Бекітемін:
Балабақша меңгерушісі:
Мырзатаева А.А.

2025- 2026 оқу жылына арналған психологтың жылдық жұмыс жоспары

Scanned with CamScanner

Мақсаты:

Сапалы тәрбие беру үшін әлеуметтік-психологиялық жағдай қалыптастыру;білім беру саласында балалардың психологиялық дамуына көмектесу.

Міндеттері:

1. Психологиялық саулықтарын нығайту, жасы мен жеке дамуын ескере отыра, балабақшада әр балаға ыңғайлы жағдай жасау;
2. Білім беру саласында әр балаға дер кезінде психологиялық көмек пен алдын-алу жұмыстарын жүргізу.
3. Педагог кадрлар мен ата-аналар қауымының психологиялық сауық туралы түсінігін кеңейту.

Жылдық жұмыс бағыттары:

- Ақпаратты –аналитикалық бағыт;
- Психодиагностика;
- Түзету-дамытушылық;
- Кеңес беру;
- Психопрофилактика ,психоағарту.

Scanned with CamScanner

№	Ақпаратты –аналитикалық бағыт	мерзімі	жауапты
I.	***Әкімшілік- құрылымдық құжаттармен жұмыс*** 1. Жылдық жұмыс жоспарын құру. 2. Кабинет құжаттарымен жұмыс. 3. Педагогика-психологиялық құжаттармен жұмыс: - психологтың кеңес беру журналы: (ата-аналар ға, педагогтарға) - дарынды балалармен жұмыс журналы; - түзету-дамытушылық жұмыстар журналы; - апталық жоспар журналы; -сұраныстар журналы. - жыл бойы жүргізілген жұмыстарының аналитикалық, статистикалық есебі.	тамыз қыркүйек жыл бойы жыл бойы жыл бойы мамыр	Психолог
II.	***Мұрағат құжаттарымен жұмыс*** 1. Психопедагогикалық даму картасы 2. Психологиялық зерттеулердің нәтижесі 3. Диагностикалық зерттеулердің хаттамасы	жыл бойы жыл бойы жыл бойы	Психолог
III.	***Ұсынылатын құжаттары:*** • Жылдық жұмыс жоспары; • жыл бойы жүргізілген жұмыстарының аналитикалық, статистикалық есебі. • кіші және орта топ балаларының таным процессінің көрсеткіші • балабақша түлектерінің мектепке дайындығын зерттеу қортындысы	Тамыз қыркүйек мамыр желтоқсан мамыр	Психолог
IV.	***Өзіндік даму жоспары:*** - балабақша жұмысына белсене араласу; - аудандық, облыстық семинарларға қатысу; - біліктілігін көтеру; - семинар мен іс-шаралар өткізу - танымдық сайыстарға қатысу.	ҚББ жоспарына сәйкес, балабақша жоспарына сәйкес.	Психолог

Scanned with CamScanner

Тәрбиеленушілермен жұмыс.

№	Мазмұны	Жұмыс түрі	мерзімі
I.	**Психодиагностика:** ➢ кіші және орта топ балаларының таным процесінің көрсеткіші /алғашқы тексеру/ ➢ кіші және орта топ балаларының таным процесінің көрсеткіші /қайталап тексеру/ ➢ Ересек топ балаларының мектепке дайындығын тексеру ➢ Кіші және үлкен топ балаларының қобалжуын тексеру / «Өмірде жоқ жануар» тесті/ ➢ Отбасы жайлылығын анықтау / «Менің отбасым» тесті/ ➢ Жеке тұлғалық қасиетін анықтау / «Үй- адам- ағаш» проективті тесті /	Топтық тексеру Топтық тексеру жеке тексеру жеке тексеру топтық тексеру топтық жеке тексеру	Қыркүйек-қазан-қараша сәуір мамыр ақпан наурыз желтоқсан қаңтар кезінде
II.	**Түзету-дамыту жұмыстары.** ➢ Мектепке дейінгі балалардың қобалжуын сейілту ➢ Тәртібінде қиындығы бар балалармен психосергіту жұмыстары. ➢ «Міне, біздер қандаймыз!» / Крюкова С.В/. - кіші топ балаларының көңіл-күйін көтеру. ➢ Ортаңғы және ересек топ балаларының тұлғааралық қарым қатынасын анықтау /социометрия әдісі/ ➢ « Мектепке дайындық» психофизиологиялық дамуын, жетілуін, таным қасиетін дамыту. ➢ Ортаңғы топ балаларына қарым-қатынасты меңгерту. «Менің достарым» ➢ «Құм» терапиясы (тақырып жағдайға	жеке жұмыстар жеке жұмыстар топтық жұмыстар топтық жұмыстар топтық жұмыстар топтық	сәуір жыл бойы қаңтар желтоқсан ақпан

