

**Педагог-психолог жұмысының  
жылдық есебі**

**2023-2024 оқу жылы**

## №39 «Қызылөзек» орта мектебі педагог-психологтарының 2023-2024 оқу жылында жүргізген жұмыстарының жылдық есебі

2023-2024 оқу жылының басында психологиялық қызмет орталығының құжаттары, жылдық жоспары жасалынып, мектеп директорының мөрімен бекітілді. 31.08.2023 жылғы №160 санды «Психологиялық қызметтің жұмыс істеу қағидасы туралы» мектеп директорының бұйрығы шығарылып, мектептегі психологиялық қызмет тобының құрамы бекітілді. Жылдық жоспар жасалынып, бекітілді.

Мектебіміздегі психологиялық қызмет орталығының негізгі мақсаты: білім алушылардың психологиялық денсаулығын сақтау, қолайлы әлеуметтік-психологиялық жағдай жасау және білім беру үдерісіне қатысушыларға психологиялық қолдау көрсету.

Мектеп психологтары - Калмаганбетова Саулеге– 1-4 сыныптар бойынша, Абилова Айнурға – 5-11 сыныптар бойынша жұмыс жасау мақсатында лауазымдық міндеттер жүктелді.

Психологиялық қызмет орталығы төмендегідей бағыттарда жұмыс жүргізеді:

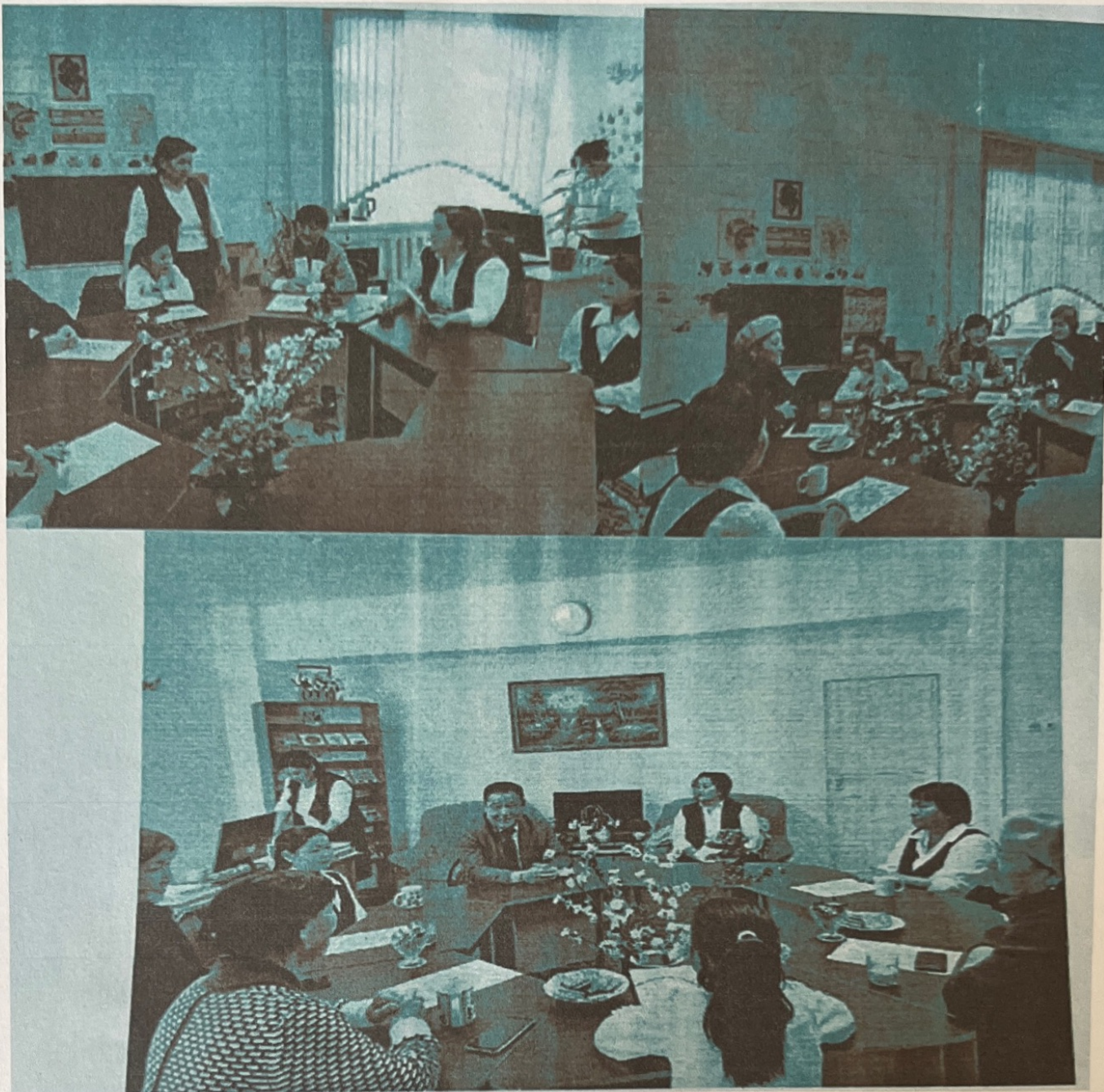
1. Диагностикалау бағыты
2. Түзету-дамыту бағыты
3. Консультация беру (кеңес беру) бағыты
4. Профилактика және психологиялық ағарту бағыты
5. Ұйымдастыру-әдістемелік жұмыс бағыт

Әдеттегідей оқу жылының басында, яғни тамыз айында психологиялық қызмет жұмысының құжаттары, бала дамуының психологиялық картасы, психодиагностикалық әдістемелердің деректер банкі мен тізбесі жасалынып, бекітілді.

