін. Кейін өзі кітап сөресіне барып, өз кітабын алып қарай бастайтын.

Сондықтан мен үшін бала тәрбиесіндегі ең үлкен құралдардың бірі – өзіңнің үлгің.

Бала күтіміне арналған демалыста мені күйбең тіршіліктен бір сәтке алып шығатын өз әлемім – кітап болатын. Сол кезде кітап клубын ашу туралы ой келді.

Клуб ашудың басты мақсаты – қыздарды, мен сияқты баламен үйде отырған аналарды жинап, бірге қазақ авторларының кітаптарын оқу. Кітап арқылы қазақы құндылықтар мен қазақы тәрбиенің қандай болғанын тану. Балаға кітап оқудың маңызын алға тарту. Қазақ тілінің мәртебесіне өз үлесімді қосу.

Сөйтіп, *«Шолпы»* қазақша кітап клубы ашылды. Бүгінде жұмыс істеп келе жатқанымызға үш жыл толды.

Я обращаю внимание и на иллюстрации. Они должны не просто украшать книгу, а побуждать ребенка к размышлению. Если, рассматривая картинку, он задается вопросами «Что здесь происходит?», «Почему герой так поступил?», «Что будет дальше?», его общение с книгой становится другим.

Иногда дети сами открывают книгу, смотрят на картинки и рассказывают истории, которые я им еще не читала. Для меня интерес к книге начинается именно с таких моментов. Ведь трудно заставить ребенка полюбить чтение. Зато можно сделать книгу естественной частью его повседневной жизни.

Большую роль в пробуждении этого интереса сыграло и то, что я сама читаю. С раннего возраста дети подходили ко мне и с любопытством наблюдали за моим чтением. Они видели, что я могу долго сидеть с книгой, не отвлекаясь, даже если в ней нет картинок. А потом сами шли к полке, брали свои книги и начинали их рассматривать.

Поэтому один из важнейших инструментов воспитания для меня – личный пример.

Во время отпуска по уходу за ребенком книга стала моим особым миром, который позволял хотя бы ненадолго отвлечься от повседневных хлопот. Тогда и возникла идея открыть книжный клуб.

Главная цель заключалась в том, чтобы собрать мам, которые, как и я, сидели дома с детьми, и вместе читать книги казахских авторов. Через книги узнавать о национальных ценностях и традициях воспитания. Говорить о том, как важно читать детям. Вносить свой вклад в укрепление статуса казахского языка.

Так появился казахоязычный Книжный клуб *«Шолпы»*. Сегодня ему уже три года.

Мен үшін *«Шолпы»* – жай ғана кітап оқитын орта емес. Ол – кітап арқылы әйелге, әйел арқылы балаға, бала арқылы келесі ұрпаққа жететін кішкентай бір көпір. Себебі ана бір қолымен баланы, бір қолымен әлемді тербетеді.

Ал смартфон ше? Қазір смартфон баланың өмірінің табиғи бір бөлігіне айналды. Мен бұл жерде смартфон ұстаған баланы кітап оқыған баламен қарама-қарсы қойып, бірін жақсы, бірін жаман дегім келмейді. Мәселе құрылғының өзінде емес. Мәселе – оның бала өмірінде қанша орын алатынында және қандай дүниелердің орнын басып жатқанында.

Егер экран кітап оқуға, тірі әңгімеге, ойынға, қозғалысқа, шығармашылыққа және ұйқыға бөлінетін уақытты ығыстыра бастаса, осы жерде ойлану керек. Зерттеулер экранды шамадан тыс қолдану мен балалардың зейін ерекшеліктері арасында байланыс бар екенін көрсетеді. Ал экран уақытының көп болуы тілдік дағдылардың төменірек көрсеткіштерімен де байланысты болған зерттеулер бар.

Бірақ мен үшін мұның ең қызық тұсы басқа. Экран балаға дайын бейнені береді. Кітап балаға өз бейнесін жасауға мүмкіндік береді. Мультфильмде бәрі дайын. Ал кітапта бала өзі елестетеді. Сондықтан кітап баланың қиялына ғана емес, өз ойын сөзбен жеткізуіне, сұрақ қоюына, тыңдауына, ойлануына мүмкіндік беретін кеңістік.

Тәрбие бірден көрінбейді. Қазір балаларыма осы бес жыл бойы сіңіріп келе жатқан дүниелердің алғашқы нәтижелерін көріп жүрмін. Ертегі тыңдап өскендерінің арқасында тілдері ерте шықты, құймақұлақ, қиялдары жүйрік, оларын әдеби қазақ тілінде жеткізе алатындарын байқаймын.

Әрине, баланың дамуына тек кітап әсер етеді деп айта алмаймын. Оның бойына отбасы, орта, тәрбие, білім, табиғи мінезі мен өмірлік тәжірибесі қатар әсер етеді. Бірақ осы жолды ерте бастағаныма қуанамын.

Тәрбие – жылдар бойы сіңетін, байқалмай жиналатын, және өмірдің ішінде өзі сөйлейтін дүние. Бала кішкентай кезінде сенің оқыған ертегіңнің, айтқан бесік жырыңның, бірге өткізген кешіңнің қаншалықты маңызды екенін түсінбейді. Ол кезде сен де нәтижесін көрмейсің. Бірақ сен оның бойына бір нәрсе сіңіріп жатасың: *тілді, сөзді, қиялды, естелікті, құндылықты.*

Для меня *«Шолпы»* – не просто сообщество любителей чтения. Это небольшой мост, по которому книга приходит к женщине, через нее – к ребенку, а через ребенка – к следующему поколению. Ведь одной рукой мать качает колыбель, а другой – мир.

А как же смартфон? Сегодня он стал естественной частью жизни ребенка. Я не хочу противопоставлять ребенка со смартфоном ребенку с книгой и говорить, что один хороший, а другой плохой. Дело не в самом устройстве. Дело в том, сколько места оно занимает в жизни ребенка и что вытесняет.

Если экран начинает отнимать время, предназначенное для чтения, живого общения, игры, движения, творчества и сна, – это повод задуматься.

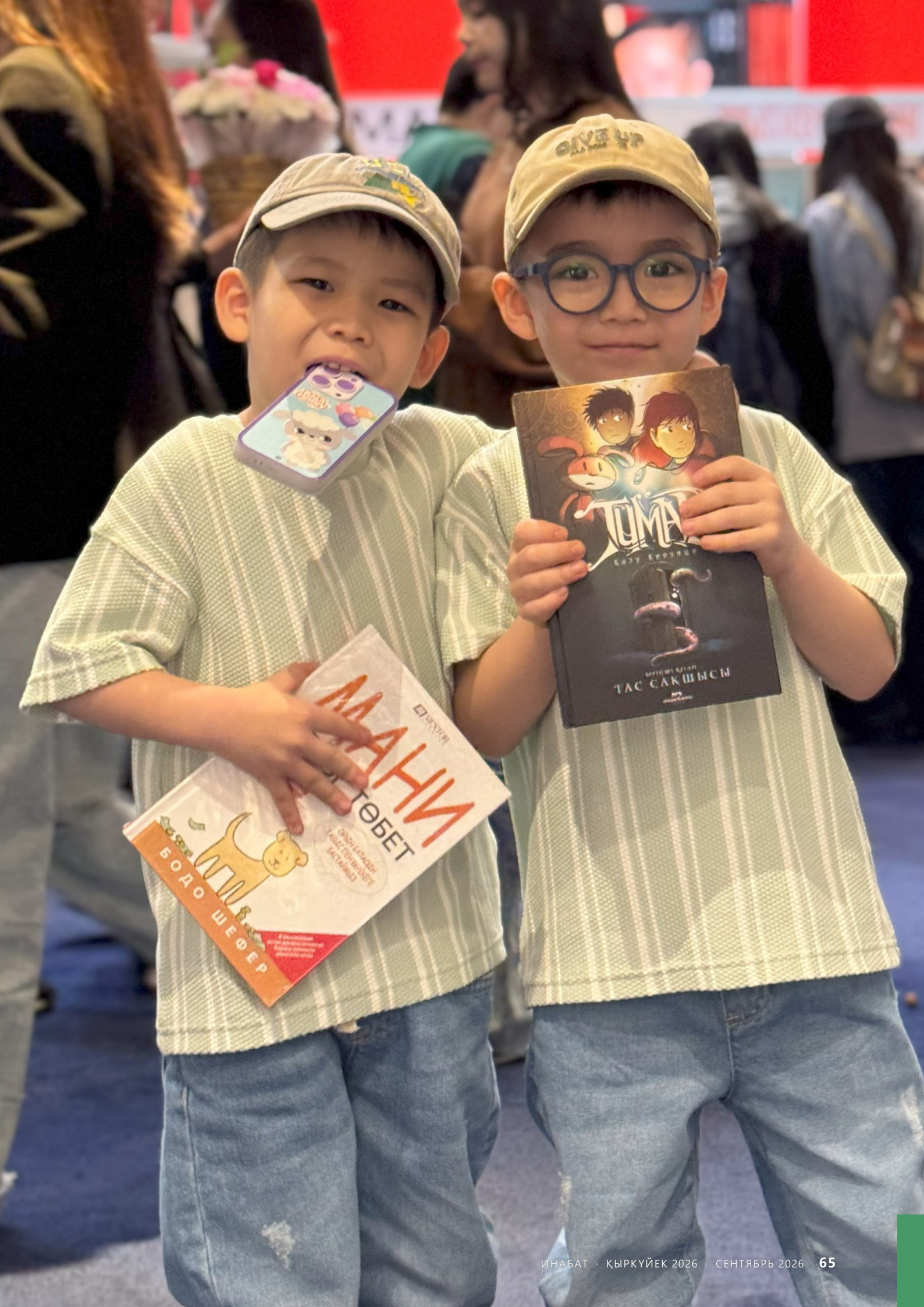
Исследования показывают связь между чрезмерным использованием экранов и особенностями внимания у детей. Есть и исследования, в которых большое количество экранного времени связано с более низкими показателями развития речевых навыков.

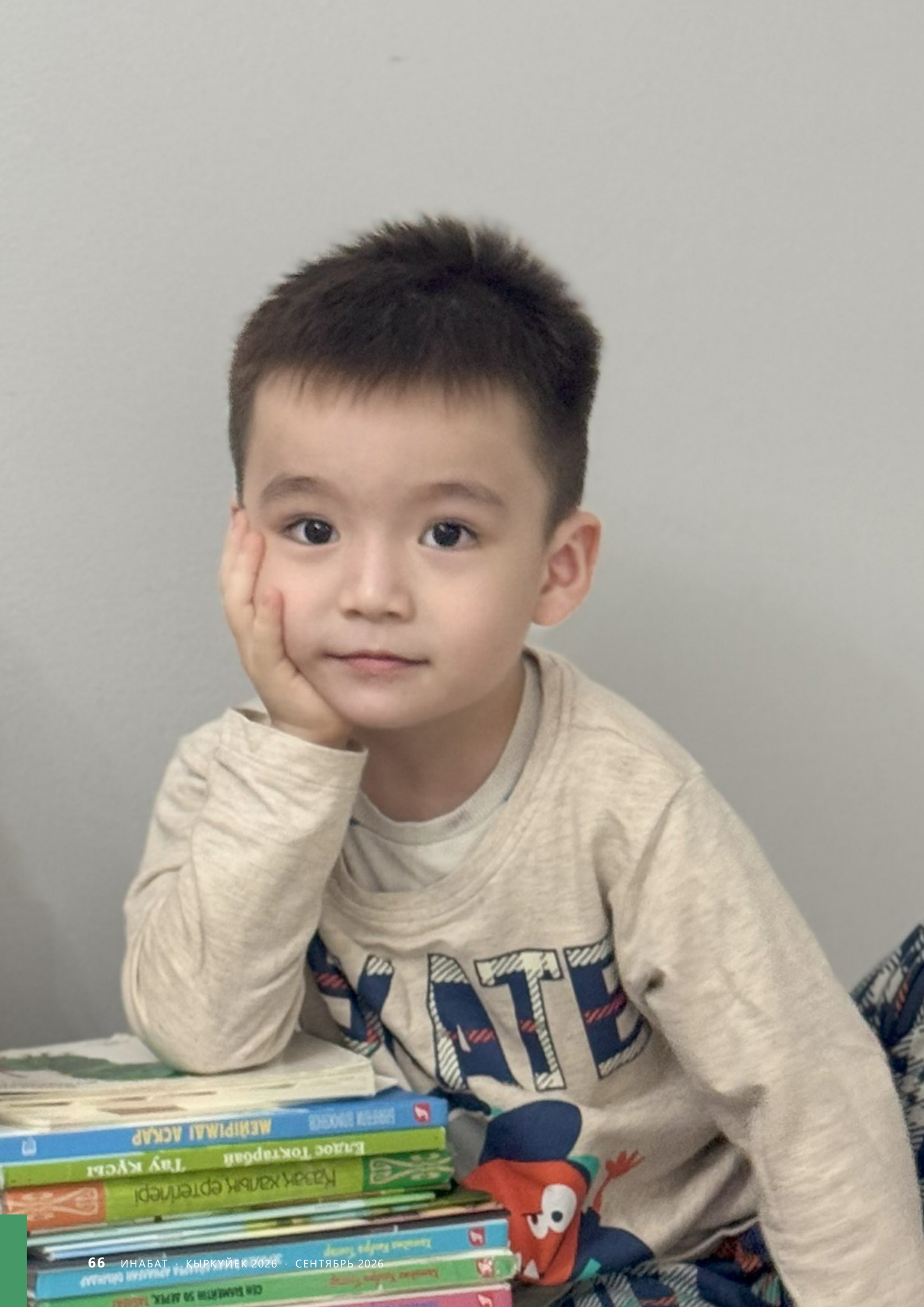
Но для меня особенно интересно другое: экран предлагает ребенку готовый образ, а книга позволяет создать собственный. В мультфильме все уже показано. В книге ребенок представляет происходящее сам. Поэтому книга – это пространство, в котором он может не только развивать воображение, но и выражать мысли словами, задавать вопросы, слушать и размышлять.

Результаты воспитания проявляются не сразу. Сейчас я начинаю замечать первые плоды того, что старалась привить детям на протяжении этих пяти лет. Они рано заговорили, внимательно слушают и многое запоминают, обладают богатым воображением и умеют выражать свои фантазии на литературном казахском языке. Я связываю это в том числе с тем, что они растут, слушая сказки.

Конечно, нельзя сказать, что на развитие ребенка влияют только книги. Его формируют семья, окружение, воспитание, образование, особенности характера и жизненный опыт. Но я рада, что мы рано начали этот путь.

Ведь воспитание – это то, что усваивается годами, незаметно накапливается и однажды проявляется в самой жизни. Маленький ребенок не понимает, насколько важны прочитанная вами сказка, спетая колыбельная или вечер, проведенный вместе. И вы в этот момент еще не видите результата. Но уже вкладываете в него многое: *язык, слово, воображение, воспоминания, ценности.*


ТУМА
Казу Кибуиши
ТАС САКШЫСЫ
МАНИ
БОДО ШЕФЕР


Менің алғашқы кітабым
Тау күрсі
Қазақ халық ертегілері

Ертең оның қандай адам болып өсетінін уақыт көрсетеді. Ал бүгін ата-ана ретінде сол адамның іргетасын қалап жатқанымыз анық.

Оқитын ана – оқитын ұлт

Мен үшін *«Оқитын ана – оқитын ұлт»* деген сөз тек кітап оқуға шақыру емес. Бұл – ананың өзінен басталатын тәрбие туралы.

Балаға кітап бермес бұрын, кітаптың үйдегі орнын көрсету. «Кітап оқы» демес бұрын, баланың көз алдында өзің кітап оқу. *«Қазақша сөйле»* демес бұрын, қазақ тілін үйдегі ана тіліне айналдыру. *«Ұлттық құндылықты біл»* демес бұрын, сол құндылықты баланың күнделікті өміріне енгізу.

Бәлкім, кітап оқудың ең үлкен мәні де осында шығар. Өйткені біз балаға кітап оқып отырған жоқпыз.

Біз онымен бірге бір әлем құрып отырмыз. Ал сол әлемнің ішінде біздің тіліміз, біздің тарихымыз, біздің ертегіміз, біздің жырымыз, біздің күйіміз, біздің құндылығымыз бар. Мен балаларыма кітапты жай ғана оқытқым келмейді.

Мен олардың кітаппен бірге өмір сүргенін қалаймын. Өйткені балаға қалатын ең үлкен мұра – сөреге тізілген кітаптардың саны емес. Сол кітаптардың арасындағы балалық шағы. Ал сол балалық шақта кітап бар болса, ана бар болса, әңгіме бар болса – рухани сабақтастықтың да жалғасы бар.

Время покажет, каким человеком он вырастет. Но уже сегодня ясно: мы, родители, закладываем основу его личности.

Читающая мама – читающая нация

Для меня эти слова – не просто призыв читать книги. Они о воспитании, которое начинается с самой матери.

Прежде чем дать ребенку книгу, ему надо показать, какое место она занимает в доме. Прежде чем сказать: «Читай», самой читать у него на глазах. Прежде чем сказать: «Говори по-казахски», сделать казахский язык родным языком домашнего общения. Прежде чем призывать знать национальные ценности, вплести их в повседневную жизнь ребенка.

Возможно, именно в этом и заключается главный смысл чтения. Ведь мы не просто читаем ребенку книгу – мы вместе с ним создаем целый мир.

А в этом мире живут наш язык, наша история, наши сказки, наши эпические песни, наши кюи и наши ценности.