Scanned with CamScanner

	байланысты) ➢ «Ертегі » терапиясы (тақырып жағдайға байланысты) ➢ Арттерапия (тақырып жағдайға байланысты) ➢ Музыка терапиясы (тақырып жағдайға байланысты)	жұмыс жеке жұмыс топтық жұмыс топтық жұмыс топтық жұмыс	қазан жыл бойы жыл бойы жыл бойы жыл бойы
IV.	**Түрлі саладағы тәрбиеленушілермен жұмыс** **Дарынды балалармен жұмыс** Дарынды балаларды іріктеу,оларға жеке карта арнау • «Мына суретте не жетіспей тұр?» • «Ортақ қасиетін тап» • «Әлемде жоқ жануар» • «Менің ертегім» • «Ертегіні жалғастырып көр» • «Не артық» • «Сиқырлы айна» • «Сипаттамасы бойынша тап» және т.б әдістемелер **Өте белсенді (гиперактив) балалармен жұмыс** • Әрбаланыңпсихологиялықдамуынабайланысты диагностикалық карта арнау • Балалармenкоррекциялықіс–шараларөткізу • Түрлі әдістемелер топтамаларын жүргізу • Кеңес жұмыстарын жүргізу	Жеке, топтық жұмыстар Жеке, топтық жұмыстар	Қыркүйек, Қазан Қазан Қараша Желтоқсан Қаңтар Ақпан Наурыз Сәуір Мамыр Қыркүйек Жыл бойы Жыл бойы

	Тәртібінде қиындығы бар балалармен жұмыс • Әрбаланыңпсихологиялықдамуынаба йланысты диагностикалық карта арнау • Балалармenкоррекциялықіс–шараларөткізу • Түрлі әдістемелер топтамаларын жүргізу Кеңес жұмыстарын жүргізу	Жеке, топтық жұмыстар	Қыркүйек Жыл бойы Жыл бойы Жыл бойы

Педагог кадрлармен жұмыс

№	Мазмұны	Жұмыс түрі	мерзімі
I.	**Психодиагностика:** Сұраныс бойынша	Жеке, топтық жұмыс	жыл бойы
II.	**Психоағарту** • Іскерлік ойын « Қарым-катынаста қандаймыз?» • Семинар «балабақша бүлдіршіндерінің дамуындағы психологиялық ауытқуларды болдырмау» • Тренингтік жаттығу: "Жақсы көңіл күй жан қуанышы"	топтық жұмыс	караша мамыр наурыз
III.	**Кеңес беру** Жеке, топтық	жеке, топтық жұмыс	жыл бойы

Scanned with CamScanner

IV.	**Педагогикалық кеңес** • «Балалардың психологиялық саулығы балабақша жұмысының басты міндеті» • «Балалардың танымдық ерекшелігі» • «Мектепке даярлық деген не?»	топтық	қазан желтоқсан ақпан

Ата-анамен жұмыс

№	Мазмұны	Жұмыс түрі	мерзімі
I.	**Психодиагностика:** Сұраныс бойынша	жеке, топтық жұмыс	жыл бойы

Scanned with CamScanner

II.	**Психоағарту** *Жалпы ата-аналар жиналысына қатысу,* • Кіші топ ата-аналарымен: «Ерте жастағы бала психологиясы» -; • Ересек топ ата-аналарымен: - «Сіздің балаңыз болашақ оқушы!» • Жас ата-аналарға кеңес: - «Балабақшаға алғаш келгенде»; *Топ ата-аналар жиналысына қатысу:* **Кіші топ:**. «Балабақшаға бейімделу» **Ортаңғы топ:** «Бала өзінің тәртібімен не айтқысы келеді?» **Ересек топ:** «Баланы мектепке дайындауды қалай жүргіземіз?» Ата-аналарға ақпараттар: **КТ**: «Бала балабақшаға алғаш келгенде», «Бейімделу кезеңі», «Баланы түсіну», «Балабақшаға қуанышпен», «Балаңыздың тілінің дамуы», «Баланы киінуге қалай үйретуге болады?». **ОТ**. «Балаға не үйрете аламыз?», «Санауды үйретеміз», «Анамызбен асханадамыз», «Тынымсыз ұйқы », «Ойын- көмекшіміз», «Бала үрейін қалай жеңеміз?» **ЕТ**. «Балаларға ұнайтын тәсілдер», «Мектепке қуанышпен», «4-5 жастағы ерекшелік», «Жазалау дұрыс па , бұрыс па?», «Күзде мектепке барамыз».	топтық жұмыс	жыл бойы мекеме жоспарына сәйкес
III.	**Кенес беру** Ата-аналардың сұранысы бойынша кеңес беру	Жеке жұмыс	жыл бойы

Scanned with CamScanner

Бекітемін:
Балабақша меңгерушісі:
Мырзатаева А.А.

2025- 2026 оқу жылына арналған психологтың айлық жұмыс жоспары

Scanned with CamScanner

Қыркүйек айы

№	Жұмыс мазмұны	Жұмыс түрі	Жұмыс бағыты	Мерзімі
1	Педагогика-психологиялық құжаттармен жұмыс	Құжаттармен жұмыс	Құжаттармен жұмыс	
2	Кіші топ балаларының таным процесінің көрсеткіші (алғашқы тексеру)	Топтық жұмыс	Психодиагностика	
3	Дарынды балаларды іріктеу,оларға жеке карта арнау	Топтық жұмыс	Психодиагностика	
4	Өте белсенді (гиперактив) баланың психологиялықдамуынабай ланысты диагностикалық карта арнау	Жеке жұмыс	Психодиагностика	
5	Тәртібінде киындығы бар балаларды анықтау,оларға психосергіту жұмыстарын жүргізу	Жеке жұмыс	Психодиагностика Психологиялық түзету-дамыту	
6	Төменгі топ ата-аналарына ақпарат: *«Бала балабақшаға алғаш келгенде»*	Жеке жұмыс	Психологиялық кеңес беру	