1-сынып оқушыларын мектепке қабылдап, үйден оқитын мүмкіндігі шектеулі оқушылардың құжаттары жинақталды. Әлеуметтік педагогпен бірлескен жоспар жасалынып, өгей әке, өгей анамен тұратын балалар анықталып, тізімі жасалынды.

Қыркүйек айының басында 11.09 күні ЕББҚ бар оқушылардың ата-аналарына психологиялық қолдау, сүйемелдеу жұмыстары жүргізілді. Мақсаты: ата-аналарға үнемі қолдау көрсету, іс-шаралар жоспарымен таныстыру.

Кездесуге мектеп басшысы, оқу ісі жөніндегі орынбасарлыр қатысып, өз ой-пікірлерін білдірді. Мектеп басшысы ЕББҚ бар балалар үнемі назарда екенін, ата-аналардың ұсыныс-пікірі ескерілетінін айтып өтті. Шара соңында кофе-брейк ұйымдастырылып, кері байланыс жасалды.



12.09.2023 күні оқушылардың өмір қауірсіздігі, жаңа оқу жылының басталуы жайлы «Балалар үшін бірігейік» жалпы мектепішілік ата-аналар жиналысы болып өтті. Жиналыс барысында мектеп психологы С.Калмаганбетова сөз алып «Балада дұрыс репродуктивті денсаулықты қалыптастыру» тақырыбында баяндама жасап, ата-аналармен төмендегідей сұрақтар төңірегінде әңгімелесті: - баланызбен кез келген тақырыпта сөйлесе аласыз ба?, -бала мен арадағы сенімді қарым-қатынас құрудың жолдары қандай? Сондай-ақ баламен қарым-қатынастағы біршама ережелерге, ұл бала мен қыз баланың даму ерекшеліктері, отасындағы зорлық-зомбылық, жыныстық қол сұғылмаушылық, жыныстық тәрбие мәселесіне де тоқтала кетті. Одан әрі, мектептегі психологиялық қызметтің жұмыс жасау бағыттарын айта келе, осы бағыттың бірі психодиагностикалық бағыт жұмыстарын жүргізу үшін ата-ананың рұқсаты керектігі жөнінде айтты. Осы мақсатта біршама жұмыстар жүргізу жөнінде сынып жетекшілер мен ата-аналарға бағыт бағдар берілді.

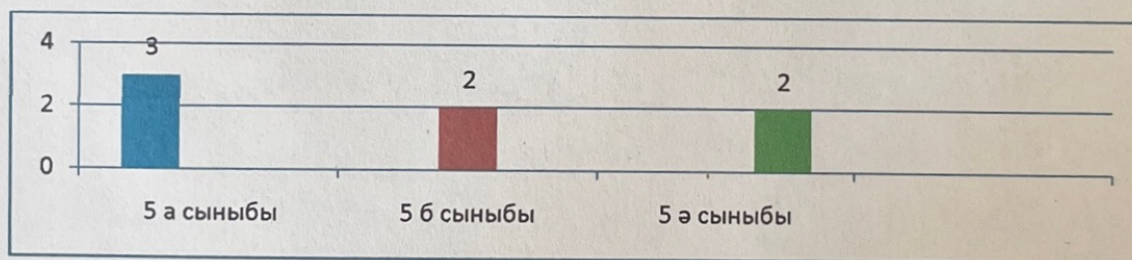


Қыркүйек айындағы диагностикалау бағыты бойынша 1 және 5-сынып оқушыларымен «Керн-Йирасек» және «Менің сыныбым» әдістемелері жүргізілді.

**1 «а» сыныбынан барлығы - 21 оқушы қатысты.** Тест нәтижесі бойынша 20 оқушының дайындығы жоғары. Көрсеткіші 1 оқушы төмен екені анықталды. Алдағы уақытта осы балалармен түзету және дамыту жұмыстарын нақты әрі жүйелі түрде іске асыру керек. Бұл жұмысты үш жақты, яғни мұғалім, ата-ана және мектеп психологы жасағанда өз нәтижесін бермек.

**1«б» сыныбынан барлығы - 19 оқушы қатысты.** Тест нәтижесі бойынша 15 оқушының дайындығы жоғары, 4 оқушы орташа. Көрсеткіші төмен оқушы анықталған жоқ. Алдағы уақытта осы балалармен түзету және дамыту жұмыстарын нақты әрі жүйелі түрде іске асыру керек. Бұл жұмысты үш жақты, яғни мұғалім, ата-ана және мектеп психологы жасағанда өз нәтижесін бермек.