Я хочу, чтобы мои дети не просто читали книги. Я хочу, чтобы они жили с книгами. Потому что самое большое наследие, которое остается ребенку, – не количество книг на полке, а детство, проведенное среди них. И если в этом детстве есть книга, мама и живой рассказ, значит, продолжается и духовная преемственность поколений...

> **Балаға кітап оқуды үйретуден бұрын, кітаппен бірге өмір сүруді көрсету керек.**

> **Прежде чем учить ребенка читать, нужно показать ему, как жить с книгой.**

QR-кодты сканерлеңіз · Отсканируйте QR-код
Instagram: @mustakkova

REEL SHARED ON OCT 15, 2026 BY INABAT_NEWS

REEL SHARED ON SEP 29, 2026 BY INABAT_NEWS

FAMILY TALKS

Ана болу және өзіңді жоғалтып алмау: қызыммен бірге өскен жолым

Стать мамой и не потерять себя: как я расту вместе с дочерью



Ана атанғаннан кейін әйелдің өмірі өзгереді: күн тәртібі де, жауапкершілігі де, өмірге көзқарасы да жаңарады. Мен үшін бұл кезең түрлі қиыншылықтармен қатар өтті. Сол жолда мен ана болу – өз армандарыңнан бас тарту емес екенін түсіндім. Баланы өсіріп жүріп, өзің де өсе алады екенсің.

После рождения ребенка жизнь женщины меняется: появляются новый распорядок дня, новые обязанности, меняется взгляд на мир. Для меня этот жизненный этап был сопряжен с немалыми трудностями. На этом пути я поняла – материнство не означает отказа от собственных мечтаний. Растя ребенка, можно расти и самой...

Менің аты-жөнім Қабанбаева Ақмарал Қабанбайқызы. 2002 жылдың Шығыс Қазақстан облысы, Күршім ауданы, Алғабас ауылында дүниеге келдім. Әкем Қабанбай мен анам Жанаргүлдің тәрбиесі, ауылдағы қарапайым тіршілік, отбасымыздағы құндылықтар менің тұлға болып қалыптасуыма негіз болды.

Арада жылдар өтіп, өмірде өз жолымды іздеп жүргенде өз адамымды жолықтырып, шаңырақ көтердік. Ал магистратурада оқып жүргенде ана атанып, бала күтімі мен ғылыми жұмысымды қатар алып жүрдім. Жаңа жауапкершілікке бейімделе отырып, бастаған ісімді аяқтауға ұмтылдым. Ғылыми жетекшім – университет ректорының қолдауы мен бағыт-бағдары диссертациямды сәтті қорғауыма көмектесті.

Қызым 10 айлық болғанда магистрлік дипломымды алдым. Мен үшін бұл дипломның мәні ерекше. Оның артында екі жылдық біліммен бірге жүктілік кезіндегі алаңдаушылық, босану, ұйқысыз түндер, бала күтімі және мақсатыма жетуге деген табандылық тұрды. Сол жолдың бәрінде қызым менімен бірге болды.

Бұл жетістік мен үшін ерекше қымбат, өйткені ана бола жүріп, білім жолындағы мақсатыма жеттім. Сол сәт өз армандарыма ұмтылуға деген сенімімді нығайтты.

Өзімді қайта танығаң уақыт

Қызым дүниеге келген соң, әр күнім мен әр шешімім оның қажеттіліктерімен байланысты болды. Ана атанғаныма қуансам да, алғашқы айларда шаршау мен ішкі толғаныстарды бастан өткердім. Кейде бұрынғы өмірім алыстап кеткендей сезіліп, «Осының бәрінде өзіме орын бар ма?» деп ойланатынмын.

Жанымда жолдасым мен отбасым болды. Қызымыздың алғашқы жетістіктеріне бірге қуанып, қиын сәттерді бірге өткердік. Олардың қолдауы жаңа өмір ырғағына бейімделуіме көмектесті.

Біртіндеп өз қызығушылықтарыма қайта көңіл бөле бастадым. Баламның өміріне бар ықыласыммен араласа жүріп, өзімді де ұмытпауға тырыстым. Мен үшін бұл – ана болуды үйренумен қатар, өзімді қайта тану кезеңі еді.

Меня зовут Акмарал Кабанбайкызы Кабанбаева. Я родилась в 2002 году в селе Алгабас Курчумского района Восточно-Казахстанской области. Воспитание, которое дали мне отец Кабанбай и мама Жанаргуль, простая сельская жизнь и семейные ценности стали основой моего становления как личности.

Прошло время, и в поисках своего места в жизни мне посчастливилось встретить своего человека, с которым мы построили крепкую семью. Я стала мамой во время учебы в магистратуре и совмещала заботу о ребенке с научной работой. Привыкая к новой ответственности, стремилась довести начатое до конца. Поддержка и рекомендации моего научного руководителя – ректора университета – помогли мне успешно защитить диссертацию.

Когда дочери исполнилось 10 месяцев, я получила диплом магистра. Для меня он имеет особое значение. За ним стоят не только два года учебы, но и тревоги во время беременности, роды, бессонные ночи, забота о ребенке и упорство в достижении цели. На всем этом пути дочь была рядом со мной.

Это достижение особенно дорого мне, ведь, став мамой, я смогла осуществить свою цель в образовании. Тот момент укрепил мою веру в то, что я могу идти к своим мечтам...

Время заново узнать себя

После рождения дочери каждый мой день и каждое решение были связаны с ее потребностями. Я радовалась материнству, но в первые месяцы испытывала усталость и переживала внутренние сомнения. Иногда казалось, что прежняя жизнь осталась где-то далеко, и я задавалась вопросом: «Есть ли во всем этом место для меня самой?»

Рядом были муж и моя семья. Мы вместе радовались первым достижениям дочери и вместе преодолевали трудности. Их поддержка помогла мне привыкнуть к новому ритму жизни.

Постепенно я вновь начала уделять внимание своим интересам. С любовью заботясь о ребенке, старалась не забывать и о себе. Для меня это стало временем, когда я училась быть мамой и одновременно заново узнавала себя.

Қызығушылықтан басталған блог

Қызым дүниеге келгеннен кейін жеке блогымды жүргізе бастадым. Сонымен бірге қызымның парақшасын да дамыттым. Алғашында күнделікті өміріміздегі қызықты сәттерді, қызымның кішкентай жетістіктерін бөлісіп жүрдік. Блогты бірден табыс көзіне айналдыруды немесе үлкен жоба жасауды мақсат еткен жоқпын.

Уақыт өте парақшаларымызға қызығушылық артып, отандық және шетелдік брендтерден ұсыныстар түсе бастады. Балаларға арналған брендтермен жұмыс істеп, түрлі жобаларға қатыстық.

Халықаралық балалар модельдік журналынан да ұсыныс алдық. *Doramarin* жарнамасына түсіп, Түркияға жолдама ұтып алдық. Сондай-ақ балалар дүкенінің амбассадоры болу мүмкіндігіне ие болдық.

Бұл тәжірибе маған жаңа орта мен жаңа мүмкіндіктерге жол ашты. Контент дайындау, идея ойластыру, бейнежазба түсіру мен монтаждау, бренд өкілдерімен байланысу күнделікті өмірімнің бір бөлігіне айналды. Бұрын камера алдында өзімді осынша еркін ұстай аламын деп ойламаған едім. Біртіндеп сенімім артып, шығармашылық қабілетімді дамыта бастадым.

Әрине, әлеуметтік желідегі қысқа бейнежазбаның өзіне көп еңбек керек. Кейде бір видео үшін бірнеше сағат дайындалып, қайта түсіріп, монтаж жасайсың. Дегенмен өзіме ұнайтын іспен айналысу маған қуат береді.

Өзіме уақыт бөлуді үйрендім

Бала күтімімен қатар өзіңе уақыт табу әрдайым оңай емес. Бірақ демалу үшін міндетті түрде бірнеше сағат бос уақыт болуы шарт емес екенін түсіндім. Кейде асықпай кофе ішу, күтім жасау, әдемі киіну немесе аз уақыт тыныш отырудың өзі сергітеді.

Өзіме көңіл бөлген сайын көңіл күйім де жақсарып, отбасыммен өткізетін уақытымның сапасы арта түсетінін байқаймын. Сондықтан күнделікті тіршілікте өз қажеттіліктеріме де орын беруге тырысамын.

Әр әйелдің қалауы мен мүмкіндігі әртүрлі. Бірі оқуын жалғастырғысы келеді, бірі жұмысқа оралуды қалайды, енді бірі шығармашылықтан шабыт алады. Мен үшін магистратураны аяқтау мен блог жүргізу өз қызығушылықтарымды сақтап қалуға көмектесті. Ана бола жүріп те арманыма қарай қадам жасауға болатынына көзім жетті.

Блог, начавшийся с увлечения

После рождения дочери я начала вести личный блог. Одновременно развивала и ее страницу. Поначалу мы просто делились интересными моментами повседневной жизни и маленькими достижениями дочери. Я не ставила перед собой цель сразу превратить блог в источник дохода или большой проект.

Со временем интерес к нашим страницам рос, стали поступать предложения о сотрудничестве от отечественных и зарубежных брендов. Мы работали с брендами детских товаров и участвовали в различных проектах. Получили предложение и от международного журнала о детском моделинге. Снялись в рекламе Doramarin и выиграли путевку в Турцию. Также нам представилась возможность стать амбассадорами детского магазина.

Этот опыт открыл для меня новые знакомства и возможности. Создание контента, поиск идей, съемка и монтаж видео, общение с представителями брендов стали частью повседневной жизни. Раньше я не думала, что смогу настолько свободно чувствовать себя перед камерой. Постепенно становилась увереннее и развивала свои творческие способности.

Конечно, даже короткое видео в социальных сетях требует немало труда. Иногда на подготовку, повторные съемки и монтаж одного ролика уходят часы. Но любимое дело дает мне энергию.

Я научилась находить время для себя

Совмещать заботу о ребенке с вниманием к себе не всегда легко. Но я поняла, что для отдыха необязательно иметь несколько свободных часов. Иногда достаточно спокойно выпить кофе, уделить время уходу за собой, красиво одеться или немного побыть в тишине. Я замечаю: когда уделяю себе внимание, улучшается мое настроение, а время с семьей становится более наполненным. Поэтому среди повседневных забот стараюсь находить место и для собственных потребностей.

У каждой женщины свои желания и возможности. Одна хочет продолжить учебу, другая – вернуться к работе, третья находит вдохновение в творчестве. Мне завершение магистратуры и ведение блога помогли сохранить свои интересы. Я убедилась, что и в материнстве можно делать шаги навстречу мечте.

Блогтан тыс уақытта біз – өз қуанышы, өз тіршілігі бар қарапайым отбасымыз. Қызымызбен ойнаймыз, серуендейміз, үйде бірге уақыт өткіземіз. Кейде ештеңе түсірмей, сол сәттің өзін ғана сезінгіміз келеді.

Қызымның күлкісі, әкесімен ойнағаны, бірге өткізген қарапайым күндеріміз – мен үшін ең қымбат естеліктер. Әлеуметтік желі біздің өміріміздің бір бөлігін ғана көрсетеді. Отбасымыздағы талай жылы сәт өз арамызда қалады.

Қызымның парақшасын жүргізгенде оның қауіпсіздігі мен жеке шекарасын бірінші орынға қоямын. Күнделікті өмірінің барлық бөлшегін жариялауды қажет деп санамаймын. Жеке мәліметтерін, жүрген жерімізді және қауіпсіздігіне әсер етуі мүмкін ақпаратты жарияламауға мән беремін.

Түсірілім кезінде де оның көңіл күйін ескеремін. Қызым шаршаса немесе түскісі келмесе, мәжбүрлемеймін. Ол – ең алдымен бала. Блогер не модель болуға міндетті емес. Болашақта өз қызығушылығын танып, таңдауын өзі жасағанын қалаймын.

Өзіңе де мүмкіндік бер

Ана атанғаннан кейін баламыздың әр қажеттілігіне көңіл бөліп, өз қалауымызды кейінге ысыра береміз. Мен де алғашқы кезде өзіме уақыт бөлсем, қызымнан бір нәрсені алып қойғандай сезінетінмін. Кейін сүйікті ісіме көңіл бөлу маған күш беретінін түсіндім. Оқуымды аяқтау, блог жүргізу, жаңа нәрсе үйрену арқылы өзіме деген сенімім нығайды.

Бұл жолда жақындарымның қолдауы маңызды болды. Бәрін жалғыз атқаруға тырыспай, көмек күтуді де үйрендім. Анаға кейде аз ғана тыныңу, жылы сөз немесе бастаған ісін жалғастыруға мүмкіндік қажет.

Қызымның өзіне сенетін, қызығушылығын еркін танып, арманын қадірлейтін адам болып өскенін қалаймын. Сондықтан оған беретін тәрбием өз өмірімнен де көрінсе деймін. Менің оқуға, шығармашылыққа ұмтылуым – сол ниетімнің бір бөлігі.

Әр ананың жағдайы мен өмір ырғағы әртүрлі. Бір кезеңде бала күтіміне толық көңіл бөлу қажет болса, басқа уақытта өз мақсатыңа қарай шағын қадам жасауға мүмкіндік туады. Өзгенің жетістігіне қарап асығудың қажеті жоқ. Өзіңді тыңдап, шамаңа сай алға жылжу да – өсу.

За пределами блога мы – обычная семья со своими радостями и повседневными заботами. Играем с дочерью, гуляем, проводим время дома. Иногда хочется ничего не снимать, а просто проживать момент. Смех дочери, ее игры с папой, наши обычные дни вместе – самые дорогие для меня воспоминания. Социальные сети показывают лишь часть нашей жизни. Многие теплые семейные моменты остаются только между нами...

Ведя страницу дочери, я прежде всего забочусь о ее безопасности и личных границах. Не считаю необходимым публиковать каждую подробность ее повседневной жизни. Стараюсь не раскрывать личные данные, наше местонахождение и информацию, которая может повлиять на ее безопасность.

Во время съемок я учитываю настроение ребенка. Если она устала или не хочет сниматься, не заставляю. Она прежде всего ребенок и не обязана быть блогером или моделью. Я хочу, чтобы в будущем она сама определила свои интересы и сделала собственный выбор.

Дать возможность и себе

Став мамами, мы уделяем внимание каждой потребности ребенка и нередко откладываем собственные желания. Поначалу мне тоже казалось, что, находя время для себя, я словно чего-то лишаю дочь. Позже поняла – любимое дело придает мне сил. Завершая учебу, ведя блог и осваивая новое, я становилась увереннее в себе.

На этом пути важную роль сыграла поддержка близких. Я научилась принимать помощь, не пытаясь справиться со всем в одиночку. Иногда маме нужны лишь небольшой отдых, теплое слово или возможность продолжить начатое.

Мне хочется, чтобы дочь выросла уверенной в себе, имела свои личные интересы, собственные желания и мечты. Поэтому я стремлюсь к тому, чтобы мое воспитание всегда подкреплялись личным примером. Мое желание учиться и заниматься творчеством – часть этого стремления.

У каждой мамы свои обстоятельства и свой ритм жизни. В один период ребенку необходимо уделять все внимание, в другой – появляется возможность сделать небольшой шаг к собственной цели. Не стоит торопить себя, глядя на чужие достижения. Прислушиваться к себе и двигаться вперед в меру своих сил – тоже значит расти.

Қызыммен бірге өсіп келемін

Бүгінде өткен жолыма қарасам, магистратура, жүктілік, ана болу және блог жүргізу бір-бірімен тығыз байланысты екенін көремін. Осы тәжірибелердің әрқайсысы мені өзгертті, жауапкершілігімді арттырды, өзіме деген сенімімді нығайтты...

Мен қызымды «қайсар қызым» деп атаймын. Ал қызымның сол мінезінің өзі маған да қайсар болуды үйретті. Оның әр жетістігіне қуана отырып, өз мақсаттарыма да ұмтылып келемін.

Ана болу мен үшін – бірге өсу, бірге үйрену, бір-біріңе күш беру. Қызым мені ана етті. Ал мен оған өз армандарын қадірлейтін, бастаған ісін аяқтауға ұмтылатын әйелдің үлгісін көрсеткім келеді...

Сұхбат беруші
А. Қ Қабанбаева,
блогер,
Өскемен қ.

Сұхбаттасқан
С. Е. Нурахметова,
редактор,
«Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты,
Алматы қ.

Я расту вместе с дочерью

Сегодня, оглядываясь на пройденный путь, я вижу, насколько тесно связаны магистратура, беременность, материнство и ведение блога. Каждый из этих этапов изменил меня, сделал ответственнее и укрепил веру в себя...

Я называю дочь «моей стойкой девочкой». Но именно она научила стойкости и меня. Радуясь каждому ее достижению, я продолжаю идти и к собственным целям.

Для меня материнство – это расти вместе, учиться друг у друга и придавать друг другу сил. Дочь сделала меня мамой. А я хочу быть для нее примером женщины, которая ценит свои мечты и стремится доводить начатое до конца...

Собеседница
А. К. Кабанбаева,
блогер,
г. Усть-Каменогорск

Беседовала
С. Е. Нурахметова,
редактор,
Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен»,
г. Алматы









МЕДИАКОНТЕНТ

«Коконың құпиясы»: неге бұл мультфильмді бүкіл отбасы көруі керек?

«Тайна Коко»: почему этот мультфильм должна посмотреть каждая семья?

Кейде көгілдір экраннан көрген кішкентай ғана оқиға көкірегіңде үлкен ойды оятып, ең аяулы жандарыңды – ата-әжеңді, шаңырағыңды, бала күнгі кіршіксіз армандарыңды еске түсіреді. «Коконың құпиясы» мультфильмі – түрлі-түсті бояулар мен сиқырлы әуеннің астарында тұтас бір өмірдің мәнін жасырған дәл сондай терең туынды.