Scanned with CamScanner

Қазан айы

№	Жұмыс мазмұны	Жұмыс түрі	Жұмыс бағыты	Мерзімі
1	Ортаңғы топ балаларының таным процесінің көрсеткіші (алғашқы тексеру)	Топтық жұмыс	Психодиагностика	
2	Ортаңғы топ балаларына қарым- қатынасты меңгерту. «Менің достарым»	Топтық жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
3	Дарынды балалармен жұмыс. «Мына суретте не жетіспей тұр?» әдістемесі	Жеке жұмыс	Психодиагностика	
4	«Балалардың психологиялық саулығы балабақша жұмысының басты міндеті» Тәрбиешілерге баяндама	Топтық жұмыс	Психоағарту	
5	Өте белсенді балалармен «Құм» терапиясы (тақырып жағдайға байланысты)	Жеке жұмыс	Бақылау Психологиялық түзету-дамыту	
6	Ересек топ ата-аналарына ақпарат: «Балаларға ұнайтын тәсілдер»	Жеке жұмыс	Психологиялық кеңес беру	

Scanned with CamScanner

Қараша айы

№	Жұмыс мазмұны	Жұмыс түрі	Жұмыс бағыты	Мерзімі
1	Кіші топ балаларының таным процесінің көрсеткіші /қайталап тексеру/	Топтық жұмыс	Психодиагностика	
2	Дарынды балалармен жұмыс «Ортақ қасиетін тап» әдістемесі	Топтық жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
3	Тәртібінде қиындығы бар балалармен жұмыс «Әлемде жоқ жануар» әдістемесі	Жеке жұмыс	Психодиагностика	
4	Іскерлік ойын «Қарым-қатынаста қандаймыз?»	Топтық жұмыс	Психодиагностика	
5	Дамуында ауытқуы бар балалармен жұмыс. Ертегі терапиясы	Жеке жұмыс	Бақылау Психологиялық түзету-дамыту	
6	Кіші топ ата-аналарына ақпарат: «Балаға не үйрете аламыз?»	Жеке жұмыс	Психологиялық кеңес беру Әңгімелесу	

Scanned with CamScanner

Желтоқсан айы

№	Жұмыс мазмұны	Жұмыс түрі	Жұмыс бағыты	Мерзімі
1	Отбасы жайлылығын анықтау «Менің отбасым»	Топтық жұмыс	Психодиагностика	
2	Ортаңғы және ересек топ балаларының тұлғааралық қарым қатынасын анықтау /социометрия әдісі/	Топтық жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
3	Дарынды балалармен жұмыс «Әлемде жоқ жануар»	Жеке жұмыс	Психодиагностика	
4	Дамуында ауытқуы бар балалармен жұмыс.	Жеке жұмыс	Психологиялық түзету- дамыту	
5	Кіші топ ата-аналарына акпарат: «Ойын-көмекшіміз»	Жеке жұмыс	Психологиялық кеңес беру	
6	Тәрбиешілерге арналған баяндама «Балалардың танымдық ерекшелігі»	Топтық жұмыс	Психологиялық кеңес беру	
7	Жарты жыл бойы жүргізілген жұмыстардың аналитикалық, статистикалық есебі.	Құжаттар мен жұмыс		

Scanned with CamScanner

Қаңтар айы

№	Жұмыс мазмұны	Жұмыс түрі	Жұмыс бағыты	Мерзімі
1	Ортаңғы және ересек топ балаларының жеке тұлғалық касиетін анықтау / «Үй- адам-ағаш» проективті тесті /	Топтық жұмыс	Психодиагностика	
2	«Міне, біздер қандаймыз!» / Крюкова С.В/. - кіші топ балаларының көңіл-күйін көтеру.	Топтық жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
3	Дарынды балалармен жұмыс.«Менің ертегім»	Жеке жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
4	Өте белсенді (гиперактив) балалармен жұмыс.	Жеке жұмыс	Психологиялық кеңес беру	
5	Тәртібінде қиындығы бар балаларға түзету-дамыту жұмыстарын жүргізу	Топтық жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
6	Педагогтарға психологиялық кеңес беру	Жеке жұмыс	Психологиялық кеңес беру Әңгімелесу	Сұраныс б/ша

Scanned with CamScanner

Ақпан айы

№	Жұмыс мазмұны	Жұмыс түрі	Жұмыс бағыты	Мерзімі
1	Ересек топ балаларының мектепке дайындығын тексеру	Топтық жұмыс	Психодиагностика	
2	« Мектепке дайындық» психофизиологиялық дамуын, жетілуін, таным қасиетін дамыту.	Топтық жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
3	Дарынды балалармен жұмыс. Ертегіні жалғастырып көр»	Жеке жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
4	Кіші топ ата-аналарына арналған ақпарат: «Баланыздың тілінің дамуы»	Жеке жұмыс	Психологиялық кеңес беру	
5	«Ертегі » терапиясы (тақырып жағдайға байланысты) Кіші топ	Топтық жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
6	Педагогтарға баяндама: «Мектепке даярлық деген не?»	Жеке жұмыс	Психологиялық кеңес беру	