5-сыныптар бойынша 6 оқушының бесінші сыныпқа бейімделуінде қиындықтар бар екені анықталды.



Осы ретте жоспар бойынша төмен деңгей көрсеткен оқушылармен жеке сұхбат жүргізіліп, сынып жетекшілеріне ұсыныс берілді.

Сонымен қатар 13 қыркүйек күні мектебіміздің ерекше білім беруді қажет ететін оқушыларға сабақ беретін пән мұғалімдеріне кеңес берілді.

**Мақсаты:** мұғалімдердің оқушылар мен тиімді әдістері жөнінде пікір алмасу

Алғашқы сөзді оқу ісі жөніндегі орынбасары Л.Сарманова ерекше білім беруді қажет ететін оқушылардың сабақ барысындағы балалардың психологиялық дайындығы, ата-ана мұғалімнің өзара бірлескен ұйымдастыру жұмыстарының барысы жақсы нәтиже беретін туралы ой-пікірін айтып өтті. Пән мұғалімдерінің сабақ кестелері, жоспары, қмж-ларының болуы, ата-анамен байланыс дәптерлері, көрнектіктерінің болуын тексере кетті. Келесі сөзді мектеп психологы С.Калмаганбетова алып пән мұғалімдеріне баланың денсаулығына қарай жеңілдетілген тапсырмалар беріп балаға жақсы көңіл-күй сыйлау керек екенін атап өтті. Ерекше білім беруді қажет

ететін оқушылардың психологиялық ерекшеліктерін түсіндіре отырып, баланың таным, қабылдау ерекшеліктеріне қарай тиімді әдістерді қолдана отырып жұмыс жасау жайында кеңес берді.

Қазан айында «Жасөспірімдердің психикалық саулығын бағалау мақсатында 7-11 сыныптар арасында DASS шкаласы сауалнамасы, 5-6 сыныптардан НСВ-10 сауалнамалары алынды.

5-11 сыныптар бойынша барлығы 267 оқушы. Оның 263 осы әдістемеге қатысты. 3 оқушының әдістемеге қатыспау себебі бұл оқушылар үйден оқытылады. Нәтижесінде 3 оқушы жеке сұхбатқа шақырылып, 3 оқушы мектепшілік бақылауға алынды.

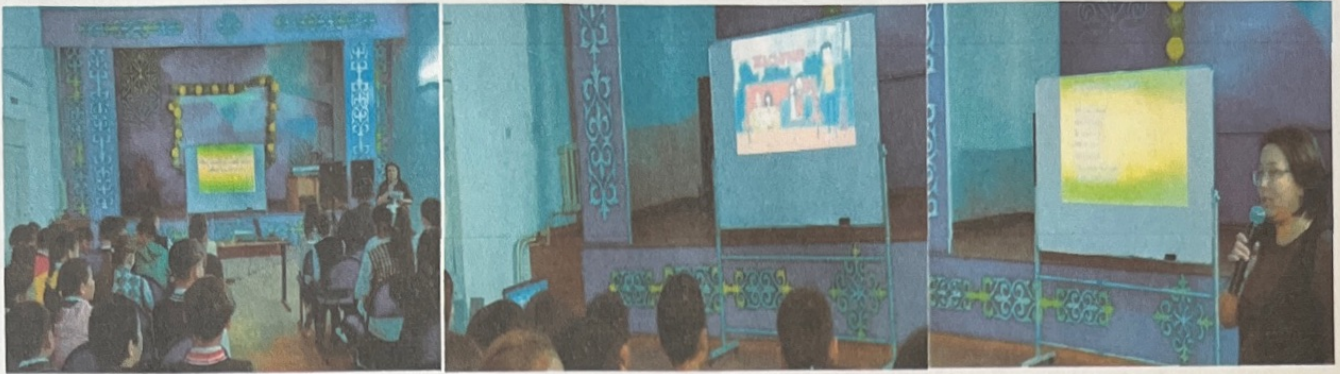
Бұл оқушыларға жеке жоспар жасалынып, түзету-дамыту жұмыстары жүргізілді.

Жоспар бойынша 1,5,11-сынып оқушыларымен сүйемелдеу жұмыстары жүргізілді.

Атап айтар болсақ, «Кел танысайық», «Бірінші рет 5 сыныпқа», «ҰБТ дегеніміз не және мен үшін оның маңыздылығы қандай?» тақырыптарында түзету-дамыту тренингтері жүргізілді.



Қараша айында 5-7 сынып оқушыларымен «Буллинг, кибербуллинг туралы сөйлесейік» тақырыбында семинар-тренинг болып өтті. Мақсаты: оқушыларға буллинг, кибербуллинг сөзінің мағынасын түсіндіру, оны болырмаудың алдын алу.



Қараша айында 3а, 3б сынып оқушыларымен «Қауіпті жағдайлар. Сыпайы бас тарту» тақырыбында психокоррекциялық сабақ өткізілді.