Порой крошечная история, мелькнувшая на голубом экране, пробуждает в душе глубокие размышления, заставляя вспомнить о самом сокровенном – бабушках и дедушках, родном очаге и чистых, неподдельных мечтах детства. Мультфильм «Тайна Коко» – именно такое, поразительно глубокое произведение, где за буйством красок и магией музыки скрывается истинный смысл целой жизни.

Мультфильмнің басты кейіпкері – Мигель есімді бала. Оның ең үлкен арманы – әнші болу. Ол гитарада ойнағанды жақсы көреді, музыка естігенде ерекше шабыттанады. Бірақ Мигельдің отбасында музыкаға қатаң тыйым салынған. Үйдегілер оның бұл қызығушылығын қолдамайды және отбасылық дәстүрді жалғастырып – өздері секілді етікші болғанын қалайды. Ал Мигель үшін музыка жай ғана әуестік емес. Бұл – оның жүрегіне жақын ең үлкен арманы.

Осы тұста мультфильм ата-ана мен бала арасындағы маңызды мәселені көрсетеді. Әр ата-ана баласының болашағы жақсы болғанын қалайды. Кейде сол үшін өз тәжірибесіне сүйеніп, баласына қандай жол дұрыс екенін өзі шешуге тырысады. Бірақ баланың да өз қызығушылығы, қабілеті, арманы бар.

«Коконың құпиясы» баланың ойын тыңдау, оның неге қызығатынын түсіну қаншалықты маңызды екенін еске салады. Баланың әр арманы бірден орындала бермеуі мүмкін, бірақ «Сенен ештеңе шықпайды» немесе «Бұл саған керек емес» деген сөздер оның өзіне деген сенімін төмендетуі мүмкін. Ал «Саған бұл несімен ұнайды?», «Мұны қалай үйренгің келеді?» деген қарапайым сұрақтардың өзі балаға үлкен қолдау бола алады.

Мигель өз арманының соңынан еріп жүріп, отбасының бұрынғы тарихына тап болады. Ол осы уақытқа дейін естіген оқиғалардың бәрі толық шындық болмағанын түсінеді. Кейбір құпиялардың артында реніш, сағыныш пен түсінбеушілік жатқанын біледі. Осы арқылы мультфильм бізге отбасы тарихының қаншалықты маңызды екенін көрсетеді. Балалар көбіне ата-анасының, ата-әжесінің кішкентай кезінде қандай болғанын білмейді. Ал үлкендер кейде «одан бері қаншама уақыт өтті» деп өткенді айтпайды. Бірақ сол әңгімелер баланың өз отбасы туралы түсінігін қалыптастырады.

Балаңыздан «Атаң кішкентай кезінде қандай болғанын білесің бе?» немесе «Әжеңнің бала күнгі арманы қандай болған?» деп сұрап көріңізші. Мүмкін, ол жауап бере алмайтын шығар. Онда бұл – отбасылық әңгімені бастауға жақсы мүмкіндік. Ескі суреттерді бірге қарап, ондағы адамдардың кім екенін айтуға болады. Үлкендер өздерінің мектептегі кезін, алғашқы достарын, қызықты оқиғаларын айтып берсе, бала ата-анасын тек «әке» немесе «ана» ретінде емес, кезінде өзі секілді бала болған адам ретінде тани бастайды.

Главный герой картины – мальчик по имени Мигель. Его заветная мечта – стать музыкантом. Он всем сердцем любит играть на гитаре, а звуки мелодий дарят ему небывалое вдохновение. Однако в семье Мигеля на музыку наложен строгий запрет. Родные не разделяют его увлечения и настаивают на том, чтобы он продолжил семейную традицию – стал сапожником, как и все они. Но для Мигеля музыка – не просто мимолетная забава. Это зов его сердца, величайшая мечта его души.

В этом кроется важнейшая проблема взаимоотношений родителей и детей, которую так тонко раскрывает мультфильм. Каждый родитель желает своему ребенку лишь светлого будущего. И порой, опираясь на собственный жизненный опыт, взрослые пытаются сами проложить для него «правильный» путь. Но ведь у ребенка есть свои уникальные интересы, таланты и стремления.

«Тайна Коко» напоминает нам о том, как жизненно важно прислушиваться к мыслям ребенка, пытаться понять, чем горит его душа. Пусть не каждая детская мечта сбывается мгновенно, но брошенные вскользь фразы вроде «У тебя ничего не выйдет» или «Тебе это не нужно» способны навсегда подорвать его веру в себя. В то время как простые, но искренние вопросы «Чем тебя это так привлекает?» или «Как бы ты хотел этому научиться?» могут стать для ребенка колоссальной опорой.

Следуя за своей мечтой, Мигель погружается в историю своего рода. Он осознает, что все те семейные предания, которые он слышал ранее, были далеко не полной правдой. Завеса тайны скрывала давние обиды, щемящую тоску и глухое недопонимание. Через эту призму мультфильм показывает нам истинную ценность истории семьи. Дети зачастую даже не представляют, какими были их родители, дедушки и бабушки в юные годы. А старшие порой отмалчиваются, отмахиваясь: «Столько воды утекло с тех пор...» Но именно из этих сокровенных рассказов по крупицам формируется осознание ребенком своих корней.

Спросите у своего ребенка: «А ты знаешь, каким был твой дедушка в детстве?» или «О чем мечтала бабушка, когда была маленькой?» Может, он не найдет ответа. И это прекрасный повод завести теплый семейный разговор. Можно вместе перебрать пожелтевшие снимки, рассказывая о людях, запечатленных на них. Когда взрослые делятся своими школьными

«Коконың құпиясы» мультфильмінің ең әсерлі ойларының бірі – адамды есте сақтау туралы. Туындыда өмірден өткен жақындарын отбасы ұмытпаса, олардың суретін сақтап, атын атап, жақсы естеліктерін айтып отырса, олардың бейнесі де жүректе өмір сүре береді деген ой беріледі.

Қазақ отбасыларында да бұл түсінік өте жақын. Біз ата-бабамызды еске аламыз, жеті атамызды білуге мән береміз, үлкендердің әңгімесін тыңдаймыз. Кейбір отбасыларда атаның ескі домбырасы, әженің сандығы, отбасылық фотосуреттер немесе ұрпақтан ұрпаққа жалғасып келе жатқан бір зат болады. Оның бағасы қымбат болмауы мүмкін, бірақ ол бүкіл отбасы үшін ерекше бағалы. Себебі оның артында естелік бар...

Мультфильмдегі Коко әженің бейнесі де көрерменге ерекше әсер етеді. Оның жасы ұлғайған, көп нәрсені ұмыта бастағанымен, бала күніндегі бір әнді естіген сәтте жүрегінде сақталған естеліктер қайта оянады.

«Коконың құпиясы» ата-аналарға тағы бір маңызды нәрсені еске салады: отбасы бір-бірін жақсы көргенімен, әрдайым бірдей ойлауы міндетті емес. Бала мен ата-ананың пікірі сәйкес келмей қалуы мүмкін. Осындай кезде бір-бірін тыңдау, себебін сұрау, асықпай сөйлесу өте маңызды. Мигельдің оқиғасы да дәл осыны көрсетеді. Ол отбасынан қашқысы келмейді, керісінше, өзін де түсінгенін қалайды. Ал отбасы оны қорғағысы келеді. Екі жақ бір-бірінің шын ойын түсінген кезде ғана арадағы мәселе шешіле бастайды.

Мультфильмді баламен бірге көргеннен кейін бірден басқа іске көшіп кетпей, аздап сөйлесіп көрген дұрыс. «Саған қай кейіпкер ұнады?», «Мигельдің орнында болсаң, сен не істер едің?», «Сенің ең үлкен арманың қандай?», «Біздің отбасымызда кім туралы көбірек білгің келеді?», «Ата-әжеңнен не жайлы сұрап, білгің келеді?» деген сұрақтар баланың ойын ашуға көмектеседі. Бұл жерде дұрыс немесе бұрыс жауап іздеудің қажеті жоқ. Ең бастысы – баланы тыңдау.

«Коконың құпиясы» сырттай қарағанда музыкаға ғашық баланың таңғажайып сапары туралы мультфильм. Ал тереңірек қарасақ, ол отбасы, кешірім, арман, ата-бабаға деген құрмет және жақын адамдарды бағалау туралы әңгіме. Бұл мультфильм балаға «арманыңнан қорықпа» деген ой салса, ата-анаға

воспоминаниями, рассказывают о первых друзьях и забавных случаях, ребенок начинает видеть в них не просто строгих маму или папу, а живых людей, которые когда-то тоже были детьми, такими же, как он сам.

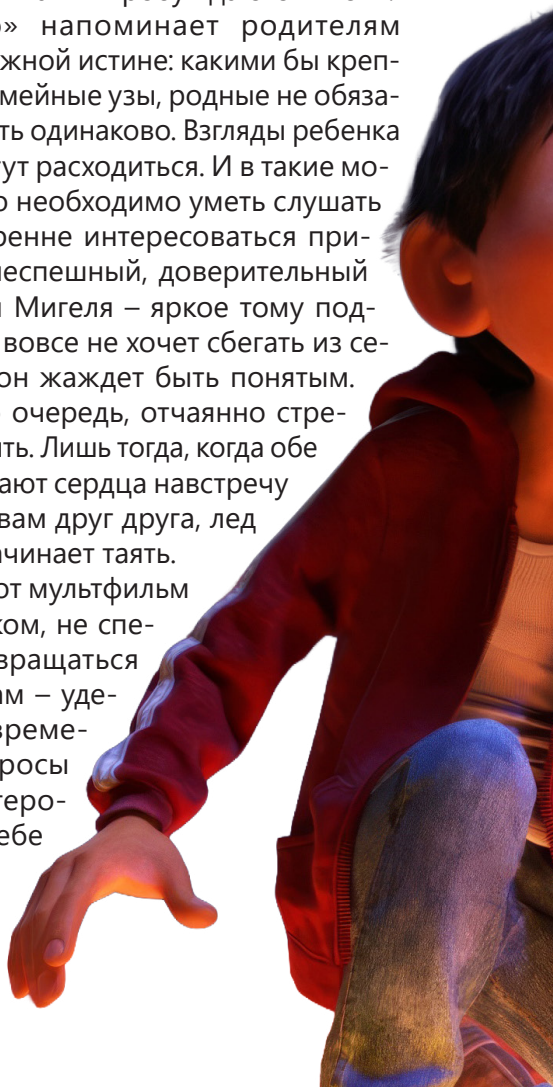
Одна из самых пронзительных мыслей мультфильма – это сила нашей памяти. Картина доносит до нас светлую истину: пока мы помним ушедших близких, пока бережем их фотографии, произносим их имена и делимся добрыми воспоминаниями, они продолжают жить в наших сердцах.

Для казахских семей это понимание особенно близко и трепетно. Мы чтим память предков, придаем огромное значение знанию своих «жеті ата» (семи поколений), с почтением внимаем рассказам старших. Почти в каждом доме хранится старая дедушкина домбра, бабушкин сундук с приданым, выцветшие семейные фотоальбомы или любая другая вещь, передающаяся из поколения в поколение. Возможно, она не имеет высокой материальной стоимости, но для семьи она бесценна. Ведь в ней живет сама память...

Образ прабабушки Коко никого не оставляет равнодушным. Несмотря на преклонный возраст и угасающую память, стоит ей услышать песню из далекого детства, как глубоко запрятанные в сердце воспоминания пробуждаются вновь.

«Тайна Коко» напоминает родителям еще об одной важной истине: какими бы крепкими ни были семейные узы, родные не обязаны всегда мыслить одинаково. Взгляды ребенка и родителей могут расходиться. И в такие моменты жизненно необходимо уметь слушать друг друга, искренне интересоваться причинами, вести неспешный, доверительный диалог. История Мигеля – яркое тому подтверждение. Он вовсе не хочет сбегать из семьи, напротив, он жаждет быть понятым. А семья, в свою очередь, отчаянно стремится его защитить. Лишь тогда, когда обе стороны открывают сердца навстречу истинным чувствам друг друга, лед непонимания начинает таять.

Посмотрев этот мультфильм вместе с ребенком, не спешите сразу возвращаться к бытовым делам – уделите немного времени беседе. Вопросы вроде «Кто из героев полюбился тебе



QR-кодты сканерлеңіз · Отсканируйте QR-код
Instagram: inabat_news

Көргеннен кейін сөйлесейік

1 Саған қай кейіпкер ұнады?

2 Мигельдің орнында болсаң, сен не істер едің?

3 Сенің ең үлкен арманың қандай?

4 Біздің отбасымызда кім туралы көбірек білгің келеді?

5 Ата-әжеңнен не жайлы сұрап, білгің келеді?

Поговорим после просмотра

1 Кто из героев полюбился тебе больше всего?

2 Как бы ты поступил на месте Мигеля?

3 О чем твоя самая заветная мечта?

4 О ком из нашей семьи ты хотел бы узнать побольше?

5 О чем бы ты хотел расспросить дедушку с бабушкой?

«балаңыздың жүрегінде не бар екенін тыңдап көріңіз» дегендей әсер қалдырады.

Кейде біз жақын адамдарымыз әрдайым жанымызда болатын сияқты өмір сүреміз. Айтқымыз келген жылы сөзді кейінге қалдырамыз, ата-әжеміздің әңгімесін «кейін тыңдармын» дейміз, баламыздың айтқанын атүсті тыңдай саламыз. Ал «Коконың құпиясы» бізге ең қымбат дүниелердің дәл қазір жанымызда екенін еске түсіреді.

Сондықтан мультфильм аяқталған соң отбасылық альбомды ашып көріңіз. Ата-әжеңіздің жағдайын біліңіз. Балаңыздан оның арманы туралы сұраңыз. Мүмкін, сол кеш сіздің отбасыңыздың да ұмытылмайтын бір жылы естелігіне айналар...



больше всего?», «Как бы ты поступил на месте Мигеля?», «О чем твоя самая заветная мечта?», «О ком из нашей семьи ты хотел бы узнать побольше?», «О чем бы ты хотел расспросить дедушку с бабушкой?» помогут раскрыть внутренний мир вашего ребенка. Здесь нет правильных или неправильных ответов. Самое главное – просто выслушать его.

На первый взгляд, «Тайна Коко» – это лишь красочная сказка о невероятном путешествии мальчика, влюбленного в музыку. Но если заглянуть глубже, это глубокая философская притча о семье, всепрощении, праве на мечту, почтении к предкам и умении ценить тех, кто рядом. Этот мультфильм оставляет после себя светлое послевкусие: ребенку он словно шепчет: «Не бойся мечтать!», а родителю мягко подсказывает: «Прислушайтесь к тому, что таится в сердце вашего ребенка».

Порой мы живем в суете, наивно полагая, что наши близкие будут с нами вечно. Мы откладываем на потом теплые слова, обещаем себе «как-нибудь потом» послушать дедушкины истории, вполуха слушаем щебет наших детей. А «Тайна Коко» словно пробуждает нас, напоминая: самое дорогое, что у нас есть, находится рядом с нами прямо сейчас.

Поэтому, когда по экрану поплывут финальные титры, достаньте старый семейный альбом. Уделите время старшим – узнайте, как здоровье у бабушки и дедушки. Спросите своего ребенка, о чем он мечтает. Кто знает, быть может, именно этот вечер станет для вашей семьи еще одним незабываемым, согревающим душу воспоминанием...

Пайдалы интернет: балалар мен ата-аналарға арналған тегін ресурстар топтамасы

Интернет с пользой: подборка бесплатных ресурсов для детей и родителей

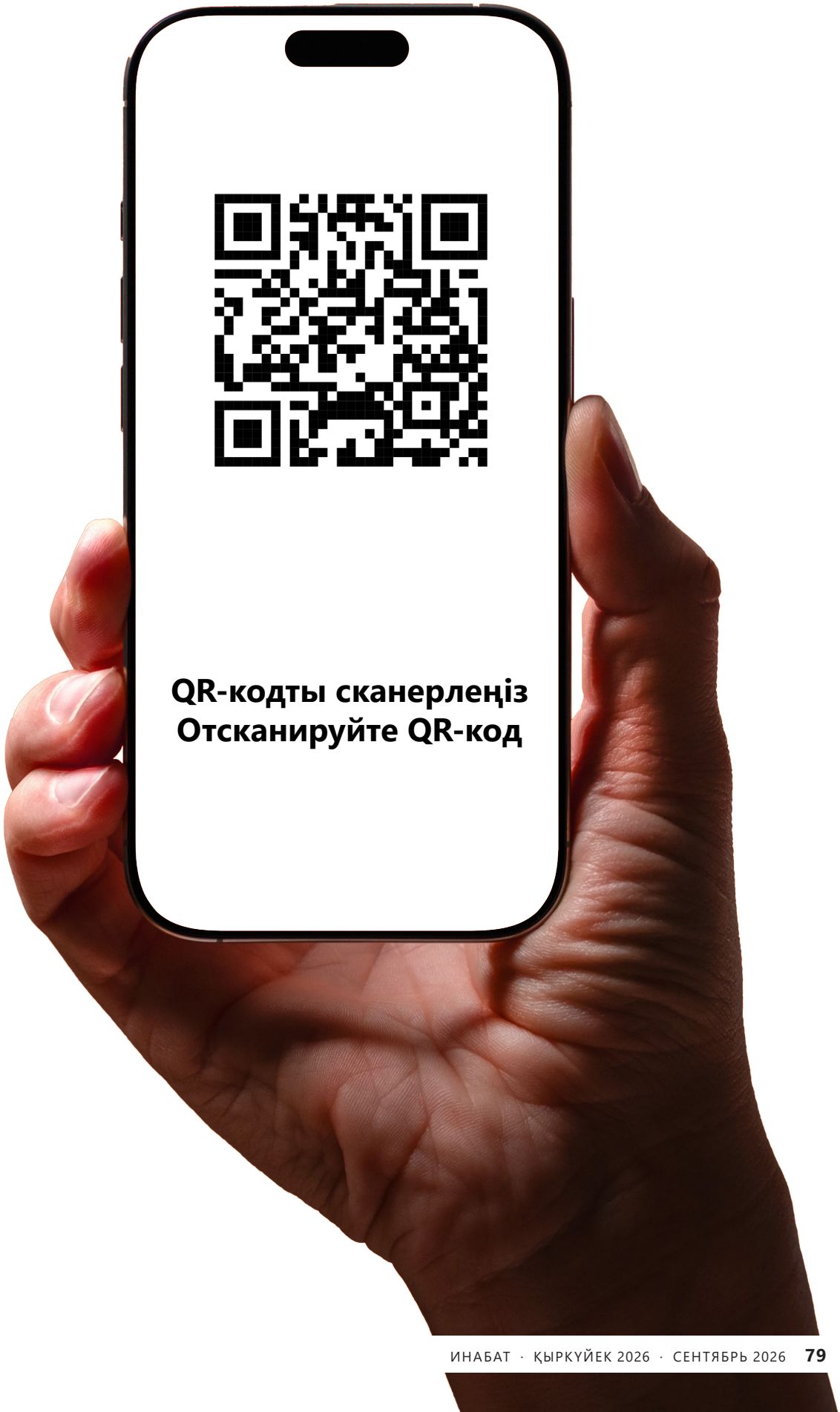


Үй тапсырмасы, алғашқы оқылған кітап, виртуалды тәжірибе, күрделі әңгіме немесе қауіпсіздік мәселесі – кейде бір ғана жақсы сайт сағаттап ізденуге кететін уақытыңызды үнемдеуі мүмкін.