Scanned with CamScanner

Наурыз айы

№	Жұмыс мазмұны	Жұмыс түрі	Жұмыс бағыты	Мерзімі
1	Ортаңғы және ересек топ балаларының қобалжуын тексеру / «Өмірде жоқ жануар» тесті/	Топтық жұмыс	Психодиагностика	
2	Дарынды балалармен жұмыс: «Не артық » әдістемесі	Топтық жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
3	Педагог кадрлармен жұмыс. Тренингтік жаттығу: "Жақсы көңіл күй жан қуанышы"	Жеке жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
4	Ересек топ ата-аналарына арналған ақпарат:«Жазалау дұрыс па , бұрыс па?»	Жеке жұмыс	Психологиялық кеңес беру	
5	Тәртібінде қиындығы бар балалармен жұмыс, Түрлі әдістемелер топтамаларын жүргізу.	Топтық жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	

Scanned with CamScanner

Сәуір айы

№	Жұмыс мазмұны	Жұмыс түрі	Жұмыс бағыты	Мерзімі
1	Орта топ балаларының таным процесінің көрсеткіші /қайталап тексеру/	Топтық жұмыс	Психодиагностика	
2	Ересек топ балаларының қобалжуын сейілту	Топтық жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
3	Дарынды балалармен жұмыс. «Сиқырлы айна»	Жеке жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
4	Кіші топ ата-аналарына арналған ақпарат: «Баланы киінуге қалай үйретуге болады?».	Жеке жұмыс	Психологиялық кеңес беру	
5	Өте белсенді балалармен түзету-дамыту жұмыстарын жүргізу	Жеке жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	

Scanned with CamScanner

Мамыр айы

№	Жұмыс мазмұны	Жұмыс түрі	Жұмыс бағыты	Мерзімі
1	Кіші топ балаларының таным процесінің көрсеткіші /қайталап тексеру/	Топтық жұмыс	Психодиагностика	
2	Дарынды балалармен жұмыс: «Сипаттамасы бойынша тап» әдістемесі	Топтық жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
3	Ересек топ ата-аналарына арналған ақпарат: «Мектепке қуанышпен»	Топтық жұмыс	Психологиялық кеңес беру	
4	Жыл бойы жүргізілген жұмыстардың аналитикалық, статистикалық есебін дайындау,есеп беру.	Құжаттармен жұмыс		

Scanned with CamScanner

Мамыр айы

№	Жұмыс мазмұны	Жұмыс түрі	Жұмыс бағыты	Мерзімі
1	Кіші топ балаларының таным процесінің көрсеткіші /қайталап тексеру/	Топтық жұмыс	Психодиагностика	
2	Дарынды балалармен жұмыс: «Сипаттамасы бойынша тап» әдістемесі	Топтық жұмыс	Психологиялық түзету-дамыту	
3	Ересек топ ата-аналарына арналған ақпарат: «Мектепке қуанышпен»	Топтық жұмыс	Психологиялық кеңес беру	
4	Жыл бойы жүргізілген жұмыстардың аналитикалық, статистикалық есебін дайындау,есеп беру.	Құжаттармен жұмыс		

Scanned with CamScanner

ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ОЙЫНДАР

«Суреттерді аяқтайық» жаттығуы

Мақсаты: Балалардың логикалық ойлауын, көру арқылы есте сақтауын, ойша жұмыс істей білуін дамыту.

Алдын-ала тақтаға мысықтың және қояннның құлақтары салынған плакат ілініп дайындалады. Балалардың көздері шарфпен байланады да, олар кезек - кезекпен шығып, бірі денесін, бірі басын, бірі аяғын салады, осылайша жалғаса береді.

«Түрлі – түсті доптар» жаттығуы

Мақсаты: Балалардың есту арқылы есте сақтауын дамыту.

Қағаз бетіне екі кішкентай қызыл және жасыл доп, қызыл доп пен жасыл допты ортасына үлкен көк доп сал, ал жасыл допты жанына кішкентай сары доп сал.

«Менің көңіл - күйім» жаттығуы

Мақсаты: Көңіл - күйін игере білуге және басқаруға, қадағалауға, дұрыс бағалай білуге тәрбиелеу.

Алдарыңдағы бланкіге өз көңіл - күйлеріңді суреттеп салыңдар.

«Мен басқаның көзімен»

Ортаға бір баладан кезекпен шығып, қалған қатысушылар ол жайлы қандай ой - пікірдеекенін айтады. Бала өзін басқаның көзімен қандай адам екенін анықтайды.

«Атомдар мен молекулалар»

Әр қатысушы - жеке атомдар. Жүргізушінің айтуы бойынша атомдар қозғалысқа түседі, бір бірімен жеңіл қақтығысқа түседі. Жүргізуші қанша атомның қосындысынан молекула құралатынын айтады, сол кезде сол санға сай бірігіп тұра қалу керек. Молекула құрамына кірмей қалғандар ойыннан шығады.