**Мақсаты:** бас тартқан жағдайдағы әлеуметтік дағдыларды дамыту, әлеуметтік қауіптер жағдайларындағы іс-әрекет амалдары туралы көріністерді дамыту.

Тренинг барысында оқушыларға көптеген сұрақтар қойылды, ойындар ойнатылды. Тренингті оқушылар әртүрлі көңілді ойындармен бастады және тренинг барысында топтарға бөлініп түрлі жағдаяттарды талдады. Сабақтың тиімді, қызықты өтуіне белсенділік танытты.



Желтоқсан айында 9-сынып оқушыларымен мамандық таңдауға байланысты «Мен таңдаған мамандық» тақырыбында кеңес беру, түсіндіру жұмыстары, «Күйзелістен қалай арылуға болады», «Ашу-ыза билегенде не істеу керек?» тақырыптарында тренингтер мен кеңес беру жұмыстары жүргізілді.



Сондай-ақ қыз балалардың психикалық саулығын нығайтып, жеке бас тазалығын, тәртіпсіздіктің алдын алу мақсатында мектеп мейірбикесімен кездесу ұйымдастырылды.



Қаңтар айында кәсіби бағдарға байланысты сынып жетекшілермен біріге отырып апталық ұйымдастырылды. Түрлі тренингтер, сауалнамалар жүргізілді.





Сондай-ақ ақпан айының басында ер балалардың психикалық саулығын нығайту, тәртіпсіздіктің алдын алу мақсатында, жеке бас тазалығын сақтауға бағытталған кездесу ұйымдастырылды.



Сондай-ақ мектеп тәлімгерімен бірлесіп, мектептің қыз балаларын «Анаға тағзым» орталығына бір күндік экскурсия ұйымдастырылды.



Ақпан айында №39 «Қызылөзек» орта мектебінде «Психология- таңғажайып ғылым» атты психология апталығының ашылу салтанаты өтті.

◆ **Мақсаты:** Мектеп ұжымының, оқушылардың ауызбіршілігін қалыптастыра отырып шығармашылығын, белсенділігін арттыру, психологиялық саулығын сақтау және нығайту. Аптаның бірінші күні «Позитивті көңіл-күй күні» болып аталып өтілді. Педагогикалық – психологиялық қолдау қызметінің мамандары таңертең балаларды, мұғалімдерді таңғы сәлемдесумен қарсы алып, көңілді кейіпкерлер келіп көтеріңкі көңіл –күй сыйланды. Оқушылардың зейінін, есте сақтауын, ойлауын, сенсорлық қабылдауын түзету- дамыту мақсатында «Кім тапқыр», «Кім епті», «Кім жылдам», «Кім зерек?» психологиялық ойындары ойнатылды. «Біздің мектеп әні» оқушыларға керемет көңіл-күй сыйлады.





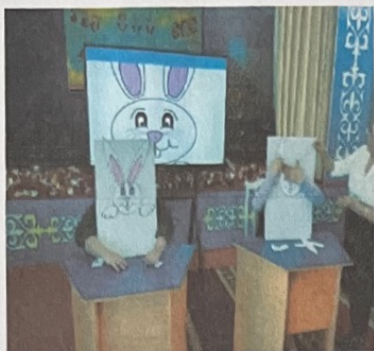
Апталық жоспары аясында Екінші күн –«Әлеуметтік күн» болып аталып өтілді. Педагогикалық – психологиялық қолдау қызметінің мамандары Оқушылардың қарым- қатынасын нығайту, ортада өзін - өзін дамыту, өзін -өзі бағалау мақсатында "Ептілік", "Нейро жаттығулар", "Сеземіз, танимыз, көреміз" тренинг жаттығуларымен қоса көңілді үзіліс ойындары ұйымдастырылды. Мұғалімдермен "Мейірімділік ағашы" атты арт терапиялық ойын ойнатылды. Балалар үзіліс кезінде "Ламбада" биін билеп, бір -біріне жағымды көңіл -күй сыйлады.



«Психология-таңғажайып ғылым» атты апталықтың үшінші күні «Өзін-өзі дамыту күні» болып жарияланды. Бұл күні мектеп ұстаздарымен «Шабытпен толтыр, шаттықпен толтыр жүректі» тренингі жүргізілді.

◆ Тренингтің мақсаты: Мұғалімдердің психикалық көңіл-күйлерін көтеру, шығармашылық қабілеттерін дамыту, өздеріне құрметпен қарау, дұрыс қарым-қатынас орната білу.

Тренинг «Көңілді шеңбер» атты танысу жаттығуымен басталды. Келесі топқа бөлу кезеңінде арттерапиялық жаттығу арқылы мақалдың жалғасын тауып, топқа бөлінді. Тренинг қозғалмалы ойын жаттығулармен жалғасып, ұстаздарға тамаша көңіл –күй сыйлады. Кездесу соңында «Қағазды оркестр» жаттығу орындалды.