Осы ретте біз баланың интернетте жай ғана «отыруына» емес, кітап оқуына, ізденуіне, білім алып, дер кезінде психологиялық қолдау табуына көмектесетін пайдалы ресурстар топтамасын ұсынамыз.

Домашнее задание, первая книга, виртуальный эксперимент, сложный разговор или вопрос о безопасности – хороший сайт иногда экономит часы поисков.

Мы собрали ресурсы, которые помогают детям не просто «сидеть в интернете», а читать, исследовать, учиться и вовремя получать поддержку.


QR-кодты сканерлеңіз
Отсканируйте QR-код

ҚАУІПСІЗДІК ЖӘНЕ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ҚОЛДАУ
ДЛЯ БЕЗОПАСНОСТИ И ПОДДЕРЖКИ

«Мен не туралы үндемеймін» – ашық айту қиынға соққанда...

Кейде балаға «Мен жалғызбын», «Мені ренжітіп жүр», «Менің қолымнан келмей жатыр», «Мен қорқамын» деген сияқты ең маңызды сөздердің өзін дауыстап айту өте ауыр тиеді.

«Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институтының сайтында дәл осындай жағдайларға арналған *«Мен не туралы үндемеймін»* бөлімі жұмыс істейді. Бұл – әр бала өз ойын, сезімі мен ішкі күйзелісін ешкімнің сөгісінен қорықпай, еркін бөлісе алатын сенімді кеңістік.

Бала өз аты-жөнін жасыра отырып, басынан өткен жағдайды баяндап бере алады.

Бөлімде достық, сыныптастармен қарым-қатынас, мектеп пен отбасы, жалғыздық, жақынынан айырылу, қатыгездік пен буллинг мәселелері көтеріледі.

Қалдырған хабарламасына маманнан психологиялық жауап пен қолдау алады.

«О чем я молчу» – когда трудно сказать вслух

Иногда ребенку трудно произнести вслух даже самые важные слова: «Мне одиноко», «Меня обижают», «Я не справляюсь», «Мне страшно».

На сайте Национального научно-практического института благополучия детей «Өркен» для таких ситуаций работает раздел *«О чем я молчу»* – пространство, где каждый ребенок может поделиться своими мыслями, чувствами и переживаниями без страха осуждения.

Ребенок может описать свою ситуацию и не называть настоящее имя.

В разделе поднимаются темы дружбы и отношений с одноклассниками, школы и семьи, одиночества, утраты, жестокости и буллинга.

На обращение можно получить психологический отклик и поддержку.

Сайт: https://orken-instituty.kz/ru/what-am-i-silent-about

Bala Qorgau – не істеріңді білмей қиналғанда...

Bala Qorgau – когда трудно и непонятно, что делать

Кейде балаға оқулық емес, «Мені ренжітсе, не істеймін?», «Ата-анаммен қалай татулассам болады?», «Баға үшін неге сонша уайымдаймын?» деген сауалдарға нақты әрі түсінікті жауап керек болады. Bala Qorgau дәл осындай жағдайлар үшін арнайы құрылған.

Бұл жерден не табуға болады? Сайттағы кеңестер «Мен оқушымын» және «Мен ата-анамын» деген екі бағытқа бөлінген. Онда қатарластармен және мұғалімдермен қарым-қатынас, оқу, отбасы, түрлі қақтығыстар мен өмірдің қиын жағдайларына қатысты тақырыптар қамтылған. Сонымен қатар, маманнан жеке кеңес алу мүмкіндігі де бар.

Иногда ребенку нужен не учебник, а понятные ответы на вопросы: «Что делать, если меня обижают?», «Как помириться с родителями?», «Почему я так переживаю из-за оценок?». Bala Qorgau создан именно для таких ситуаций.

Что здесь искать. На сайте советы разделены на два маршрута – «Я ученик» и «Я родитель». Есть темы про отношения со сверстниками и учителями, учебу, семью, конфликты и трудные жизненные ситуации. Можно также обратиться за консультацией.

Сайт: https://www.gov.kz/memleket/entities/bala/activities/6702?lang=ru

«Өркен» – баланың әл-ауқаты пен қауіпсіздігіне қатысты практикалық кеңестер

«Өркен» – практические советы о благополучии и безопасности детей

«Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты отбасына қажетті барлық материалды бір жерге топтастырған.

Ата-аналарға арналған мамандар кеңесі, чек-парақтар мен тестілер, ал балалар үшін психолог кеңестері, кәсіби бағдар беру және қауіпсіздік материалдары бар.

«Өркен ГИД» бөлімінен үйде, көшеде, мектепте және ғаламторда өзін-өзі ұстау ережелеріне қатысты нұсқаулықтарды табуға болады.

Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен» собрал материалы для семьи в одном месте.

Советы специалистов, чек-листы и тесты для родителей, а для детей – советы психолога, профориентация и материалы по безопасности.

В «Өркен ГИД» можно найти рекомендации по поведению дома, на улице, в школе и в интернете.

Сайт: https://orken-instituty.kz/ru/roditelyam

КІТАП ОҚУ, ТАРИХҚА ҮҢІЛУ ЖӘНЕ ТАНЫМ КӨКЖИЕГІН КЕҢЕЙТУ
ДЛЯ ЧТЕНИЯ, ИЗУЧЕНИЯ ИСТОРИИ И РАСШИРЕНИЯ КРУГОЗОРА

Әдебиет порталы – қашанда жаныңыздан табылатын кітапхана

Әдебиет порталы – библиотека, которая всегда рядом

Кейде кітап әлеміне деген махаббат «міндетті түрде оқылуы тиіс» шығармалардың ұзын-сонар тізімінен емес, баланың өз қалауымен таңдаған бір ғана кітабынан басталады. Әдебиет порталы дәл осындай дұрыс таңдау жасауға көмектеседі.

Бұл жерден не табуға болады? Порталда мыңдаған электронды кітап, аудиокітаптар, қазақ авторларының шығармалары, балалар әдебиеті және «Ұлт оқитын 100 кітап» жобасы орналастырылған. Көптеген туындыларды тікелей онлайн оқуға мүмкіндік бар.

Иногда путь к чтению начинается не с толстого списка «обязательной литературы», а с книги, которую ребенок выбрал сам. Әдебиет порталы помогает сделать такой выбор.

Что здесь искать. На портале размещены тысячи электронных книг, есть аудиокниги, произведения казахских авторов, детская литература и проект «Ұлт оқитын 100 кітап». Многие произведения можно читать прямо онлайн.

Сайт: https://adebiportal.kz/kz/books

E-history.kz – параграфпен шектелмейтін Қазақстан тарихы

E-history.kz – история Казахстана не только в параграфах

Тарихи даталар жалаң сандар болудан қалып, карталармен, тарихи тұлғалармен, қалалармен және нақты оқиғалармен ұштасқан кезде ғана тарих пәніне деген шынайы қызығушылық оянады.

Порталда оқу материалдары, цифрлық білім беру ресурстары, интерактивті тапсырмалар мен тестілер, электронды кітапхана және балаларға арналған Қазақстан тарихы бойынша арнайы материалдар бар.

История становится интереснее, когда даты перестают быть одиночными цифрами и соединяются с картами, людьми, городами и реальными событиями.

На портале есть учебные материалы, цифровые образовательные ресурсы, интерактивные задания и тесты, электронная библиотека и отдельные материалы для детей по истории Казахстана.

Сайт: https://e-history.kz/ru/educational-materials

ОҚУҒА, ТӘЖІРИБЕ ЖАСАУҒА ЖӘНЕ ЖАҢА ДАҒДЫЛАРДЫ ИГЕРУГЕ АРНАЛҒАН
ДЛЯ УЧЕБЫ, ЭКСПЕРИМЕНТОВ И НОВЫХ НАВЫКОВ

PhET – үйде жасауға болатын қауіпсіз зертхана

Ток күшін өзгертсе не болады? Молекулалар қыздырылған кезде өзін қалай ұстайды? Заттар неге суға батып кетеді немесе бетіне қалқып шығады? PhET – осындай сұрақтардың барлығын қызықты интерактивті тәжірибеге айналдырады.

Физика, химия, математика, биология, Жер және ғарыш туралы тегін ғылыми симуляциялар. Бала параметрлерді өзі өзгерте отырып, нәтижесін сол сәтте көре алады – тура нағыз зертханадағыдай.

МАҢЫЗДЫ! Тәжірибелерді іске асыру кезінде ересектердің қадағалауымен жасау қажет. Қауіпсіздік баса мән беріңіз!

PhET – домашняя лаборатория без пробирок и риска

Что будет, если изменить силу тока? Как ведут себя молекулы при нагревании? Почему предметы тонут или всплывают? PhET превращает такие вопросы в интерактивный эксперимент.

Бесплатные научные симуляции по физике, химии, математике, биологии, Земле и космосу. Ребенок меняет параметры и сразу видит результат – почти как в лаборатории.

ВАЖНО! Выполнение опытов должно проходить исключительно под наблюдением взрослых. Помните о правилах безопасности!

Сайт: https://phet.colorado.edu/

CodeAI – бағдарлама жасау және жасанды интеллектіні меңгеру

Цифрлық әлемнің қалай жұмыс істейтінін түсіну үшін бала міндетті түрде бағдарламашы болуды армандауы қажет емес. Дегенмен, тапсырманы кезең-кезеңге бөліп талдау, қатені таба білу және өзіндік жаңа дүние жасап шығару дағдысы кез келген мамандықта пайдасын тигізеді.

Әртүрлі жас ерекшеліктеріне арналған бағдарламалау, компьютерлік ғылымдар және жасанды интеллект негіздері бойынша тегін курстар мен тапсырмалар. Мұнда виртуалды бағдарламалау, ойындар, анимациялар мен веб-жобалар жасауға болады әрі материалдардың бір бөлігі бірнеше тілде қолжетімді.

CodeAI – программирование и освоение искуственного интелекта

Ребенку необязательно мечтать стать программистом, чтобы понимать, как устроен цифровой мир. Умение разложить задачу на шаги, искать ошибку и создавать что-то свое полезно в любой профессии.

Бесплатные курсы и задания по программированию, компьютерным наукам и основам искусственного интеллекта для разных возрастов. Есть визуальное программирование, создание игр, анимаций и веб-проектов. Часть материалов доступна на разных языках.

Сайт: https://code.org/

Редакциялық анықтама: Көрсетілген тегін материалдардың сілтемелері мен қолжетімділігі 2026 жылдың қыркүйегінде тексерілді. Кейбір халықаралық сервистердің қосымша ақылы өнімдері болуы мүмкін, алайда мақалада сипатталған базалық ресурстар толығымен тегін.

Редакционная справка. Ссылки и доступность указанных бесплатных материалов проверены в сентябре 2026 года. У отдельных международных сервисов могут существовать дополнительные платные продукты, однако описанные в статье базовые ресурсы доступны бесплатно.

4

Балаларға

Детям







Неліктен телефонды түнде жастықтың астына қоюға болмайды?

Почему нельзя оставлять телефон под подушкой на ночь?

Ұйықтар алдында телефоныңды қайда қоясың? Үстелдің үстіне ме? Қуаттағышқа ма? Әлде «таңертең бірден табайын» деп жастығыңның астына салып қоясың ба? Егер соңғы нұсқаны таңдасаң, бүгіннен бастап телефоныңа басқа «ұйықтайтын орын» тауып бергенің дұрыс. Өйткені телефонға жастықтың асты жайлы көрінгенімен, шын мәнінде бұл – сенің ұйқыңа кері әсерін тигізеді.

Сенің ойыңда «Неге?» деген сұрақ туындап тұрғанын түсініп тұрмын.
Себебін бірге анықтап көрейік.

Куда ты кладешь свой телефон перед сном? На стол? На зарядку? Или прячешь под подушку, чтобы «утром сразу найти»? Если ты выбираешь последний вариант, то с сегодняшнего дня твоему гаджету лучше подыскать другое «спальное место». Ведь как бы уютно ни казалось телефону под подушкой, на самом деле это незаметно, но верно разрушает твой сон.

Я понимаю, у тебя уже возник резонный вопрос: «Почему?» Давай разбираться вместе.

Сен ұйықтағаныңмен – телефон өз жұмысын тоқтатпайды. Сен көзіңді жұмып, тәтті ұйқыға кеткенде телефоныңның жұмысы толық тоқтап қалмайды. Ол желімен байланысын жалғастырады, хабарламалар қабылдайды, қосымшалар жаңаруы мүмкін. Бір сөзбен айтқанда, батареясы мен электрондық бөлшектері жұмыс істей береді. Сондықтан телефонды, *әсіресе қуатталып жатқан кезде, жастықтың немесе көрпенің астына қоюға болмайды.*

Бірақ неге?

Жастық телефонның еркін «тыныс алуына» кедергі жасайды. Телефон жұмыс істегенде және қуатталған кезде белгілі бір мөлшерде жылу бөледі. Әдетте бұл жылу айналадағы ауаға тарайды. Былай елестет: жаздың ыстық күнінде қалың күрте киіп алып, үстіңе тағы көрпе жамылдың делік. Біраз уақыттан кейін саған тым ыстық болатыны анық. Телефонда да осыған ұқсас жағдай болуы мүмкін.

Сондықтан құрылғы өндірушілері телефонды қуаттау кезінде оны ауасы еркін айналатын жерде ұстауға кеңес береді. Мысалы, Apple компаниясы қауіпсіздік нұсқаулығында қуат көзіне қосылған құрылғыны жастықтың, көрпенің немесе адамның денесінің астында қалдырмау керектігі арнайы ескертілген.

Бұл «әр телефон міндетті түрде қызып, өрт шығады» деген сөз емес. Бірақ қауіпсіздік үшін құрылғыны ашық бетке қойған дұрыс.

Қызықты фактілер

Телефон мен ұйқының арасында байланыс бар

Ғалымдар смартфондар мен өзге де электронды құрылғылардың балалар мен жасөспірімдердің түнгі тыныштығына қалай әсер ететінін әлдеқашан зерттеу нысанына айналдырған. Көптеген зерттеулердің нәтижесі көрсеткендей, гаджеттерге телміру – ұйқының қашуына, түнгі демалыстың қысқаруына және таңертең бойды меңзейтін енжарлыққа тікелей себепкер.

Ең қызығы, смартфон мен компьютердің тигізер әсері теледидардан көш ілгері. Мұның сыры да қарапайым: көгілдір экранды біз қашықтан тамашаласақ, телефон – қолымыздан түспейтін жансерігіміз. Оның ішінде неше түрлі ойын, бітпейтін хаттар, еліктіретін бейнебаяндар мен достардың қызу талқысы жатыр. Бір сөзбен

Ты спишь, а твой телефон – нет. Когда ты закрываешь глаза и погружаешься в сладкие сны, твой телефон не прекращает свою работу ни на секунду. Он продолжает держать связь с сетью, ловит уведомления, обновляет приложения. Словом, его батарея и электронная «начинка» неустанно трудятся. Именно поэтому телефон, *особенно подключенный к зарядному устройству, категорически нельзя оставлять под подушкой.*

Но почему?

Подушка мешает телефону свободно «дышать». Во время активной работы или зарядки гаджет неизбежно выделяет тепло. В обычных условиях это тепло беспрепятственно рассеивается в воздухе. Представь себе такую картину: в знойный летний день ты надеваешь теплую куртку, да еще и укрываешься толстым одеялом. Очевидно, что вскоре тебе станет невыносимо жарко. Нечто подобное испытывает и твой смартфон.

Поэтому производители техники настоятельно рекомендуют заряжать телефон там, где воздух циркулирует свободно. К примеру, в руководстве по безопасности Компании Apple черным по белому прописано: нельзя оставлять устройство, подключенное к источнику питания, под подушкой, одеялом или телом человека.

Это не значит, что «каждый телефон обязательно перегреется и загорится». Но в целях безопасности лучше класть устройство на открытую поверхность.