Афирмациялар

« Ол жасаған іс менің де қолымнан келеді»,« Мен жетістіктің адамымын»,
« Менің жағдайым күннен – күнге жақсаруда»

«Таңғажайып дорба» ойыны

Дорбада бірнеше жеміс, көкөніс бөліктері бар. Бала көзі жабылып, дорбадағы заттың дәмін татып, оның қай жеміс екенін, дәмі, иісі, формасы, түсі жайында ажырата баяндайды.

Мен қандай адаммын?

Әр қатысушы өзінің жағымды, жағымсыз қасиеттерін айтады. Сол бойынша қорытынды жүргізіледі.

Scanned with CamScanner

Менің қиыншылықтарым

Қатысушылар бастарынан өткен қиыншылықтарды есеріне түсіріп, ортаға салады,өзгелермен ой бөліседі.

Есте қалған қызықты оқиға

Топ дөңгеленіп отырып, қатысушыларға доп беріледі. Допты бір - біріне кезектесіпберіп, есте қалған қызықты оқиғаларды айтады.

Үқсастық шегі

Қатысушылар жұптасып отырады. Жұбыңа қарап, үқсастықты тауып жазады. Үқсастығын оқып, ой бөліседі

Мен саған сенемін

Әуен ойнап тұрады. Жұп құрып, бір - бірінің көздеріне қарап отырады. «Мен саған сенемін...» өйткені сен жақсы адамсың.

«Сиқырлы сөздер» ойыны

Психолог кез - келген өтінішті айтады, ал бала оны әдепті түрде айтуы керек.Мысалы: Айнаш, дәптерді бер. «Айнаш, өтінемін дәптерді берші» Ізеттілік туралы ертегі тыңдау

«Ең жақсы» ойыны

Қатысушылар екі топқа бөлінеді. Әр топқа мынадай нұсқау беріледі. Берілген мінездеме қай мамандыққа сай екендігін айту қажет. Ең ақшалы, ең жасыл, ең тәтті, еңкүлкілі, ең ұсқынсыз, ең қарым - қатынасы күшті, ең жауапты, ең салмақты

«Жағдайлы волейбол» ойыны

Психолог әділдік пен әділетсіздікті көрсететін жағдайларды айтады, сол арада дұрысжауапқа бала допты қағып алады, бұрыс жауапқа қағып алмайды

«Кездесу» ойыны

Жай әуенмен екі шеңбер болып қарама – қарсы айналады, әуен тоқтаған кезде бір -біріне қарап, баланың қасиетін айтады.

Ассосация « Жаңұя»

Психолог допты лақтыру арқылы ата - анаға сұрақ қояды, олар жауап береді.

«Сиқырлы жұмыртқа» ойыны

Әр бала жұмыртқа бейнесінде берілген формаларға жаңа зат пайда болатындай етіп,аяқтап сурет салады.

«Әркашан күн сонбесін!» жаттығуы

Тақтаға бұлт басқан күннің суреті ілінеді. әр бұлтта тапсырмалар берілген. Солардыорындау барысында күннің көзі ашылады.

Scanned with CamScanner

«Өкпені еріту» жаттығуы

Тып - тыныш денеңізді бос ұстап отырыңыз. Өзіңізді қара көлеңкеде театрда отырмындеп есептеңіз. Алдыңыздағы шағын сахнаға (ең жек көретін, көргіңіз келмейтін) сіз кешіруге тиісті адамды қойыңыз. Мейлі ол сізді қазір ренжітсін, бұрын ренжітсін, қазір өмірде бар болсын, әлде өмірден өтіп кетті ме, оған мән бермеңіз. Көз алдыңызға елестеткенде оның жағдайы жақсы, жүзіне күлкі үйірілген жағдайда болуы керек.

Оны бақытты деп біліңіз. Бірнеше минут оның жүзін анық көз алдыңызда ұстап тұрыңыз. Сонан соң барып ол бейнемен қоштасыңыз. Сіз кешірген адам кетісімен сізөзіңізді сахнаға қойыңыз. Өзіңізді де тек жақсы жағдайда елестетіңіз. Бақытты, күлкіүйірілген жүзбен тұрыңыз. Бұл әлемдегі жақсылық барлығыңызға да тең жететінін ұғыңыз.

«Тазару» жаттығуы

Терең дем алып, демді барынша қайта шығарыңыз. Денеңізді босатыңыз.

Өзіңізге былай деңіз: Мен омір сүруіме кедергі келтіретін барлық өкпе, реніштен тазарғым келеді. Мен барлық қысымнан осылайша босаймын. Барлық ескі реніш, өкпелерден құтылғым келеді. Мен жанға рахат жайбарақаттылықты сезінемін.

Мен өз қалпымдамын. Өз өмірімнің ағынымен барамын Бірақ өкпені ұмыттым, кештім.