«Психология – таңғажайып ғылым» психология апталығының бүгін төртінші күні. Бұл күн «Жарқын болашақ күні» деп аталды. Осы күннің атауына орай 11-сынып оқушыларының болашағы жарқын болсын деген мақсатта «ҰБТ-ға сеніммен барайық» тақырыбында тренинг болып өтті. Бүгінгі тренингтің мақсаты: ҰБТ-ға деген жағымсыз ойлардан, қорқыныш, үрей секілді ахуалдардан арылуға және топтың өзара татулығын күшейту, жағымды эмоциялық көңіл-күй тудыруға жағдай жасау. Психологиялық тренинг жаттығулар арқылы көңіл-күйлерін көтеру. Тренинг «Өзіме-көршіме» ойынымен бастау алып, «Әрбір адам өз өмірінің суретшісі», «Көңілді шеңбер», «Биіктік», «Тәтті тілек» түлектерге тілек ойын-жаттығуларымен жалғасты. Тренинг соңында бітіруші түлектерге «Грант иегерінің 10 құпиясы» тақырыбында кеңес беру жұмысы жүргізілді. Биылғы бітіруші түлектерге сәттілік тілейміз, бағындырар белестерің биік болсын!!!





«Психология-таңғажайып ғылым» атты апталықтың жабылу салтанатын КТА ойындарымен тамамдадық. Бес күнге созылған апталық аясында ұстаздардың, оқушылардың, сондай-ақ кіші қызметкерлердің көңіл-күйін барынша көтеруге тырыстық. Осындай керемет іс-шараны тамашалаған көрермендердің қуанышында шек болмады. 8-10 сыныптар арасынан «Жас стар», «I love you», «Айдананың ұл қыздары», «Жарты бастар» командалары өз ара сынға түсті. КТА ойындарында оқушылар өзара сыйластық, мектеп өмірі, махаббат, отбасы тақырыптарында өзін шыны аралас көріністер қойып, көрермендерді күлкімен баурай алды. КТА ойындарын тәрбие ісі жөніндегі орынбасар С.Қоқыбасов, мектеп психологы С. Калмаганбетова, ән-әуез пәнінің мұғалім Ө. Нұрділдаев қазылық етті.

Осылайша әділ-қазылардың шешімімен:

I –орынды «Жарты бастар» командасы

II – орында «Айдананың ұл қыздары» командасы

III –орынды «Жас стар», «I love you» командалары иеленді

КТА ойындары кезінде көзге түскен Бекмұрат Несібелі, Мусабек Аслан, Ахуан Әділет, Бекболат Ақжігітке «Үздік ойыншы» номинациясы берілді.

Апталыққа белсене қатысқан барлық мектеп ұжымына дендеріне саулық, отбасына амандық тілейміз.

Оқушыларымыз аман болып, тек биіктерден көріне берсін!!!



Наурыз айында мектебімізде «Білім алушылардың оқу белсенділігін арттырудағы ізденістер» тақырыбында қалалық семинар өткізілді. Сол семинардың ашылуында мектеп психологы А.Абилова мен С.Калмаганбетова «Шабытпен толтыр, шаттықпен толтыр жүректі» деген тақырыпта тренинг жүргізді. Мақсаты: келген қонақтардың көңіл-күйін көтеру, қарым-қатынастарын жақсарту, жағымды психологиялық ахуал қалыптастыру, өзін-өзі тану, құрметтеу, өзін еркін сезінуге көмектесу..

### 1. Танысу тренингі

**Мақсаты:** әр мектептен келген педагогтардың бір-бірімен танысуын, өзара жағымды қарым-қатынас орнатуын, қалыптастыру.

Қатысушылар шеңберде тұрады. Әр қатысушы өз есімін айтып шығады. Бір адам кем дегенде бір адамның есімін есінде сақтап қалу керек. Ортаға доп тасталады. Сол кезде допты алған адам келесі адамға сол адамның есімін айтып допты лақтырады. Келесі қатысушы да дәл солай жасайды. Допты

кім алмады сол адамға беру керек. Сол үшін де мұқият қарап тұрып доп берілмеген адамға беру міндетті. Соңғы доп ойынды бастаған адамға келеді.

## 2. Арт терапия «Сикырлы сөздер»

Қатысушыларға столдың үстінен ақ парақтар алу ұсынылады. Ол параққа алдын ала адам бойындағы қасиеттер жазылып қойылады. Парақты қасқамен бояған кезде адам бойындағы қасиет шығады. Таңдап алған қасиет ол кездейсоқтық емес, ол психологиялық сәйкестік екені айтылып, қаншалықты сәйкес келгенін қатысушылардың өздерінен сұрап, кері байланыс жасау.

## 3. «Жанбыр» жаттығуы

Қатысушылар шеңбер бойымен тұрады. Алақанмен, қолмен, аяқпен жанбыр дауысын салады. Бір қимылды бірінші тұрған адам бастайды. Соңғы адам сол қимылды аяқтайды. Келесі қимылды да солай, бірінші адам бастайды, соңғы тұрған адам аяқтайды.