Интересные факты

Между телефоном и сном есть связь

Ученые давно изучают, как смартфоны и другие электронные устройства влияют на ночной отдых детей и подростков. Результаты масштабного исследования показали, что увлечение гаджетами напрямую приводит к трудностям с засыпанием, сокращению продолжительности сна и утренней вялости.

Самое интересное, что смартфоны и компьютеры влияют на сон гораздо сильнее, чем телевизор. Причина проста: телевизор мы смотрим на расстоянии, а телефон – наш неизменный спутник, которого мы почти не выпускаем из рук. В нем – всевозможные игры, бесконечная переписка, увлекательные видеоролики и оживленные обсуждения с друзьями. Словом,

айтқанда, ол миымызға «Көз ілме, қызықтың көкесі әлі алда!» деп жар салып тұрады.

Жасөспірімдік шақ және ұйқының бұзылуы

Кейбір жасөспірімдер кеш батса да бойындағы күш-қуаты тасып, өзін сергек сезінеді. Ересектер «Ұйықтайтын мезгіл болды» деп ескерткенде, баланың «Мүлде ұйқым келер емес» деп жауап қатуы заңдылық. Бұл қырсықтық емес, жасөспірім ағзасының табиғи ерекшелігі екенін ескеру керек. Ал енді оған телефонды – көз қарықтырар экранды, еліктіргіш ойындар мен достардың бітпес әңгімесін қосып көріңіз... Мұндайда ұйқының ауылы тіпті алыстай түседі.

«Есейдім, маған аз ұйқы да жетеді»

Жасөспірімдер арасында «Мен енді кішкентай бала емеспін. Бес-алты сағат көз ілсем де жеткілікті» деген жаңсақ пікір жиі кездеседі. Алайда біздің ағзамыз бұлай ойламайды.

6–12 жас аралығындағы балаларға тәулігіне 9–12 сағат ұйқы қажет болса, 13–18 жастағы жасөспірімдер кемі 8–10 сағат демалуы тиіс.

Өйткені жас өркеннің ағзасы тоқтаусыз өсіп, дамып келе жатыр. Ми жаңа ақпаратты бойына сіңіреді, дене қатаяды, ағза жаңа күш жинайды. Осының бәріне толыққанды ұйқы қажет.

Өзіңді тексер: «7 түн» тәжірибесі

Кішкентай тәжірибе жасап көргің келе ме?

Келесі *7 түн бойы* осы қарапайым ережелерді орында.

★ Ұйықтардан бір сағат бұрын телефонды шетке қой.
★ Телефонды жастықтың астына қойма.
★ Оны төсектен қол жетпейтін жерге қой.
★ Түнгі қажетсіз хабарламаларды өшір.
★ Телефонның орнына кітап оқып, музыка тыңдап немесе ертеңгі жоспарыңды жазып көр.

Әр таң сайын өзіңе үш қарапайым сұрақ қой.

★ Қалай ұйықтадым?
★ Таңертең тұру қаншалықты оңай болды?
★ Күні бойы өзімді қалай сезіндім?

Жетінші күні нәтижені алғашқы күніңмен салыстыр. Мүмкін, кішкентай ғана өзгерістің үлкен айырмашылық жасағанын байқарсың.

он словно подает нашему мозгу сигнал: «Не засыпай, самое интересное еще впереди!»

Подростковый возраст и позднее засыпание

Некоторые подростки даже с наступлением вечера полны энергии и чувствуют себя бодрыми. Когда взрослые напоминают: «Пора спать», ответ «Мне совсем не хочется» вполне закономерен. Это не просто упрямство, а естественная особенность подросткового организма. А теперь добавьте к этому телефон – яркий экран, захватывающие игры и нескончаемые разговоры с друзьями... В такой ситуации сон отступает еще дальше.

«Я уже взрослый, мне и короткого сна достаточно»

Среди подростков распространено заблуждение: «Я уже не маленький ребенок. Мне вполне хватит пяти-шести часов сна». Однако наш организм с этим не согласен.

6–12-летним детям требуется 9–12 часов сна в сутки, а подросткам в возрасте 13–18 лет необходимо как минимум 8–10 часов качественного отдыха.

Потому что юный организм находится в состоянии непрерывного роста и развития. Мозг жадно впитывает новую информацию, тело крепнет, организм аккумулирует новые силы. И для всего этого жизненно необходим полноценный сон.

Проверь себя: эксперимент «7 ночей»

Хочешь провести небольшой эксперимент?

В течение следующих *7 ночей* соблюдай эти простые правила.

★ Отложи телефон за час до сна.
★ Не прячь его под подушку.
★ Оставь гаджет там, куда не дотянешься из постели.
★ Отключи ненужные ночные уведомления.
★ Вместо пролистывания ленты почитай книгу, послушай музыку или запиши планы на завтрашний день.

Каждое утро задавай себе три простых вопроса.

★ Как мне спалось?
★ Насколько легко было проснуться утром?
★ Как я чувствовал себя в течение дня?

На седьмой день сравни свой результат с самым первым днем. Вполне возможно, ты с удивлением обнаружишь, как столь крошечное изменение сотворило огромную разницу.

Ата-аналарға арналған қарапайым ережелер

Баланың қолындағы телефонды тартып алу – мәселенің түйінін тарқата алмайтыны анық. Оның орнына шаңырақтағы барлық жанға ортақ, түсінікті әрі тиімді ережелер жүйесін қалыптастырған әлдеқайда ұтымды болмақ.

1. *Үйдегі құрылғылардың «түнгі тұрағын» белгілеңіз.* Мысалы, дәліздегі шағын үстел немесе қонақ бөлмедегі сөре үйдегі барлық электронды құрылғылардың түнгі «тыныстайтын» мекеніне айналсын. Бұл әдет телефонды жатын бөлмеге кіргізбеудің таптырмас амалы.

2. *Ұйқыға дейінгі соңғы бір сағатты экрансыз өткізіңіз.* Бұл уақытты кітап оқуға, ертеңгі киімді дайындауға, отбасымен емен-жарқын сырласуға немесе жанға жайлы, тыныш әуен тыңдауға арнаған абзал.

3. *Ереже тек балаға емес, бүкіл отбасыға ортақ болсын.* Егер ата-ананың өзі жастыққа бас қойғанша телефонға телміріп жатса, баладан басқаша мінез-құлық күтудің өзі артық. Балаға «Саған телефон ұстауға болмайды!» деп кесімді сөз айтқаннан гөрі, «Ұйықтар алдында бәріміз телефондарымызды осы тұраққа қалдырамыз» деп жеке үлгі көрсету – әлдеқайда нәтижелі әрі өнегелі қадам.

4. *Баламен ашық сөйлесіп, себебін түсіндіріңіз.* Бұйыра сөйлеп, «Телефонды маған бер!» деудің орнына, баламен байыппен тілдесіңіз. «Телефонды өзіміздің аулағырақ қойсақ, ұйқымыз тыныш, түсіміз тәтті болады. Оның үстіне, қуатталып жатқан құрылғыны жастық астында ұстау – қауіпті» деп, істің мән-жайын түсіндіру баланың бұл ережені мәжбүрлікпен емес, саналы түрде қабылдауына жол ашады.

Простые правила для родителей

Вырывать телефон из рук ребенка, применяя силу, очевидно, не тот метод, который поможет распутать клубок проблем. Гораздо разумнее и дальновиднее будет выстроить в доме понятную, эффективную и единую для всех систему правил.

1. *Обустройте дома «ночную парковку» для гаджетов.* Пусть, к примеру, небольшой столик в прихожей или полка в гостиной станут местом ночного «отдыха» для всей электроники в доме. Эта привычка – верный способ не впускать телефоны в спальню.

2. *Проводите последний час перед сном без экранов.* Это время лучше посвятить чтению книг, подготовке одежды на завтра, душевным семейным разговорам или прослушиванию умиротворяющей музыки.

3. *Правила должны быть общими для всей семьи, а не только для ребенка.* Если родители сами не отрывают взгляд от экрана, пока не коснутся подушки, странно ожидать от ребенка иного поведения. Вместо категоричного «Тебе нельзя трогать телефон!» гораздо эффективнее показать личный пример: «Перед сном мы все оставляем свои устройства на этой «парковке». Это не только результативный, но и благородный воспитательный шаг.

4. *Говорите с ребенком открыто, четко объясняя причины.* Вместо командирского тона и резкого «Дай сюда телефон!» поговорите с ребенком спокойно и рассудительно. Объясните суть вещей: «Если мы уберем телефоны подальше, наш сон будет крепче, а сны – слаще. К тому же держать заряжающееся устройство под подушкой просто небезопасно». Такое объяснение поможет ребенку принять это правило не как суровую обязанность, а как осознанный выбор.



Смартфон – адамзат ойлап тапқан таптырмас құрал. Оның көмегімен білім алып, жаңалық ашамыз, жақындарымызбен сырласып, әуен тыңдаймыз, өмірдің тамаша сәттерін таспаға басамыз. Мәселе құрылғының өзінде емес, оны қашан және қалай кәдеге жарататынымызда. Күндіз ол сіздің айнымас көмекшіңіз болсын. Ал түн мезгілі жеткенде, оған: *«Бүгінге осы да жетер. Енді екеуміз де тыныстайық»*, – деп айта білу керек.

Смартфон – гениальное и незаменимое изобретение человечества. С его помощью мы получаем знания, совершаем открытия, делимся секретами с близкими, наслаждаемся музыкой и запечатлеваем прекрасные моменты нашей жизни. Суть проблемы кроется не в самом устройстве, а в том, как, когда и сколько мы им пользуемся. Пусть днем он будет твоим верным и безотказным помощником. А вот когда на землю опускается ночь, нужно уметь сказать ему: *«На сегодня достаточно. А теперь мы оба отправляемся отдыхать...»*





WOW БАЛАЛАР · WOW ДЕТИ

«Біз үшін ең маңыздысы – медаль емес, баланың талпынысы»

«Для нас самое важное – не медаль, а старания ребенка»

Үлкен жетістікке бастайтын жол кейде бассейндегі алғашқы жаттығудан, ал кейде балалар жарысындағы шағын жеңістен басталады. *Төрт жасар Дінмұхаммед сегіз айдан бері жүзумен айналысып жүр. Ал 1 жасар інісі Ахмади «Еңбектеп жүгіру» жарысына қатысып, жүлделі орынға ие болған.*

Біз балалардың анасымен сұхбаттасып, бүлдіршіндердің спортқа қызығушылығы, алғашқы жетістіктері және ата-ана қолдауының маңызы туралы сөйлестік.

Путь к большим достижениям порой начинается с первой тренировки в бассейне, а иногда – с маленькой победы на соревнованиях для малышей. *Четырехлетний Динмухаммед уже восемь месяцев занимается плаванием. А его годовалый брат Ахмади принял участие в «Забеге в ползунка»х и занял призовое место.*

Мы поговорили с мамой мальчиков об их интересе к спорту, первых достижениях и значении родительской поддержки.

– Балаларыңызды жүзуге беру туралы шешімді қалай қабылдадыңыздар? Бастапқыда қандай мақсат қойдыңыздар?

– Ең алдымен, денсаулығы мен дене дамуын ойладық. Балаларымыздың кішкентайынан спортпен айналысып, белсенді болып өскенін қаладық. Жүзу денені шынықтырумен қатар, тәртіп пен төзімділікке де үйретеді деп ойладық.

Дінмұхаммед қазір төрт жаста. Aquastars жүзу бассейні кешенінде жаттығып жүргеніне сегіз ай болды. Алғашында *«жүзуді үйренсе екен»* деген ниетпен барғанбыз. Қазір жаттығу оның өмірінің бір бөлігіне айналды. Қызығушылығы мен талпынысын көрген сайын дұрыс шешім қабылдағанымызға қуанамыз.

– Алғашқы жаттығулар қалай өтті? Судан қорқу немесе жаңа ортаға үйренісе алмау сияқты қиындықтар болды ма?

– Қатты қорқыныш болған жоқ. Дегенмен жаңа ортаға, жаттықтырушысына үйренуіне біраз уақыт қажет болды. Біз оны асықтырмай, қолдап отырдық.

Меніңше, балаға *«қорықпа»* деп қайта-қайта айта бергеннен гөрі, өзіңнің сабырлы болғаның маңызды. Жанында сенімді тірегі барын сезінсе, бала да біртіндеп ашылып, жаңа нәрсені байқап көруге батылдана түседі.

– Ал өзіңіздің бойыңыздағы алаңдаушылықты жеңу оңай болды ма?

– Ана болған соң бәрібір уайымдайсың. Алғашқы кездері баламды судың ішінде көріп, алаңдап отыратынмын. Мен үшін ең маңыздысы – оның қауіпсіздігі мен өзін жайлы сезінуі.

Жаттықтырушының баламен қалай жұмыс істейтінін көрген сайын сенімім артып, өзім де тыныштала бастадым. Бұл бір күнде болған жоқ, бірте-бірте үйрендім. Ең бастысы – өз үрейіңді балаға көрсетпеуге тырысу.

– Жаттықтырушы таңдағанда неге мән бердіңіз? Бапкер мен бала арасындағы сенім қаншалықты маңызды?

– Мен үшін жаттықтырушының кәсібилігімен бірге, балаға деген қарым-қатынасы да өте маңызды. Кішкентай баламен жұмыс істеу үшін оның жас ерекшелігін түсіну, тілін табу, сабырмен үйрету қажет.

– Как Вы приняли решение отдать детей на плавание? Какие цели ставили перед собой вначале?

– Прежде всего мы думали о здоровье и физическом развитии ребенка. Хотели, чтобы наши сыновья с ранних лет занимался спортом и рос активным. Мы считали, что плавание не только укрепляет тело, но и учит дисциплине и выносливости.

Динмухаммеду сейчас четыре года. Он уже восемь месяцев тренируется в плавательном комплексе Aquastars. Сначала мы пришли с простым желанием – пусть научится плавать. Теперь тренировки стали частью его жизни. Видя его интерес и старания, мы все больше радуемся тому, что приняли правильное решение.

– Как прошли первые тренировки? Были ли трудности, например, страх воды или сложности с привыканием к новой обстановке?

– Сильного страха не было. Однако ему понадобилось немного времени, чтобы привыкнуть к новой обстановке и тренеру. Мы не торопили его и поддерживали.

Мне кажется, вместо того чтобы постоянно повторять ребенку «Не бойся!», важнее самому сохранять спокойствие. Когда малыш чувствует рядом надежную поддержку, он постепенно раскрывается и смелее пробует новое.

– А Вам самой легко было справиться с тревогой?

– Когда ты мама, все равно переживаешь. Поначалу я с волнением наблюдала за сыном в воде. Для меня самое главное – его безопасность и комфорт.

Чем больше я видела, как тренер работает с ребенком, тем сильнее становилось мое доверие, и тем спокойнее мне было. Это произошло не за один день. Я привыкала постепенно. Главное – стараться не передавать ребенку собственные страхи.

– На что Вы обращали внимание при выборе тренера? Насколько важно доверие между наставником и ребенком?

– Для меня очень важны не только профессиональные качества тренера, но и его отношение к ребенку. Чтобы работать с малышом, нужно понимать его возрастные особенности, находить с ним общий язык и терпеливо обучать.





Дінмұхаммедтің жаттықтырушысы – Алексей Васильевич Сутягин. Оның баламыздың алғашқы дағдыларын қалыптастырудағы еңбегі зор. Жүзу техникасын меңгертумен қатар, тәртіпке, төзімділікке, өз-өзіне сенуге үйретіп келеді. Бала бапкеріне сенсе, жаттығуға да ықыласпен барады. Ал қызығушылық бар жерде үйренуге деген ынта да болады.

– Осы сегіз айда балаларыңыздың бойынан қандай өзгерістер байқадыңыз?

– Ең алдымен, денесі шынығып, төзімділігі артқанын байқадым. Қимылы ширақ, өзі белсенді бола түсті. Оның қозғалыста болып, уақытын пайдалы өткізіп жүргені қуантады.

Мінезінде де өзгеріс бар – өзіне деген сенімі артты. Бұрын орындай алмаған қимылды үйреніп, өз бетімен жасаған кезде ерекше қуанады. Сол қуанышын көру біз үшін де үлкен бақыт. Жаттығу арқылы нәтиженің бірден келмейтінін, оған еңбектену арқылы жетуге болатынын түсініп келе жатқандай.

– Екі баланы қатар алып жүріп, тұрақты жаттығуға уақыт табу қиын емес пе? Отбасылық кестені қалай реттейсіздер?

– Әрине, екі баламен уақытты жоспарлау оңай емес. Бастапқыда күн тәртібін жаттығуға қарай реттеуге тура келді. Бірақ балаңа пайдалы әрі өзіне ұнайтын іске уақыт табуға тырысасың.

Тренер Динмухаммеда – Алексей Васильевич Сутягин. Его вклад в формирование первых навыков нашего сына очень велик. Он обучает его технике плавания, приучает к дисциплине, развивает выносливость и уверенность в себе. Если ребенок доверяет тренеру, то и на занятия идет с удовольствием. А там, где есть интерес, появляется и желание учиться.

– Какие изменения Вы заметили в детях за эти восемь месяцев?

– Прежде всего я заметила, что Динмухаммед физически окреп и стал выносливее. Его движения стали более ловкими, а сам он – активнее. Радует, что он много двигается и проводит время с пользой.

Есть изменения и в характере – он стал увереннее в себе. Особенно радуется, когда осваивает движение, которое раньше не получалось, и выполняет его самостоятельно. Видеть эту радость – большое счастье и для нас. Кажется, благодаря тренировкам он постепенно начинает понимать: результат приходит не сразу, его можно достичь, если пробовать снова и снова.