Scanned with CamScanner

ГИПЕРБЕЛСЕНДІ БАЛАЛАРДЫ ЖАТТЫҒУЛАР МЕН ОЙЫНДАР АРҚЫЛЫ ТЫНЫШТАНДЫРУ

Жаңа ғасыр білім беру жүйесіне жаңа міндеттер жүктеп отыр. Білім берудің мазмұны жаңарып, жаңа көзқарас, жаңаша қарым — қатынас пайда болды. XXI ғасырда ерекше қажеттіліктері бар балалардың толыққанды өмір сүруіне жаңа мүмкіндіктер ұсынылып келеді. Нақтырақ айтқанда, олар кәдімгі мектепке дейінгі мекемелерге бара алады. Осы кезде инклюзивті білім беру жүйесі ерекше балалар үшін қоғамға бейімделудің жаңа тәсілі ретінде қарастырылатынын айта кеткен жөн.Бұл жүйенің басты ерекшелігі балалардың диагнозын қиындық деп қабылдамай, керісінше оны танып білудің жаңа мүмкіндігі деп қарастыру. Халық арасында осы түсінік қалыптаса бастаған кезде, ерекше жандарға жаңа мүмкіндіктер ашылады. Дегенмен, мектептердің жағдайы ерекше қажеттіліктері бар оқушыларды қабылдауға әлі дайын емес.

Гипербелсенді баланы тәрбиелеу оңай емес. Р. Кэмпбелл айтуы бойынша ата-аналар төмендегі **3 қателікке** жол береді:
олар ақыл айтып, бақылап жүріп, онымен әңгімелесуді ұмытып кетеді,
бала тәрбиесінде қатаңдық таныtпай, оның тәрбиесін үнемі қадағалап отырмайды,
ашуын бақылауда ұстаудың дағдыларын үйретпейді.

«Ашуды бақылауда ұстау» атты кітап авторлары баланың ашулы кезінде ата-аналарға тиімді және тиімсіз қарым-қатынас түрлерін мысал ретінде ұсынады:

Тиімді:
- балаға тыныштalуға мүмкіндік беру;
- баланың дәлелдерін зейінмен тыңдау;
- өзінің сезімдерін анық және дұрыс жеткізу;
- қалыптасқан жағдайдан шығудың дұрыс жолдарын көрсету;

Тиімсіз:
- баланы жазғыру;
- оны мұқатып, келтірген дәлелдерін күлкіге айналдыру .

Зейін жетіспеушілігі синдромы бар балаларды емдеу мен бақылаудың жүйесінің әлі де зерттелмеуі бұл аурудың патогенезінің анықталмағанымен байланысты. Оны емдеудің дәрімен емдеу және дәрі-дәрмексіз емдеу әдістері белгілі.

Scanned with CamScanner

Дәрі-дәрмексіз емдеу әдістерінің қатарына психотерапиялық, педагогикалық, нейропсихологиялық коррекция жатады. Гипербелсенді балаға 12 баладан артық емес топта, сабақ ұзақтығы 30 минутқа дейінгі уақыт аралығы және бірінші партада отыру ұсынылады.
Себебі:бұл баланың мұғалімге қарап отырып, зейіннің шоғырлануын қамтамасыз етеді. Ата-аналармен психотерапиялық жұмыс жүргізу барысында баланың іс-әрекетін «бұзықтық» деп қабылдамай, оған түсіністікпен және сабырлы көзқараспен қарау керектігі айтылған жөн. Сондай-ақ ата-аналар гипербелсенді баланың күн тәртібінің сақталуын, яғни ұйқыға, демалуға жеткілікті уақыт бөлінуін қадағалау керек. Осы орайда гипербелсенді балалардың ашушаң, қозғыш екенін естен шығармай, адамдар көп жиналатын іс-шаралардан алыс ұстағаны дұрыс. Мұндай балаларда зейін шоғырлануында қиындықтары бар болғандықтан белгілі уақыт аралығына бір тапсырма беру керек. Ойын кезінде баланың достарының салмақты болуы шарт.

Зейін бұзылуы мен гипербелсенділік белгілері бар балаларды тиімді емдеу үшін бала мен оның ата-анасына әртүрлі психологиялық әдістерді қолдану, сонымен қатар **дәрімен емдеу** арқылы қол жеткізуге болады. Дәрігерлер гипербелсенді баланы сабырлы тұрғыда тәрбиелеу үшін түрлі үйірмелерге қатыстырған жөн деген пікірде. Сурет салу өнері мен мүсін жасату, спорттық жаттығуларға ден салу олардың бойындағы орасан зор күш-қуатты шығарып тұруға көмектеседі. Оның бойындағы мол күш-қуат қоры 13-15 жасқа дейін сейілмейді, сол аралықта ата-анасы баланы жаксыға бағыттаса жаксы азамат болып есейеді де, құлықсыз қараған жағдайда өмір жолы қиын адамдардың қатарын толтырады. Гипербелсенді бала алғыр және қиялы ұшқыр боп жетіледі.

Әр топта гипербелсенді балалар бар. Олар тек өжет емес, шулы немесе жылдам қимылдайтын балалар. Мұндай балалар ұзақ отыра алмайды, білімге деген ұмтылысы тұрақты емес, өз эмоцияларын, тілегін ұстап тұра алмайды және өзінің жүріс-тұрысын басқара алмайды. Егер осындай балалар сіздің тобыңызда кездессе, гипербелсенді тәрбиеленуші мен хореликтерді айыра білу керек. Осы тектес проблеманы педагогтермен, психологпен ұжымдасқан түрде шешкен жөн және осыдан кейін ғана невропатологтың көмегіне жүгіну керек. Гипербелсенділіктің себептері мұрагерлікпен берілуі мүмкін, баланы іштен жарып алғаннан кейін немесе шала туылудың, туу кезіндегі зақымдардың, өмір сүру жағдайы мен қоршаған ортаның және т. б.