Қорытынды: бұл жаттығудан шығатын қорытынды: Оңай болды ма? Қандай сезімде болдыңыздар?

Біз ұстаздар тез шешім қабылдағыш, шығармашыл, сезімтал, қабілетті, талантты, дарынды, зейінді, ойшыл, білімді сонымен қатар қарапайым да болуымыз керек.

## 4. «Қағазды оркестр» жаттығуы

Қатысушыларға парақ пен ручка таратылып беріледі. Музыка қосылған кезде парақты ручкамен түрту арқылы оркестр асаулары қажет

## 5. Қорытынды

Құрметті бүгінгі семинарға қатысушы ұстаздар! Көңіл – күйлеріңіз қалай? Керемет! Олай болса оң алақандарыңызда сіздердің бізге дейінгі көңіл күйлеріңіз деп алайық, ал сол алақандарыңызда бізден алған яғни қазіргі көңіл-күйлеріңіз болсын! Енді осы екі алақанымызды қосып, қошемет көрсетейік!!! Рахмет! Келесі кездескенше сау болыңыздар!





Сәуір айының 05- күні №39 «Қызылөзек» орта мектебінде «7-сәуір Дүниежүзілік денсаулық күніне» орай №5-ші қалалық емхананың СӨСҚ маманы А.Ибрагимова мен психолог М.Сілтаевтың ұйымдастыруымен «Дүниежүзілік денсаулық», «Дұрыс тамақтану», «Психологиялық денсаулықты нығайту» тақырыптарында 8-11 сынып оқушыларымен кездесу өткізілді.

Өткізілген шараның мақсаты: жасөспірімдер арасында физикалық денсаулықпен қатар психологиялық денсаулықты дамыту, қоршаған орта арасындағы қарым-қатынасты, тепе-теңдік жағдайларын қалыптастыру.

Емхана мамандары бағдарлама бойынша кездесуді ашып, оқушылар арасында өз өмірлері жайлы ой қозғады. Оқушылардың өмір құндылықтары туралы түсініктерін кеңейтіп, өмірге деген көзқарастарын молайтты. Қазірге таңдағы тез дайын болатын тағамдардың, электронды темекінің, газды сусындардың жасөспірімдердің ағзасына тигізетін кері әсерлерін айтып өтті.

Кездесу барысында «Жарқын болашақ бүгінгі ұрпақтың қолында» екендігін түсіндіріп, «Сен де бір кірпіш дүниеге, кетігін тапта бар қалан» деген Абай атамның қанатты сөзімен қортындылады.



Мамыр айында мектеп кәсіподағы жанынан құрылған «Әйелдер кеңесінің» ұйымдастырылуымен өткен шарада мектеп психологтары А.Абилова мен С.Калмаганбетова «Әр әйел бақытты болуға лайықты» тренинг жұмысын жүргізді. Мақсаты:

2023-2024 оқу жылының 2-мамыр күні «Аналар асыл жандар» атты аймақтық аналар сайысында «Әр әйел бақытты болуға лайықты» тақырыбында тренинг болып өтті.

**Мақсаты:** *Ана — өмірдің шуағы, ана — өмір гүлі, анаға тек ұлылық тән екенін ұғындыру. Ананың отбасына, балаға деген махаббатын ояту. Бала тәрбиесі дамуындағы басты рөл атқарушы, балаға рухани тәрбие беруші – ана екенін түсіндіру, бала көңілін таба білуіне ой қозғау, өзін-өзі тануына бағыт беру, бала тәрбиесі жайлы пікір бөлісу, өздерінің балаларының жан-дүниесін түсінуге шақыру.*

Тренинг ана туралы кіріспе сөзбен бастау алып, қатысушы аналар ортаға шықты. «Танысу» жаттығуы кезінде әр қатысушы өзін таныстырып, өз есімін, оны кім қойды, бұл есімнің мағынасы нені білдіреді және өзінің бойындағы бір қасиеті жайлы айтып өтті. «Метеориттер» жаттығуында қатысушылар екі топқа бөлінді. Әрі қарай топта аналардың шығармашылық қабілеттерін дамыту, әсемдікке, әдемілікке баулу мақсатында «Сиқырлы сөздер», «Мүсін», «Мұнара», жаттығулары жүргізілді. Бұл жаттығулар соңында әр ана өз пікірлерін білдіріп, қызығушылықпен орындады.

Кездесу соңында барлық қатысушылар мен көрермендер «Анамның ақ жаулығы» әнін хормен орындап, керемет көңіл-күймен тарқасты.





Мамыр айының аяғында №39 "Қызылөзек орта мектебінде" жауапты педагогтардың бастамасымен "1 маусым - Балаларды қорғау күніне" орай ерекше білім беру қажеттіліктері бар балаларды «Алатау Кидс» ойын-сауық орталығына серуендеу ұйымдастырылды. Серуеннен соң балаларымызға мерекелік дастархан жайылып, балалардың көңілі көтеріліп қайтты. Демеушілік жасаған мұғалімдерге үлкен алғысымызды білдіреміз! Әр бала бақытты болуға лайықты!