– Не трудно ли с двумя детьми находить время для регулярных тренировок? Как Вы выстраиваете семейный распорядок?

– Конечно, с двумя детьми планировать время непросто. Поначалу пришлось подстраивать распорядок дня под тренировки. Но для занятия, которое полезно ребенку и нравится ему самому, стараешься найти время.

Қазір бассейнге бару қалыпты әдетімізге айналды. Алғашында арнайы жоспарлауды қажет еткен нәрсеге кейін өзіміз де үйреніп кеттік.

– Кей ата-ана уақыт пен қаражат мәселесін ойлап, баласын үйірмеге беруден тартынады. Жұмсаған күш-жігеріңіздің нәтижесін сезіндіңіз бе?

– Иә. Өз басым баланың дамуына жұмсалған уақыт пен қаражатты оның болашағына қосқан үлесіміз деп қабылдаймын. Әсіресе айналысып жүрген ісі баланың өзіне ұнаса, оның пайдасын күнделікті өмірден-ақ байқайсың. Жаттығуға деген ықыласын, жаңа нәрсе үйренгендегі қуанышын, өзіне сенімді бола бастағанын көргенде еңбегіңнің зая кетпегенін сезінесің.

– Дінмұхаммедтің жаттығуға барғысы келмейтін кездері бола ма? Ондайда көндіресіз бе, әлде демалыс бересіз бе?

– Әрине, болады. Бала кейде шаршайды, кейде көңіл-күйі болмайды. Ондайда бірден қинамай, алдымен себебін түсінуге тырысамын. Егер жай ғана зауқы соқпай тұрса, «Бүгін жаттығуда не істейсің? Қандай жаңа нәрсе үйренесің?» деп қызықтырып көремін. Ал шынымен шаршап тұрса, демалғаны дұрыс деп есептеймін. Спорт балаға қуаныш әкелуі керек. Жаттығуға бару оның көңіліне ауыр міндет болып орныққанын қаламаймын.

– Баланың кішкентай жетістіктерін қалай атап өтесіздер?

– Әр жетістігіне бірге қуанамыз. Үйге келгенде «Бүгін не үйрендің?», «Қалай жүздің?» деп сұраймын. Оның әңгімесін тыңдап, талпынысын байқағанымызды білдіруге тырысамыз.

Әрине, жарыстарға қатысып, жүлделі орын алғанын да қалаймыз. Бірақ біз үшін ең маңыздысы – медаль емес, баланың тырысып, өз еңбегімен нәтижеге жетуі. Бүгін бұрын қолынан келмеген нәрсені орындай алса, соның өзі – жетістік.

Сейчас посещение бассейна стало для нас привычным делом. К тому, что сначала требовало особого планирования, со временем привыкли и мы сами.

– Некоторые родители не решаются отдать ребенка в секцию, задумываясь о затратах времени и денег. Вы почувствовали результат от вложенных усилий?

– Да. Лично я воспринимаю время и средства, потраченные на развитие ребенка, как наш вклад в его будущее. Особенно когда занятие нравится самому ребенку, его пользу замечаешь в повседневной жизни. Видя, с каким желанием он тренируется, как радуется новым навыкам и становится увереннее в себе, понимаешь, что все усилия были не напрасны.

– Бывает ли, что Динмухаммед не хочет идти на тренировку? В таких случаях Вы уговариваете его или позволяете отдохнуть?

– Конечно, бывает. Иногда ребенок устает, иногда у него просто нет настроения. В такие моменты я не заставляю его, а сначала пытаюсь понять причину. Если ему просто не хочется идти, стараюсь заинтересовать: «Что ты сегодня будешь делать на тренировке? Чему новому научишься?» А если он действительно устал, считаю, что лучше отдохнуть. Спорт должен приносить ребенку радость. Мне не хотелось бы, чтобы тренировки воспринимались им как тяжелая обязанность.

– Как Вы отмечаете маленькие достижения ребенка?

– Мы вместе радуемся каждому его успеху. Когда он приходит домой, спрашиваю: «Чему ты сегодня научился? Как ты плавал?» Слушаем его рассказы и стараемся дать понять, что замечаем его старания.

Конечно, нам хочется, чтобы он участвовал в соревнованиях и занимал призовые места. Но для нас самое важное – не медаль, а то, что ребенок старается и добивается результата собственным трудом. Если сегодня он смог сделать то, что раньше не получалось, – это уже достижение.

– Ахмадидің де алғашқы марапаты бар екен. Сол жарыс туралы айтып берсеңіз.

– Ахмади кішкентай болса да, өте белсенді, спортқа қызығушылығы бар. Ол алғашқы сайыстарының бірі – «Еңбектеп жүгіру» жарысына қатысып, жүлделі орынға ие болды. Жарысқа 219 нөмірімен шықты.

Біз үшін бұл өте қуанышты сәт еді. Ахмади қатарластарымен бірге бақ сынап, жарыс ортасын сезінді. Оның алғашқы марапаты бізге ерекше ыстық. Баласының кішкентай жетістігінің өзі ата-анаға үлкен қуаныш сыйлайды екен.

– У Ахмади, оказывается, тоже есть первая награда. Расскажите об этих соревнованиях.

– Ахмади еще маленький, но очень активный и уже проявляет интерес к спорту. Одним из его первых соревнований стал «Забег в ползунках», где он занял призовое место. Он выступал под номером 219.

Для нас это был очень радостный момент. Ахмади попробовал свои силы вместе со сверстниками, почувствовал атмосферу соревнований. Его первая награда нам особенно дорога. Даже самый маленький успех ребенка приносит родителям огромную радость.



– Балаларыңыздың болашағын кәсіби спортпен байланыстырасыз ба?

– Дінмұхаммедтің де, Ахмадидің де спорттағы жолы енді басталып келеді. Алда үйренетін дүниелері, жинайтын тәжірибелері көп. Біз олардың қызығушылығы мен алға ұмтылысын көріп, болашағынан үміт күтеміз.

Әрине, үлкен жарыстарда биік тұғырдан көрініп, ел намысын қорғайтын спортшы болса деп армандаймыз. Бірақ бүгінгі міндетіміз – әр қадамына қолдау көрсету, талпынысын бағалау, жетістігіне бірге қуану.

– Баласын жүзуге бергісі келетін, бірақ әлі де күмәнданып жүрген ата-аналарға не айтар едіңіз?

– Балаңыздың қызығушылығы болса, байқап көруге кеңес берер едім. Жақсы бассейн мен баламен тіл табыса алатын жаттықтырушы таңдау маңызды. Бірден үлкен нәтиже күтпей, үйренуіне уақыт берген дұрыс.

Біз де алғашында баламыз жүзуді үйренсе екен деп бастадық. Қазір оның әр жаңа дағдысына қуанып, болашағына сеніммен қараймыз. Үлкен жеңістер кішкентай қадамдардан басталады ғой. Сол қадамдарды жасағанда баланың жанынан табылып, қолдау көрсете білсек деймін.

Дінмұхаммед пен Ахмадидің спорттағы жолы енді басталып келеді. Олардың алдында талай белес бар. Ал бүгінгі әр талпынысы мен кішкентай жеңісінің жанында балаларына сеніп, қолдау көрсететін ата-анасы тұр. Бәлкім, болашақ чемпионның ең алғашқы тірегі де осы сенімнен басталатын шығар. Қос бүлдіршіннің қадамы нық, талабы таудай болсын!

Сұхбат беруші
А. М. Калимуллиева,
Алматы қ.
Сұхбаттасқан
С. Е. Нурахметова,
редактор,
«Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты,
Алматы қ.

– Связываете ли Вы будущее своих детей с профессиональным спортом?

– И Динмухаммед, и Ахмади только начинают свой спортивный путь. Им еще многому предстоит научиться, набраться опыта. Видя их интерес и стремление двигаться вперед, мы возлагаем на них большие надежды.

Конечно, мечтаем, чтобы они стали спортсменами, поднимались на пьедестал на крупных соревнованиях и защищали честь страны. Но сегодня наша задача – поддерживать каждый их шаг, ценить старания и вместе радоваться достижениям.

– Что бы Вы сказали родителям, которые хотят отдать ребенка на плавание, но пока сомневаются?

– Если ребенку интересно, я бы посоветовала попробовать. Важно выбрать хороший бассейн и тренера, который умеет находить общий язык с детьми. Не стоит сразу ждать больших результатов, лучше дать ребенку время освоиться.

Мы тоже начинали с простого желания, чтобы сын научился плавать. А сейчас радуемся каждому новому навыку и с уверенностью смотрим в его будущее. Ведь большие победы начинаются с маленьких шагов. И мне хочется, чтобы, делая эти шаги, ребенок всегда чувствовал: мы рядом и готовы его поддержать.

Спортивный путь Динмухаммеда и Ахмади только начинается. Впереди у них еще немало вершин. А сегодня за каждой их попыткой и маленькой победой стоят родители, которые верят в своих детей и поддерживают их. Возможно, именно эта вера и становится первой опорой будущего чемпиона. Пусть шаги мальчиков будут уверенными, а стремление к новым достижениям только крепнет!

Собеседница
А. М. Калимуллиева,
г. Алматы.
Беседовала
С. Е. Нурахметова,
редактор,
Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен»,
г. Алматы















«Арманым – Олимпида чемпионы атану»: қазақстандық жас балуанның биік мақсаты

«Моя мечта – стать олимпийским чемпионом»: высокая цель юного казахстанского борца

Бес жасында әкесінің жетелеуімен еркін күрес үйірмесіне келген Махмут Әли бүгінде халықаралық турнирлерде жүлделер жеңіп, жарқын жетістіктерімен жақындарын қуантып жүр. Отбасының айтуынша, төрт жарым жыл ішінде оның қоржынында *130-ға жуық медаль, 35 чемпиондық белбеу және 15 кубок жиналған.*

Жас балуанның үлкен арманы – Олимпиада чемпионы атанып, Қазақстанның көк туын әлемдік додаларда желбіретту. Біз Әлимен бозкілемдегі алғашқы қадамдары, жеңістері мен жеңілістен алған сабақтары туралы сөйлестік. Ал ата-анасы бала талабын қолдау мен оның өзіне деген сенімін сақтаудың маңызы жайында ой бөлісті.

В пять лет отец привел Махмута Али в секцию вольной борьбы. Сегодня юный борец завоевывает призовые места на международных турнирах и радует близких своими победами. По словам семьи, за четыре с половиной года в его копилке накопилось *около 130 медалей, 35 чемпионских поясов и 15 кубков. Главная мечта юного спортсмена – стать олимпийским чемпионом и поднять флаг Казахстана на крупнейших мировых соревнованиях. Мы поговорили с Махмутом Али о первых шагах на борцовском ковре, радости побед и уроках поражений. А его родители поделились мыслями о том, как важно поддерживать стремления ребенка и укреплять его уверенность в себе.*

– Әли, еркін күреске қалай келдің? Алғашқы жаттығуларың есіңде ме?

– Бала кезімнен спортқа қызықтым. Бес жасымда әкем мені еркін күрес үйірмесіне алып келді. Алғашқы жаттығудан-ақ күрес ұнап, осы спортпен айналыса бастадым. Қазір ол өмірімнің бір бөлігіне айналды.

Бастапқыда қобалжу болды. Бәрі жаңа, жаттығулар да қиын көрінді. Бірақ жаттықтырушым көмектесіп, білмегенімді үйретіп отырды. Уақыт өте келе үйреніп, бозкілемге шығудан қорықпайтын болдым. Қазір әр белдесуге өзімді дайындап шығуға тырысамын.

– Сені алға жетелейтін ең үлкен арман қандай? Жеңіс тұғырына көтерілгенде сол арманыңа жақындағаныңды сезінесің бе?

– Ең үлкен арманым – Олимпиада чемпионы болып, Қазақстанның атын әлемге таныту. Сол үшін күн сайын еңбектенуге тырысамын. Жеңіске жеткенде қатты қуанамын. Жаттығуда төккен терімнің нәтижесін көргендей боламын. Ал көк туымызды көтергенде ерекше мақтаныш сезімі туады. Грозный қаласында өткен жарыста *туымызды желбіреткенде қуаныштан көзіме жас алдым*. Елімнің абыройын көтеріп, Қазақстанда мықты балуандар бар екенін көрсете алғаныма қуандым.

Алдағы жарыстарда да жақсы күресіп, өз мүмкіндігімді көрсеткім келеді. Әр турнир мен үшін – тәжірибе. Қай жерде белдессем де, еліміздің туын жоғары көтеруге бар күшімді салуға тырысамын.

– Күресте жеңіске жету үшін не маңызды? Бапкеріңнің қандай кеңесін үнемі есте ұстайсың?

– Күресте күш те, жылдамдық та, әдіс те қажет. Бірақ бәрінің негізі – дұрыс дайындық пен еңбек. Тек күшке сенбей, ақылмен күресу керек. Қарсыласыңды құрметтеп, оның күресу ерекшелігін зерттеу де маңызды.

Менің бапкерім – *«Batyr Wrest»* спорт клубының аға жаттықтырушысы *Александр Гольцман*. Ол үнемі: *«Еңбек ет, тәртіпті бол және ешқашан берілме»*, – дейді. Жеңілген кезде де тоқтамай, қателігіңді түсініп, түзетуге үйретеді. Осы сөздерді әр жаттығуда есте сақтауға тырысамын.

– Али, как ты пришел в вольную борьбу? Помнишь свои первые тренировки?

– Я с детства интересовался спортом. В пять лет папа привел меня в секцию вольной борьбы. Борьба понравилась мне с первой же тренировки, и я начал заниматься. Сейчас она стала частью моей жизни.

Поначалу я волновался. Все было новым, упражнения казались сложными. Но тренер помогал мне и учил тому, чего я еще не умел. Постепенно я привык и перестал бояться выходить на ковер. Сейчас стараюсь настраиваться на каждую схватку.

– Какая мечта ведет тебя вперед? Когда поднимаешься на пьедестал, чувствуешь, что стал к ней ближе?

– Моя самая большая мечта – стать олимпийским чемпионом и прославить Казахстан на весь мир. Ради этого я стараюсь трудиться каждый день.

Когда побеждаю, очень радуюсь. Чувствую, что усилия на тренировках принесли результат. А когда поднимаю наш голубой флаг, испытываю особую гордость. На соревнованиях в Грозном *я даже заплакал от счастья, когда поднял наш флаг*. Я радовался тому, что смог достойно представить свою страну и показать, какие сильные борцы есть в Казахстане.

На предстоящих соревнованиях тоже хочу хорошо выступить и показать, на что способен. Каждый турнир для меня – это опыт. Где бы я ни боролся, стараюсь приложить все силы, чтобы высоко поднять флаг нашей страны.

–Что важнее всего для победы в борьбе? Какой совет тренера ты всегда помнишь?

– В борьбе нужны и сила, и скорость, и техника. Но основа всего – правильная подготовка и труд. Нельзя полагаться только на силу, нужно бороться с умом. Также важно уважать соперника и изучать особенности его борьбы.

Мой наставник – старший тренер спортивного клуба *«Batyr Wrest» Александр Гольцман*. Он всегда говорит: «Трудись, будь дисциплинированным и никогда не сдавайся». Учит не останавливаться после поражения, разбирать свои ошибки и исправлять их. Я стараюсь помнить эти слова на каждой тренировке.



– Сабақ пен жаттығуға қалай үлгересің? Демалуға, достарыңмен уақыт өткізуге уақыт қала ма?

– Мен үшін мектеп те, спорт та маңызды. Алдымен сабағымды оқып, содан кейін жаттығуға барамын. Уақытты дұрыс бөлсең, екеуіне де үлгеруге болады. Спорт тәртіпті болуға үйретеді. Бірақ мықты спортшы болғың келсе оқуды да ұмытпау керек. Білім болашағың үшін қажет. Бос уақытымда достарыммен ойнап, белсенді демалғанды ұнатамын. Турникке тартылып, дене шынықтыру жаттығуларын жасаймын. Кейде мықты балуандардың белдесулерін көремін.

– Қандай балуандарды үлгі тұтасың? Олардың белдесулерінен не үйренуге тырысасың?

– Ризабек Айтмұхан, Нұрқожа Қайпанов, Демеу Жадыраев сияқты ағаларымызды құрметтеймін, үлгі тұтамын. Әлемдік аренадағы чемпиондардың да белдесулерін тамашалаймын. Олардың әдістеріне, қарсыласына қалай қарсы төтеп беретініне назар аударамын. Әр чемпионнан өзіме пайдалы нәрсе үйренгім келеді.

– Спортқа енді келіп жүрген құрдастарың мен інілеріңе не айтар едің?

– Ең бастысы – қорықпай бастау және бастаған ісіңді тастамау. Жаттығу қиын болса да, еңбектену керек. Жеңіліп қалсаң, ренжіп, тоқтап қалмай, одан сабақ алған дұрыс.

Ата-анаңды, жаттықтырушыңды сыйлап, сабағыңды да жақсы оқу қажет. Еңбек етсең, арманыңа бір қадам болса да жақындайсың!

Жас балуанның жетістіктері туралы әңгімемізді оның әкесі Ерлан Жарасовпен жалғастырдық.

– Как ты успеваешь учиться и тренироваться? Остается ли время на отдых с друзьями?

– Для меня важны и школа, и спорт. Сначала сделаю уроки, а потом иду на тренировку. Если правильно распределять время, можно успевать и то и другое. Спорт учит дисциплине. Но даже если хочешь стать сильным спортсменом, нельзя забывать об учебе. Знания нужны для будущего.

В свободное время люблю играть с друзьями и активно отдыхать. Подтягиваюсь на турнике, выполняю физические упражнения. Иногда смотрю схватки сильных борцов.