Scanned with CamScanner

салдары болуы мүмкін. Гипербелсенді баланы емдеудің қажеті жоқ, жай ғана оны артық белсенділіктен арылтыңыздар.Әр топтарда тек тыңдайтын, тәртіпті, жауапты, байсалды балалар оқығандығын бәріміз қалаймыз. Бұл біздің әрқайсымыздың арманымыз!

Не істеуге болады?

«Мұндай балаға қысым жасамаңыз! Оның еш пайдасы жоқ. Сонымен қатар оған жоғары талаптар қоюдың және қарым-қатынас орнатуда артық жұмсақтық танытудың қажеті жоқ! Қалай болғанда да артық кетпеңіз. Мұндай тәрбиеленушіге әртүрлі жағдайларда өзін-өзі ұстаудың барлық қағидалары нақты түсіндірілуі керек. Сонымен қатар тыйымдардың, шектеулердің санын барынша азайтқан дұрыс!» Мен меңгерген тағы бір қағида: гипербелсенді балаға үнемі айналу, қимылдау ауадай қажет, себебі оның жеткіліксіз физикалық белсенділігі аса жоғары сезімталдыққа алып келуі мүмкін. Мектеп жасына дейінгі жастағы балалардың гипербелсенділік белгілерін түзетуге арналған эксперименттi ұйымдастырудың жолдары бірнеше әдістерін қарастырсақ.

Психотерапияның маңызды салаларының бірі қазіргі таңда **арт-терапия** болып табылады. Алғашқы арт-терапия түсінігі енгізілген кезде оны тек сырқат, ауру немесе демалыс үйіндегі емделушілерге ғана қолданған болса, қазіргі кезде оның қолданыс аясы, шеңбері кеңеюде, яғни, бұл терапия баланың шығармашылық қабілетін дамытып қана қоймай, баланың бойындағы ресурстарының мүмкіндігін түсініп, ашуға да жағдай жасайды.

Арт-терапия бейнелік өнер арқылы жанның дамуы мен емдеудің табиғи және қолайлы әдісі. Арт-терапия терминін ғылымға 1938 жылы Адриан Хилл енгізді. Арт-терапия ағылшын тілінен аударғанда шығармашылық терапия деген ұғымды білдіреді.

Құыршақ-терапиясы. Құыршақ-терапияның рөлі түрлі аспектілерде қолданылады. Құыршақ-терапия сөзін қазақшаға тікелей аударғанда «құыршақ арқылы қамқорлық жасау, емдеу» деген мағынаны білдіреді. Аталған терапияның түрі қазіргі таңда үлкен жетістіктерге ие. Құыршақ арқылы адамның ішкі болмысын тануға болады. Дәлірек айтқанда, баланың немесе ересек адамдардың ішкі дүниесімен сырласуына мүмкіндік беретін ем түрі. Ұсынылып отырған саусақтарға киілген құыршақтар балалардың психикалық денсаулықты жақсарту, әлеуметтік бейімделуді дамыту, танымдық белсенділігін арттыру, қызығушылығын және шығармашылық қабілеттерін қалыптастыру, баланың эмоцияналдық және адамдық дамуын арттыру, денсаулық жағдайларын

Scanned with CamScanner

қалыптастыруда ең тиімді әдісі болып табылады. Бұл әдісті пайдалану — уақытша психикалық дағдарысқа ұшыраған немесе дамуында ауытқуы бар балалармен жұмыс жасайтын мектепке дейінгі мекемелерге ең пайдалы жұмыс түрі.

Ойын терапиясы. Бұл терапияны жүргізу балалардың әлеуметтік және психологиялық мәселелерді жеңу үшін, жеке және эмоционалды дамуы үшін арнайы ойындар қолданады. Егер бала ойынға белсенді және бар ықыласымен қатысса емдеу әсерлі болады.

Ойын баланың психологиялық ахуалын сақтауға, оның қоғаммен қарым-қатынасын анықтауға, ересек өмірге дайындайды. Ойын балаға белгілі дағдыларды меңгеру үшін, сонымен қатар қарым-қатынасты, өмірге деген құлшынысын арттырады, эмоционалды және физиологиялық жағдайын жақсартады. Ойын психологиялық күйзелістен шығу үшін емдеудің бір тәсілі ретінде қолданылады. Бала ойынға өз еркімен қатысып, ойыннан қуаныш рахатын көру керек. Әсіресе бұл гипербелсенді балалардың қатысуымен ойын өткізу барысында эмоционалды әсерін мөлшерлеп, өзін калай сезінетінін бақылау керектігін айта кеткен жөн.

Құм терапиясы — адамға өзінің жан дүниесіндегі өз «Менін» танытуға, өзіне өте маңызды, жан тебірентерлік және құпиясының ашылуына көмектеседі.Құмның адам ағзасына тигізер әсері мол. Әсіресе балалардың ұсақ қол моторикасын дамытып, олардың психикасын реттейді. Саусаққа тиген құм түйіршіктері әрбір ұйықтап жатқан қолдың жасушаларын оятады, жүйкесін тыныштандырады. Құмның бала психикасының жағымсыз қуатын жоқ қылатын сезімталдық жай күйді реттейтін қасиеті бар. Құм балаларға магнит сияқты әсер етеді. Ол суды сіңіру қасиетіне ие. Ғалымдар құм барлық ауыр психологиялық энергияны сіңіріп, адамның энергетикасын тазалап, эмоционалдық күйді орнықтырады дейді.