Сондай-ақ жыл бойына ЕББҚЕ балалары түрлі іс-шараларға қатысып, жүлделі орындарды иеленді.



**Мектеп педагог психологтары:**

**А.Абилова**

**С.Калмаганбетов**



## Мектеп психологтарының 11-сынып оқушыларымен жүргізген жұмыстары

№39 «Қызылөзек» орта мектебі бойынша ҰБТ-ге баратын оқушыларды психологиялық сүйемелдеу мақсатында 2023-2024 оқу жылының басында жоспар құрылып, бекітілді.

Жоспар бойынша әр ай сайын оқушылармен жұмыстар жүргізілді.

**Мақсаты:** бітірушілердің стреске қарсы тұру мүмкіндігін жоғарылату, өз-өзіне сенімділігін арттыру, өзін-өзі бақылауды дамыту.

**Міндеті:** өзін-өзі тану, өзара жағымды қарым-қатынас орнату, жүйке жүйесіне түстен күштен психологиялық тұрғыда арылу, үрей мен алаңдаушылықты түзету;

**Күтілетін нәтиже:** оқушылардың бойында өз-өздеріне деген сенімділікті орнату, психологиялық тұрғыда дайындықтарын нығайту, ата-аналар тарапынан психологиялық қолдау;

Жыл бойына 11-сынып оқушыларымен диагностикалық, топтық, жекелей жұмыстар, кеңес беру, алдын алу жұмыстары жүргізілді. Атап айтар болсақ «ҰБТ-ға дайындық және оны тапсыру барысында жасөспірімдерге ата-ананың психологиялық көмегі» тақырыбында кеңес беру, «ҰБТ-ға сеніммен барайық» тренингі, «Грант иегерінің 10 құпиясы» кеңес беру, «Тест тапсыру уақытында өзінді қалай ұстағаның жөн» жадынама, «Жүйке жүйесіне түсетін күштен психологиялық арылу жолдары» тренингі, «Үлкен жолдың алдында» тақырыптарында түсіндіру жұмыстары жүргізілді.

Жалпы биылғы жылғы бітіруші түлектердің психологиялық жай күйі, сыныптың ішкі психологиялық ахуалы жақсы, барлығы бір-бірімен достық қарым-қатынаста.

Қыркүйек айында «ҰБТ-ға дайындық және оны тапсыру барысында жасөспірімдерге ата-ананың психологиялық көмегі» тақырыбында кеңес беру жұмысы жүргізілді. Әрбір ата-ана түсінуі тиіс: ҰБТ нәтижесінің маңыздылығы олардың баланың денсаулығы мен эмоционалдық саулығына алаңдаушылығынан басым болмауы керек.

*Алда – бүкіл өмір, және жасөспірім оған өз күшіне деген нық сеніммен, ата-анасының оны түсінетінін және қолдайтынын сезініп, тіпті бәрі бірден қолдан келмесе де, алдағы уақытта қойған мақсаттарына қол жеткізуге мүмкіндігі боларына деген сеніммен қадам басуы тиіс.*

Түлектердің ата-анасы қаперден шығармауы тиіс ең үлкен міндет: ҰБТ-ға дайындық отбасын ыдыраптауы, керісінше, біріктіруі керек! Отбасында өзара түсіністік, өзара қолдау, сыйластық пен махаббат әлеуеті өрбуі тиіс!

*Қысқа да айқын формуланы немесе ҮШ «С» ЗАҢЫН есте сақтаңыз:*

Бірінші «С»: Жағдайды сыйлаңыз.

ЕКІНШІ «С»: Жасөспірімді сыйлаңыз.

ҮШІНШІ «С»: Сүйіспеншілікпен ынталылық танытыңыз.

Жасөспірімнің көңіл-күйі мен мінез-құлқындағы барлық нюанстарды уақытында аңғарыңыз. Оған жүктемелерді организмнің физикалық және психологиялық ресурстарына күш түсірмей жеңуге көмектесіңіз.

Құшақтауға жомарт болыңыз!

*Өз балаңызды құшақтаңыз – физикалық байланыс тыныштандырудың сенімді құралы болып табылады»-деген сипатта кеңестер берілді. Кездесу соңында жадынамалар таратылды.*

Сондай – ақ осы айда оқушылармен «ҰБТ-ға дайынсың ба, жас дос!» сауалнамасы, «ҰБТ дегеніміз не және оның мен үшін маңызы» тренинг жүргізілді.

Қазан айында «Тест тапсыру уақытында өзінді қалай ұстағаның жөн» оқушыларға кеңес беру жұмысымен «А.Е.Голомштоктың танымдық қызығушылықтың диагностикасы» әдістемесі

жүргізілді. Оқушыларға кеңес беру кезінде «**ӨМІР шексіз жомарт. Біз бұл өмірде бір нәрсені табамыз, бір нәрсені жоғалтамыз, бірақ әлі де көрер қызығымыз мол. ҰБТ бұл – кезең, ал ӨМІР қымбат!**» деп келетін өзін-өзі сендіру, тыныштандыру сөздері, жігерлендіру сөздері жазылған жадынамалар таратылып, талқыланды.