– На кого из борцов ты равняешься? Чему стараешься научиться, наблюдая за их выступлениями?

– Я уважаю и беру пример с таких спортсменов, как Ризабек Айтмухан, Нуркожа Кайпанов и Демеу Жадраев. Смотрю и выступления чемпионов на мировой арене. Обращаю внимание на их приемы и на то, как они действуют против соперника. У каждого чемпиона хочу научиться чему-то полезному.

– Что бы ты сказал своим сверстникам и ребятам помладше, которые только приходят в спорт?

– Главное – не бояться начать и не бросать начатое. Даже если тренироваться трудно, нужно трудиться. Если проиграл, не стоит останавливаться из-за огорчения – лучше извлечь из этого урок.

Нужно уважать родителей и тренера, хорошо учиться. Если трудишься, то становишься хотя бы на шаг ближе к своей мечте!

Разговор о достижениях юного борца мы продолжили с его папой Ерланом Жарасовым.

– Әлидің күреске бейімін қалай байқадыңыздар? Алғашқы қызығушылығы бүгін қандай жетістіктерге ұласты?

– Оның күреске қызығушылығын ерте байқадық. Жаттығуға қуанып баратын, шаршап келсе де, келесі жаттығуын асыға күтетін. Сол ынтасын көріп, қолдау көрсетуге тырыстық. Әр марапаты біз үшін қымбат. Олардың артында баламыздың еңбегі, дайындығы мен талпынысы тұр. Дегенмен бұл жеңістерді соңғы нәтиже деп емес, әрі қарай дамуға, тәжірибе жинауға берілген мүмкіндік деп қабылдаймыз.

Осы жолда бапкері Александр Гольцманның еңбегі зор. Ол шәкірттеріне білгенін үйретіп, әрдайым қолдап, армандарына жақындауына көмектеседі. Баламызға сенім артып, дұрыс бағыт көрсетіп жүргені үшін оған алғысымыз ерекше.

– Баланың қабілетін дамытып, қызығушылығын сақтап қалу үшін ата-ана не істеуі керек? Әлидің жетістіктерін парақшасында бөлісу арқылы қандай ой жеткізгіңіз келеді?

– Ең алдымен, баланың өз қызығушылығына мән беру қажет. Бір бала спортқа, бірі өнерге, енді бірі білімге жақын болады. Оны өз қалауымызға қарай бағыттай бермей, нені жақсы көретінін байқап, соған жағдай жасаған дұрыс. Баланы мәжбүрлемей, қызығушылығын сақтап, жеңісімен бірге еңбегін, талпынысын, тәртібін де бағалау керек.

Әлидің парақшасы арқылы балаларға спортпен айналысудың, тәртіпті болудың, өз мақсатына сенудің маңызын көрсеткіміз келеді. Ал ата-аналарға баласын өзгелермен емес, өзінің бұрынғы нәтижесімен салыстырған дұрыс дер едім. Кейде кішкентай қадамның өзі үлкен еңбектің нәтижесі болады.

Бала жарыста жеңсе де, жеңілсе де, ата-анасының қолдауын сезінуі керек. Біздің негізгі ойымыз – әр балаға қабілетін ашуға мүмкіндік беру және оның арманына сену.

– Жұмыс, тұрмыс, баланың сабағы мен жаттығуын қатар алып жүру оңай емес. Бәріне қалай үлгересіздер, күш-қуатты қайдан аласыздар?

– Ең алдымен, отбасымыздың бірлігінен күш аламыз. Әрине, күнделікті міндеттердің бәріне үлгеру оңай емес. Бірақ уақытты жоспарлап,

– Как Вы заметили склонность Али к борьбе? В какие достижения перерос его первоначальный интерес?

– Мы рано заметили его интерес к борьбе. Он с радостью ходил на занятия и, даже возвращаясь уставшим, с нетерпением ждал следующей тренировки. Видя такое желание, мы старались его поддерживать. Каждая награда сына нам дорога, ведь за ней стоят труд, подготовка и старания. Однако мы воспринимаем эти победы не как конечный результат, а как возможность развиваться дальше и набираться опыта.

Большой вклад в это вносит его тренер Александр Гольцман. Он делится со своими воспитанниками знаниями, всегда поддерживает их и помогает приблизиться к мечтам. Мы особенно благодарны ему за веру в нашего ребенка и за то, что он направляет его на верный путь.

– Что должны делать родители, чтобы развивать способности ребенка и сохранять его интерес? Какую мысль Вы хотите донести, рассказывая о достижениях Али на его странице?

– Прежде всего нужно обращать внимание на интересы самого ребенка. Одному ближе спорт, другому – искусство, третьему – учеба. Вместо того чтобы направлять его исключительно в соответствии со своими желаниями, лучше заметить, что нравится ему самому, и создать для этого условия. Важно не принуждать ребенка, а поддерживать его интерес, ценить не только победы, но и труд, старания, дисциплину.

Через страницу Али мы хотим показать детям, как важно заниматься спортом, быть дисциплинированными и верить в свою цель. А родителям я бы посоветовал сравнивать ребенка не с другими детьми, а с его собственными прежними результатами. Иногда даже маленький шаг становится итогом большого труда.

Победил ребенок на соревнованиях или проиграл, он должен чувствовать поддержку родителей. Наша главная цель – дать каждому ребенку возможность раскрыть свои способности и верить в его мечту.

– Совмещать работу, домашние дела, учебу и тренировки ребенка непросто. Как Вы все успеваете и откуда черпаете силы?

– Прежде всего силы нам дает единство нашей семьи. Конечно, справляться со всеми

бір-бірімізге қолдау көрсетсек, көп нәрсені реттеуге болады.

Әлидің сабағына да, жаттығуына да жауапкершілікпен қарауын қадағалаймыз. Оның әр талпынысы бізге шабыт береді. Балаңның мақсатына ұмтылып, еңбектеніп жүргенін көру – үлкен қуаныш. Біз оны спортта ғана емес, өмірдің барлық саласында тәртіпті, еңбекқор, жауапты болуға үйреткіміз келеді.

Сонымен қатар №46 жайлы мектептің директоры Құралай Достайқызына және барша мектеп ұжымына шын жүректен алғысымды білдіремін.

Грозный қаласынан 1-орын алып, жеңіспен мектепке оралған сәтімізде бізді ерекше ықыласпен, қуанышпен қарсы алғандарыңызға үлкен рақмет! Жас спортшыға көрсеткен қолдауларыңыз бен жылы қабылдауларыңыз біз үшін өте қымбат. Баланың спорттағы әрбір жетістігіне бірге қуанып, жігер беріп отырғандарыңыз – үлкен қолдау.

Бала үшін отбасының қолдауы қаншалықты мәнді болса, мектептің қолдауы да соншалықты маңызды деп ойлаймын. Мұғалімдер мен мектеп ұжымы баланың әр жетістігін бағалап, жігер беріп отырса, оның өзіне деген сенімі артып, алға қойған мақсатына ұмтылысы күшейе түседі. Осындай ортада ата-ана да баласының қабілетін дамытуға сеніммен қолдау көрсете алады. Сондықтан мектеп пен ата-ананың бірлескен қолдауы – баланың жан-жақты дамуына берілетін үлкен мүмкіндік.

– Журнал оқырмандарына қандай тілек айтар едіңіз?

– Ата-аналар балаларының қабілетін байқап, қолдай білсе екен деймін. Балаға сенім, жылы сөз және тұрақты қолдау қажет. Кейде *«Сенің қолыңнан келеді»* деген бір ауыз сөздің өзі оның батыл қадам жасауына көмектеседі.

Ұстаздар мен жаттықтырушыларға балалардың біліміне, тәрбиесіне, қабілетінің дамуына қосып жүрген үлесі үшін алғыс айтамыз. Барша оқырманға денсаулық, отбасына береке, балаларының жетістігіне қуанып жүруді тілейміз.

Әр бала – жеке тұлға. Оны асықтырмай, өзгелермен салыстырмай, өз жолымен дамуына мүмкіндік берген дұрыс. Ең бастысы – бала өз үйінде өзін қауіпсіз әрі сүйікті сезінсін.

Әлидің көк туды көтерген сәтте көзіне жас алуы – оның жеңіске деген ықыласының, еліне

повседневными обязанностями непросто. Но если планировать время и поддерживать друг друга, многое можно наладить.

Мы следим за тем, чтобы Али ответственно относился и к учебе, и к тренировкам. Каждое его достижение вдохновляет нас. Видеть, как ребенок стремится к своей цели и трудится, – большая радость. Мы хотим научить его быть дисциплинированным, трудолюбивым и ответственным не только в спорте, но и во всех сферах жизни.

Также хочу от всей души выразить благодарность директору общеобразовательной школы №46 Куралай Достайкызы и всему школьному коллективу!

Когда мы вернулись в школу с победой, заняв 1-е место в Грозном, вы встретили нас с особой теплотой и радостью. Огромное спасибо за вашу поддержку и такой теплый прием! Для нас очень ценно, что вы радуетесь каждому спортивному достижению ребенка вместе с нами и вдохновляете его двигаться дальше.

Я считаю, что для ребенка поддержка школы не менее важна, чем поддержка семьи. Когда учителя и школьный коллектив замечают достижения ребенка, ценят его старания и поддерживают его, у него растет уверенность в себе и желание двигаться к своим целям. В такой атмосфере и родителям легче с уверенностью поддерживать способности и стремления своего ребенка. Поэтому совместная поддержка семьи и школы – это важная основа для всестороннего развития личности.

– Что бы Вы пожелали читателям нашего журнала?

– Мне хочется пожелать родителям замечать способности своих детей и поддерживать их. Ребенку нужны вера в него, теплые слова и постоянная поддержка. Порой даже простое «У тебя получится» помогает ему сделать смелый шаг вперед.

Мы благодарим педагогов и тренеров за вклад в образование, воспитание и развитие способностей детей. Всем читателям желаем здоровья, семейного благополучия и радости от достижений своих детей.

Каждый ребенок – личность. Важно не торопить его, не сравнивать с другими, а дать возможность развиваться в своем темпе и идти своим путем. Главное, чтобы дома он чувствовал себя в безопасности и знал, что его любят.

деген мақтанышының көрінісі. Ал алда әлі талай жаттығу, белдесу мен сын күтіп тұр. Сол жолда өзінің табандылығы, бапкерінің тәлімі мен отбасының сенімі жас балуанға тірек болсын.

Талабың шыңдалып, арманың орындалсын, Әли!

Сұхбат берушілер

А. Махмут,
еркін күрестен
халықаралық турнирлердің жүлдегері,
Е.М Жарасов,
әкесі,
Талдыбұлақ ауылы,
Алматы облысы
Сұхбаттасқан
С. Е. Нурахметова,
редактор,
«Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру
ұлттық ғылыми-практикалық институты,
Алматы қ.

Слезы радости Али, поднявшего голубой флаг, говорят о его стремлении к победе и гордости за свою страну. Впереди у него еще много тренировок, схваток и испытаний. Пусть на этом пути опорой юному борцу станут собственная настойчивость, наставления тренера и вера семьи.

Пусть крепнет твоя решимость и сбывается мечта, Али!



Собеседники:
А. Махмут,
призер международных турниров
по вольной борьбе,
Е. М. Жарасов,
папа,
Алматинская область,
село Талдыбулак
Беседовала
С. Е. Нурахметова,
редактор,
Национальный научно-практический
институт благополучия детей «Өркен»,
г. Алматы

QR-кодты сканерлеңіз · Отсканируйте QR-код
Instagram: inabat_news

REEL SHARED ON SEP 29, 2026
BY INABAT_NEWS



Сөздің салмағы: лақап ат қоюдың достық әзілден топтық қысымға ұласуы

Слова, оставляющие шрамы: когда дружеская шутка перерастает в коллективную травлю

Балалық шақтағы лақап аттар көбіне достық пен жақындықтың белгісіндей көрінеді. Бірін бірі «батыр» немесе «данышпан» деп еркелеткен балдырғандардың сыңғырлаған күлкісінде ешқандай зіл жоқ.

Алайда, сол бір ауыз сөз баланың сырт келбетіне, дене бітіміне, көзілдірігіне, сөйлеу мәнеріне немесе отбасына тиісіп айтылса, жағдай мүлде басқа арнаға бұрылады. Мұндай сөздер күн сайын қайталанып, бүкіл сыныптың аузында жүрсе, ол бейкүнә әзіл болудан қалып, нағыз психологиялық қысымға айналады.

В детстве прозвища часто кажутся символом дружбы и особой близости. В звонком смехе малышей, ласково называющих друг друга «батыром» или «умником», нет ни капли злого умысла.

Однако ситуация принимает совершенно иной оборот, когда брошенное слово цепляет внешность, телосложение, очки, манеру речи или семью ребенка. Если такие слова повторяются изо дня в день и не сходят с уст всего класса, они перестают быть невинной шуткой, превращаясь в настоящее психологическое давление.

Сөздің ізі тәнге түспегенімен, жанды жаралайды, ал ол жараның орны адамның ішінде өмір бойы қалып қоюы мүмкін.

Әзіл мен буллингтің аражігі. Кейде балалар: «Оның өзі де күлді ғой», – деп ақталуға тырысады. Мысалы, сыныпқа көзілдірік тағатын жаңа оқушы келіп, оны біреу «төрткөз» деп мазақтағанда, ол жымиып күлгендей кейіп танытуы мүмкін. Бірақ бұл лақап аттың оған ұнағанын білдірмейді. Күлкі – көбіне іштегі ыңғайсыздық пен жан қиналысын жасыратын перде. Егер бала ренжігенін білдірсе, «өзгелер одан сайын мазақтайды-ау» деген үрей оны еріксіз күлуге мәжбүрлейді.

Мазақ жалғаса берсе, бала өз сырт келбетінен ұялып, сабақта жауап беруден, топ алдына шығудан қаша бастайды. Адамның осал тұсын қайта-қайта нысанаға алу оның өзіне деген сенімін ақырындап әлсіретеді.

Буллингтің басты белгісі *– жағымсыз әрекеттің жүйелі түрде қайталануы және күштердің тең болмауында.* Күш дегеніміз тек жұдырық емес, ол – сыныптағы танымалдық, көпшіліктің қолдауы немесе бір топтың жалғыз балаға қарсы бірігуі.

Аражігін ажырататын өте қарапайым әрі маңызды өлшем бар: әзіл аяқталғанда екі адам да шынайы күле алуы керек. Егер біреуі ғана мәз болып, екіншісі өзін қорғауға мәжбүр болса, бұл қалжыңның шектен шыққаны. Бала «Маған бұл ұнамайды» немесе «Мені олай атама» деген сәтте-ақ сөз тоқтауы тиіс. Ол өзінің неге ренжігенін ешкімге дәлелдеуге міндетті емес. Мұндайда келеке қылған тарап «Неге?» деп тергеудің орнына, жай ғана «Жарайды» деп шегініс жасағаны абзал.

Жағымсыз лақап ат сынып ішінде вирус сияқты тарайды. Біреу айтады, екіншісі күледі ал үшіншісі іліп әкетеді. Айналадағылардың қосыла күлуі мазақтаушы балаға «жалғастыра бер, бұл керемет әзіл» деген рұқсат сөздей естіледі. Сондықтан мұндай сәтте бақылаушының әрекеті өте маңызды. Қосылып күлмеу, лақап атты қайталамау, «Бұл мүлдем күлкілі емес» деп тоқтату және мазаққа қалған баланы жалғыз қалдырмау – кез келген буллингтің тамырына балта шаба алатын нақты қадамдар.

След от слова не оставляет синяков на теле, но глубоко ранит душу, и этот невидимый шрам может остаться с человеком на всю жизнь.

Грань между шуткой и буллингом. Порой дети пытаются оправдаться: «Он ведь сам смеялся». Например, когда в классе появляется новенький в очках, и кто-то обзывает его «очкариком», он может натянуть улыбку. Но это вовсе не значит, что прозвище пришлось ему по душе. Зачастую смех – это лишь защитная маска, скрывающая внутренний дискомфорт и душевную боль. Из-за страха, что «иначе засмеют еще больше», ребенок вынужден смеяться вместе со всеми.

Если насмешки не прекращаются, ребенок начинает стыдиться своей внешности, избегает ответов на уроках и боится выступать перед классом или другой аудиторией. Постоянные удары по самым уязвимым местам медленно, но верно разрушают его веру в себя.

Главные признаки буллинга *– систематическое повторение негативных, агрессивных действий и неравенство сил.* Сила – это не только кулаки, это популярность в классе, поддержка большинства или объединение целой группы против одного.

Существует очень простое, но важное мерило: когда шутка заканчивается, искренне смеяться должны оба. Если веселится только один, а второй вынужден защищаться, грань дозволенного пройдена. Как только ребенок говорит: «Мне это не нравится» или «Не называй меня так», обидные слова должны прекратиться. Он не обязан доказывать, почему ему обидно. В такие моменты стороне, отпустившей шутку, лучше не устраивать допрос с пристрастием «А почему?», а просто сделать шаг назад и сказать: «Хорошо, понял».

Обидное прозвище распространяется по классу, как вирус. Один сказал, второй засмеялся, третий подхватил… Смех окружающих звучит для зачинщика как негласное разрешение: «Продолжай! Это отличная шутка!» Вот почему в такие моменты реакция наблюдателей критически важна. Не смеяться за компанию, не повторять прозвище, а твердо сказать: «Это совершенно не смешно» и не оставлять жертву насмешек в одиночестве – вот те реальные шаги, которые способны обрубить буллинг на корню.

Баланың шекарасы және үлкендердің үлесі. Жәбір көрген балаға ұзақ жауап дайындаудың қажеті жоқ. «Мені өз есіммен ата», «Тоқтатшы» деген қысқа әрі кесіп айтылған сөздер жеткілікті. Бұл әлсіздік емес, *бұл – өз шекараңды қорғау.* Сонымен қатар, бала әрдайым жалғыз қарсы тұруға міндетті емес. Жағдай қауіпті көрінсе, мұғалімнен немесе ата-анадан көмек сұрау шағымдануға жатпайды, ол – өз қауіпсіздігіңді қамтамасыз ету.

Ал егер мазақтаушы – сіздің балаңыз болса ше? Мұндайда баланы «Сен жамансың» деп айыптау мәселені шешпейді. Оның жеке басын емес, әрекетін бағалау маңызды. «Егер сені дәл осылай атаса, не сезінер едің?», «Оның көңіліне қалай тигенін байқадың ба?» деген сұрақтар арқылы балада эмпатия сезімін ояту керек. Мақсат – баланы ұялту емес, жауапкершілікті сезіндіру және шынайы кешірім сұрауға үйрету.

Көбіне балалар өздерінің мазаққа ұшырағанын үйге айтып келе бермейді. Мектепке барғысы келмеу, тұйықталу, ашуланшақтық немесе сырт келбетіне жиі шүйлігу – ата-ана үшін үлкен сигнал. Бала сырын ашқанда «Елеме», «Сен де қарымтасын қайтар» деуге асықпаңыз. Ең алдымен: «Маған айтқаның дұрыс болды, мен сенің жаныңдамын», «Бұл жағдайды қауіпсіз түрде шешу үшін бірге не істей аламыз?» деп толық тыңдап, содан кейін ғана мектеп мамандарымен бірігіп әрекет еткен жөн.

Мұғалімдер үшін де басты қағида – оқиғаның «күлкілі не күлкілі еместігінде» емес, жәбір көрген баланың ішкі сезімінде. Сыныпта «Біз бір-бірімізді тек өзімізге ұнайтын атпен атаймыз» деген ортақ ереже орнату – балаларға өзгенің шекарасын сыйлауды үйретететін ең мықты құрал.

Бес секундтық сүзгі. Біреуге лақап ат тағып, қалжыңдағыңыз келгенде, іштей бес секунд кідіріп, өзіңізден: «Дәл осы сөзді маған бүкіл сыныптың алдында айтса, мен не сезінер едім?» деп сұраңыз. Егер ішіңізде кішкентай ғана күмән туса, ол сөзді айтпаған дұрыс.

Личные границы ребенка и роль взрослых. Ребенку, подвергшемуся травле, нет нужды готовить долгие оправдательные речи. Коротких, но твердо сказанных фраз вроде «Называй меня по имени» или «Прекрати!» вполне достаточно. Это не слабость, это защита собственных границ. К тому же ребенок вовсе не обязан противостоять натиску в одиночку. Если ситуация выходит из-под контроля, просьба о помощи у учителя или родителей – это не ябедничество, а забота о собственной безопасности.

Но что делать, если обидчик – ваш ребенок? Обвинения в духе «Ты плохой» проблему не решат. Важно оценивать его поступок, а не личность. Вопросы типа «Что бы ты почувствовал, если бы тебя назвали так же?» или «Ты заметил, как сильно это его задело?» помогают пробудить в ребенке эмпатию. Цель – не пристыдить, а дать прочувствовать ответственность и научить искренне просить прощения.

Дети редко приходят домой и прямо говорят, что над ними издеваются. Нежелание идти в школу, замкнутость, раздражительность или внезапные придирки к собственной внешности – тревожные сигналы для родителей. Если ребенок открыл вам душу, не спешите бросаться шаблонами «Не обращай внимания» или «Дай сдачи». Прежде всего скажите: «Спасибо, что поделился, я с тобой, я на твоей стороне». И только внимательно выслушав, спросите: «Давай вместе подумаем, как мы можем безопасно решить эту ситуацию», после чего начинайте действовать совместно со школьными специалистами.

Для учителей главным правилом должно стать не то, «насколько это было смешно», а внутреннее состояние пострадавшего ребенка. Установление в классе общего правила «Мы обращаемся друг к другу только так, как нам самим нравится» – мощнейший инструмент, обучающий детей уважать чужие границы.

Правило пяти секунд. В следующий раз, когда вам захочется придумать кому-то прозвище ради шутки, сделайте внутреннюю паузу на пять секунд и спросите себя: «Что бы почувствовал я, если бы эти слова бросили мне при всем классе?» Если внутри шевельнется хотя бы малейшее сомнение, эти слова лучше оставить при себе.

Буллингтің алдын алу өте қарапайым адами әрекеттерден басталады. Ол адамды өзіне ұнайтын атымен атаудан, біреу мазаққа ұшырағанда жанына барып демеу болудан бастау алады.

Біз үшін ауаға сіңіп, жоқ болған бірнеше секундтық сөз, өзге адамның есінде өмір бойына жаңғырып тұруы мүмкін. Сөздің салмағы көзге көрінбейді, бірақ оны адамның жүрегі өте терең сезеді...

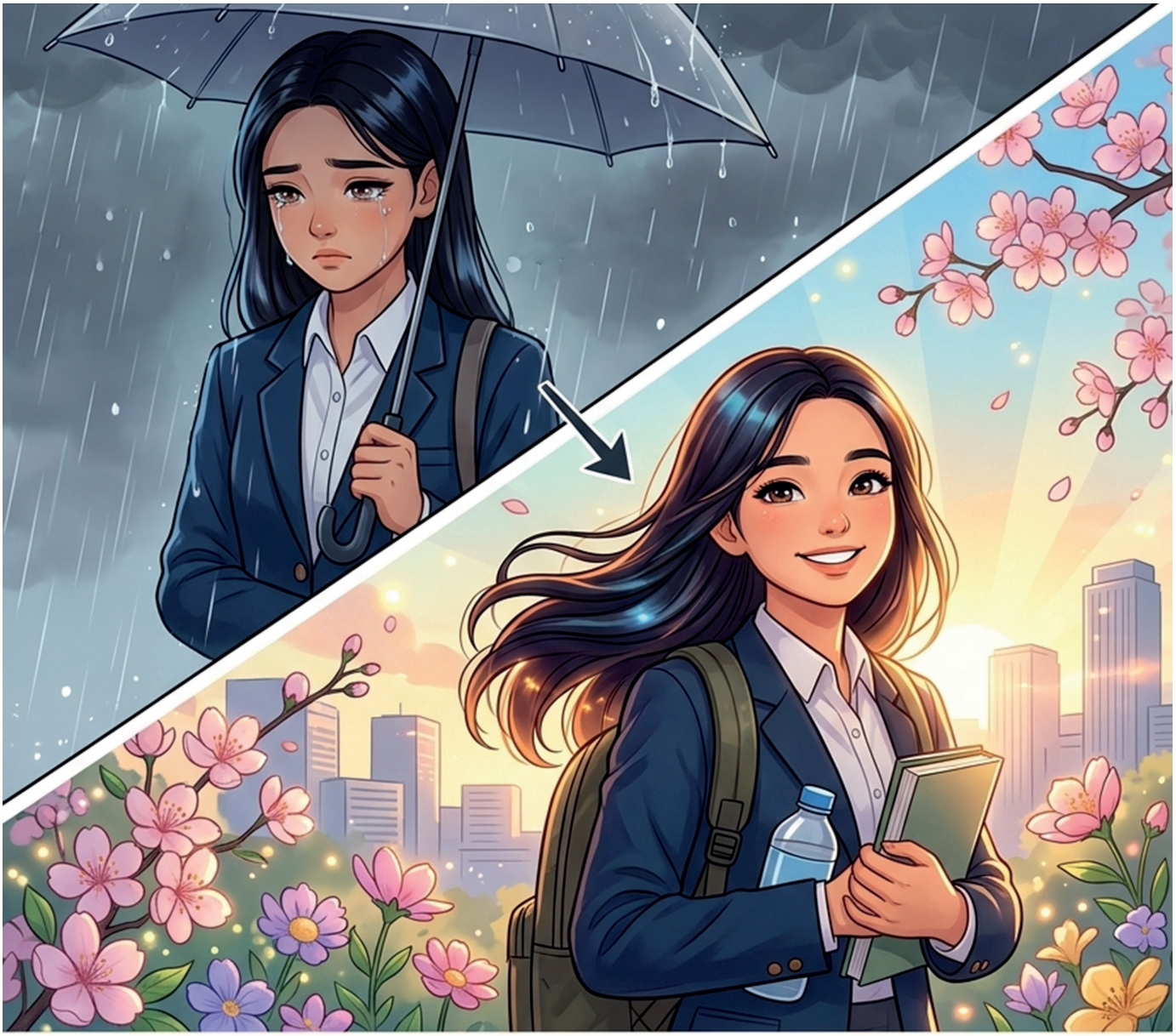
Профилактика буллинга начинается с самых простых человеческих поступков: с привычки называть человека тем именем, которое ему нравится, с готовности подойти и поддержать того, кто стал мишенью для насмешек и унижений.

Слова, которые для нас растворяются в воздухе за несколько секунд, могут эхом звучать в чужой памяти всю жизнь. Вес слова не видим глазами, но сердце ощущает его во всей полноте...



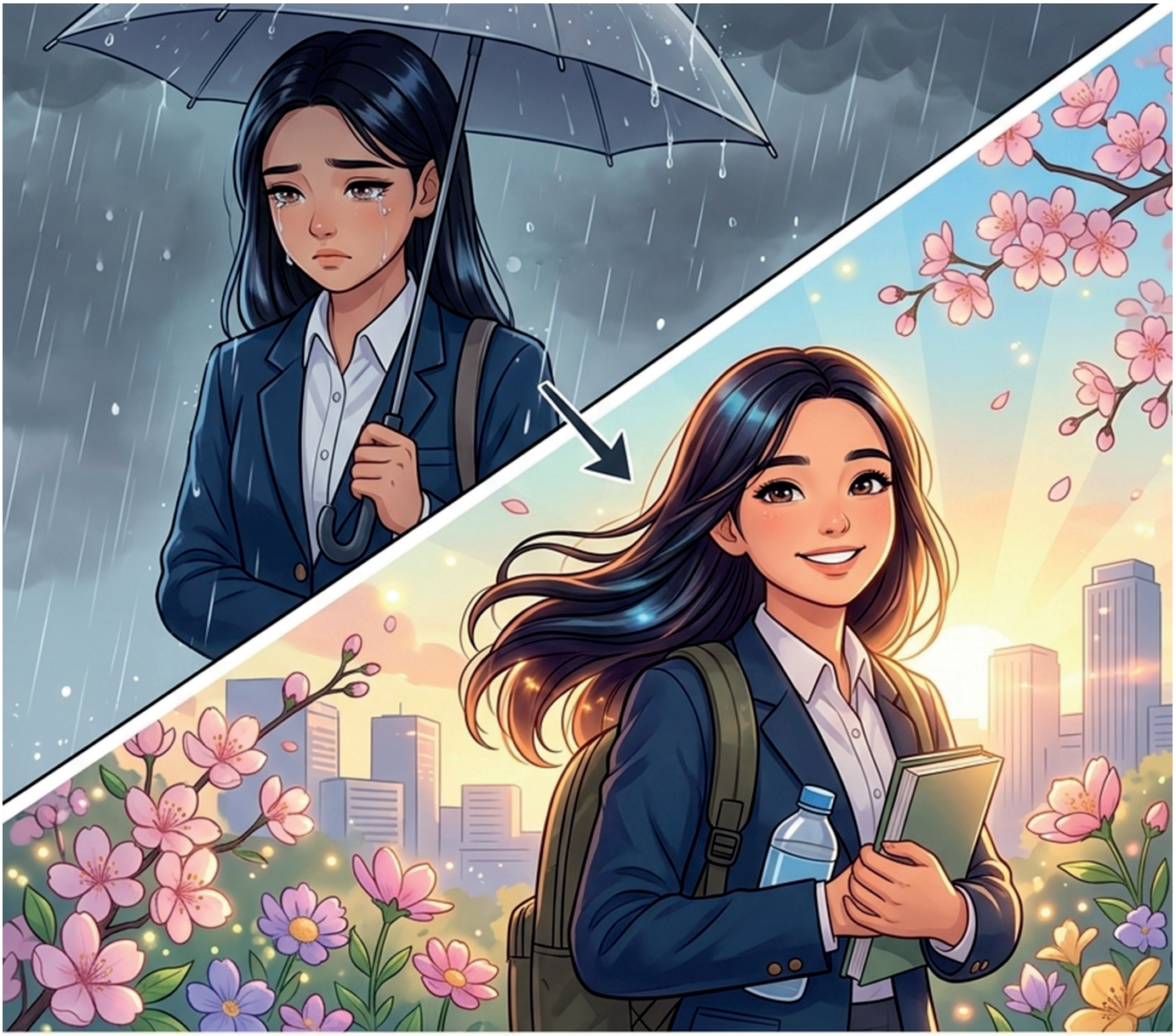


НӨСЕРДІҢ СОҢЫНАН КҮННІҢ ШЫҒАТЫНЫН ҰМЫТПА



Қиындықтар уақытша сынақ қана. Ол артта қалып, алдыңнан жаңа қуаныш пен жарқын мүмкіндіктерге толы таң ататынына сенімді бол.

ДАЖЕ ПОСЛЕ САМОГО СИЛЬНОГО ДОЖДЯ ПОЯВЛЯЕТСЯ СОЛНЦЕ



Трудные моменты проходят, а впереди всегда ждут новые радости и возможности.

СЕН ЖАЛҒЫЗ ЕМЕССІҢ – ҚАСЫҢДА ӘРДАЙЫМ КӨМЕК ҚОЛЫН СОЗУҒА ДАЙЫН ЖАНДАР БАР



Қиындыққа тап болғанда, ата-анаңнан, ұстазыңнан немесе достарыңнан қолдау сұраудан ешқашан қорықпа. Олар – сенің арқа сүйер тірегің.

ТЫ НЕ ОДИН – РЯДОМ ВСЕГДА ЕСТЬ ЛЮДИ, ГОТОВЫЕ ПОМОЧЬ



Не бойся просить поддержки у родителей, учителей и друзей, когда тебе трудно.

ТӨЗІМДІЛІК - БҰЛ ҚИЫНДЫҚҚА МОЙЫМАЙ, ЖАРҚЫН БОЛАШАҚҚА СЕНІМ АРТУ

Әрбір жаңа күн – сенің батыл, дана әрі мықты тұлға ретінде қалыптасуыңа берілген теңдессіз мүмкіндік екенін ұмытпа.



ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ – ЭТО УМЕНИЕ НЕ СДАВАТЬСЯ И ВЕРИТЬ В ЛУЧШЕЕ

Каждый день дает шанс стать смелее, мудрее и сильнее.



ӨРКЕН
БАЛАЛАРДЫҢ ӘЛ-АУҚАТЫН АРТТЫРУ ҰЛТТЫҚ ҒЫЛЫМИ-ПРАКТИКАЛЫҚ ИНСТИТУТЫ

ҒЫЛЫМИ-ӘДІСТЕМЕЛІК ЖУРНАЛ
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ
БАС РЕДАКТОР / ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Е. Н. Сакенова

РЕДАКЦИЯЛЫҚ КЕҢЕС
РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ
Р. Ф. Кудякова
А. М. Саликова
И. В. Калачева
Б. К. Кудышева, п. ғ. к., к. п. н.
М. К. Таипова, п. ғ. к., к. п. н.
Г. Б. Омарова, п. ғ. к., к. п. н.
А. Х. Мухтаров, филол. ғ. к., к. филол. н.

Шығарушы редактор
Выпускающий редактор
А. Д. Амангелді

Редакторлар
Редакторы
Е. М. Песина
С. Е. Нурахметова

ДИЗАЙН ЖӘНЕ БЕТТЕУ
ДИЗАЙН И ВЕРСТКА
Ж. Е. Жошиев
Фото freepik.com
Фото unsplash.com
ИИ изображения gemini.google.com
ИИ изображения ChatGPT

РЕДАКЦИЯ МЕКЕН-ЖАЙЫ:
Қазақстан Республикасы, 050000, Алматы қаласы, Бостандық ауданы,
Дарын-1 ықшамауданы, 47/5 үй
«ӨРКЕН» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты» КеАҚ

АДРЕС РЕДАКЦИИ:
Республика Казахстан, 050000, г. Алматы,
Бостандыкский район, мкр. Дарын-1, д. 47/5
НАО «Национальный научно-практический институт благополучия детей «ӨРКЕН»

ҒЫЛЫМИ-ӘДІСТЕМЕЛІК ЖУРНАЛ

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

ЖУРНАЛДЫҢ МЕНШІК ИЕСІ
«ӨРКЕН» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты» КеАҚ

СОБСТВЕННИК ЖУРНАЛА
НАО «Национальный научно-практический институт благополучия детей «ӨРКЕН»

ЖУРНАЛ ШЫҒАРЫЛЫМЫНЫҢ ЖИІЛІГІ
Ай сайын

ПЕРИОДИЧНОСТЬ ВЫПУСКА ЖУРНАЛА
Ежемесячный

Қазақстан Республикасы Мәдениет және ақпарат министрлігі Ақпарат комитетінің 2024 жылғы 15 наурызда берген
№ KZ52VPY00089109 тіркеу куәлігі

Регистрационное свидетельство
№ KZ52VPY00089109 от 15 марта 2024 года выдано Комитетом информации Министерства культуры и информации Республики Казахстан.

Деректердің дәлдігі мен ақпараттың сенімділігі үшін материал авторлары жауапты.

За точность фактов и достоверность информации ответственность несут авторы материалов.