Қараша айында «Жүйке жүйесіне түсетін күштен психологиялық арылу жолдары» тренингі жүргізілді. Тренинг сыныпта жағымды психологиялық атмосфера қалыптастыру мақсатында «**Көрші**» жаттығуымен басталды. Бұл жаттығу барысында оқушылар бір сергіп қалды.

Оқушылардан үрей, мазасыздану дегеніміз не екені сұралды. Үрейленген кезде не істейтіндері, өздерін қалай сабырға шақытарындықтары сұралды.

Адам мазасызданып, үрейленген кезде релаксациялық жаттығулар жақсы көмектеседі. Релаксациялық жаттығулардың көптеген түрлері айтылды. Соның ішінде бұлшық ет релаксациясы, тыныс алу релаксациялық жаттығуларын орындап көрді. «Шынымды айтсам ...» аяқталмаған сөйлем әдісі бойынша өздерінің ішкі ойларымен бөлісті. Мысалы: «Шынымды айтсам, тест, емтихан туралы ойласам ...», «Шынымды айтсам, тест, емтиханға дайындалып жатқанда ...», «Шынымды айтсам, мен үйге келгенде ...» деген сияқты сөйлемдерді аяқтап, өз ойларын жеткізді.

Желтоқсан айында Г.Резапкинаның «Интеллектуалды қабілет деңгейін диагностикалау» әдістемесі алынды. Ата-аналармен «Балаңыз мектеп бітіруші» тақырыптарында түсіндіру жұмыстары жүргізілі. Әр кездесу сайын ата-аналарға ҰБТ-ға дайындық барысында балаға үнемі қолдау білдіріп отыруын ескертеміз. Бұл жолды да төмендегідей кеңестер берілді.

1. Балаңыздың ҰБТ – ға барар алдындағы алдын – ала тестілеу кезінде алып жүрген ұпайларына немқұрайдылықпен қарамай, дұрыс ақыл – кеңес беруге тырысыңыз.
2. Балаңыздың Күнделікті ҰБТ – ға дайындалатын белгілі бір уақыт, орны болуына жағдай жасаңыз
3. Балаңыздың көңіл – күйіне, денсаулығына әрқашан назар аударып отырыңыз
4. Балаңызды алдағы уақытта жетістікке жететініне үнемі сенім артыңыз
5. Балаңыздың дұрыс тамақтануына, әсіресе есте сақтау қабілетін арттыратын жеміс – жидектерге, дәрумендерге көп көңіл бөліңіз және қамтамасыз етіңіз.
6. Балаға шамадан тыс ауыртпалық жүктеп, шаршатпаңыз. Дұрыс дем алуын қадағалаңыз.
7. Ешқашан балаңызды сынап - мінемеңіз. Ақылмен ұғындырыңыз. Сабырлы болуға баулыңыз.

Қаңтар айында «Ашу-ызамен не істеу керек?» тақырыбында өткізілген тренинг барысында балалардың бойындағы агрессивті мінез-құлықты басқара білу мақсатында «Көрме» жаттығуы, «Бәтеңкедегі тас» ойыны, «Мазақтау» ойыны, «Сілкін!» сергіту ойындары жүргізілді

Ақпан айында «Балама жайлы жағдай» тақырыбында мектептің бейінді орынбасарымен бірігіп ата-аналарға кеңес беру жұмыстары жүргізілді.

Наурыз айында жүргізілген «Өзіңе сен! Сен ҰБТ-да жеңіске жетесің!» тренингі, сәуір айында «Өз жұлдызыңды тап!» маман иелерімен кездесу кеші ұйымдастырылды.

Мамыр айында «Талмасын қанат, сөнбесін үміт, Армандар алға жалғансын» тақырыбында тренинг жүргізілді.

ҰБТ-ға бірер күн қалғанда «Алынбайтын асу жоқ» тақырыбында ата-аналарға түсіндіру жұмыстары жүргізілді.

2023-2024 оқу жылының мамыр айында мектеп бітіруші түлектердің ата-аналарымен «Алынбайтын асу жоқ» тақырыбында тренинг, түсіндіру жұмыстары жүргізілді.

**Мақсаты:** Оқушыларды ҰБТ-де психологиялық қолдауда ата-аналарға көмек көрсету, оқушы мен ата-ана арасындағы байланысты күшейту және ата-аналарға психологиялық қолдау білдіру.

Тренинг барысында "Қар қиыршықтары" жаттығуы, "Жапырақ тамырдан нәр алады" топтық жұмысы, "Алынбайтын асу жоқ" тақырыбында жадынамалар тарату жұмыстары жүргізілді.

Ата-аналар барлық жаттығулар мен жұмыстарға белсене қызығушылық таныта отырып қатысты. "Екі жұлдыз, бір тілек" әдістемесі кезінде әр ата-ана балаларына, ұстаздарға жалпы мектеп ұжымына өздерінің ұсыныстары мен жылы лебіздерін білдірді.