Музыка терапиясы мен бейнелеу терапиясының біріктіріліп өткізілуі арқылы арт-терапия бойынша шығармашылық тапсырма беруге болады. Тыныштандыруға арналған әуен қосылады. 4-5 топқа балаларды топтастырып, «Менің бақытты балалық шағым» тақырыбы аясында тапсырма беріледі. Балалар тек саусақтарымен сурет салады. Бұл баланың миының психикалық қызметінің (зейін, еске сақтау, ойлау қабілетін, сөйлеу) дамуына және қол мен саусақ икемділігін дамытуға арналған тапсырма. Берілетін уақыт әуен біткенше. Әр топтың жұмысы қорғалады. Жұмыстың бұл түрі көп жағдайда балалардың көңілінен шығып жатады.

Scanned with CamScanner

Енбекке катыстыру әдісі:Топтағы белгілі рөлдердің немесе қызметтердің көмегімен балаға өзінің қажеттілігін, пайдалылығын, қатыстылығын сезінуге мүмкіндік беру. Мысалы, осындай баланы өзіңіздің көмекшіңіз етіп тағайындаңыз. Ол сізге сабаққа арналған көрнекілік материалдарын, керек-жарақтарды және т. Б. таратуда қуана-қуана көмектеседі. Оның топта жұмыс істеуіне режиссердің, топ көшбасшысының, бастамашысының, аниматордың, актердің ролі көмектеседі, яғни белсенді қызмет міндеттеріне немесе оқу қызметіне катысты көзқарастарға негізделген рольдер мен қызметтер.

Ойын түрінде оқыту әдісі.

Ойын әдістері сабақтың мақсаттары мен міндеттеріне байланысты қолданылады. Олар тәрбиеленушілер үшін үнемі қызықты. Көптеген қызмет түрлерінде: ән айтуда, тыңдауда, композицияда балалар музыкалық ойындарды аса қызығушылықпен ойнайды. Ойын барысында тәрбиеленушілердің барлық психологиялық типтері өздерінің шығармашылық мүмкіндіктерін ашады.

Сұр қоян жуынады.

Мақсаты: Қимыл қозғалыс қабілеттерін арттыру, тілдерін дамыту, ептілікке тәрбиелеу.

Шарты: Балалар шеңбер жасап тұрады. Қоян болған бала ортаға шығады.

Балалар: Қоян, қоян тұршы,
Беті, қолды жушы
Айнаға қарашы
Шашыңды тарашы
Енді бізді қушы.

Қоян қимылмен көрсете отырып жасап, тұрады. Енді бізді қушы дегенде, балаларды қуа жөнеледі.

Ойын 4-5 рет қайталанады.

Аттар

Мақсаты: балаларды ойынның шартын бұзбай ойнауға, белгі бойынша, мәтіннің сөзіне сай қимыл-қозғалыс жасауға дағдыландыру, зейіндерін, байқағыштықтарын, жүгіру мен жүру дағдыларын дамыту.

Шарты:Балалар екі бірдей топқа бөлінеді. Біреулері – аттар болады, басқалары – шабарман болады. Шабарманның қолында -ауыздық. Аланның басқа жағында- аттар жайылатын жер, бұнда аттар тұрады, баска жағында шабармендар. Тәрбиеші: «Шабармандар, тұрындар, тезірек аттарды дайындандар!»- дегенде шабармандаратған түсін, аттарды жайылымға жіберіп, өздерінің орындарына барады.

Scanned with CamScanner

«Шабармандар, аттарыңды ұстаңдар»,- дегенде әркайсысы өздерінің аттарын ұстайды. «Аттарыңды ат қорға апарыңдар»,- дегенде апарады. Ойын 3-4 рет қайталанады.

Ұсыныс: ойында жүгірумен жүгірудің түрлерін кезектестіруге болады.Ойынды түрлендіруге болады: ат шабуы, орманға саяхат, т.б..

Тыныстау гимнастикасы әдісі.

Гипербелсенді балалардың жүрек соғысы көбіне жиі болады, кекештеніп немесе өте жылдам сөйлейді. Мұндай жағдайда тыныстау жаттығулары көмектеседі. Оны кейіпке ену арқылы орындауға болады, ал тікелей тәрбиешінің тура нұсқаулары немесе ұсыныстары бойынша орындалмайды.

1-ші жаттығу. Балаға ыдыстағы өсімдікті немесе базадағы гүлді иіскеуге мүмкіндік беру. Және де мұны ойнақы түрде орындау керек. Гүлді әртүрлі көңіл-күймен иіскеуді ұсыныңыз. «Балалар! Біздің гүліміздің иісін анықтайық! Бірақ оны күліп тұрып жасайық. Күліп тұрып тереңнен тыныстау…, деміңді шығар, демал, деміңді шығар!» немесе: «Дәл осыларды мұңды түрде қайталаймыз! Демал, деміңді шығар! Ал енді күліп тұрып демаламыз, мұңайып демді шығарамыз». Осылай бірнеше рет қайталаймыз. **2-ші жаттығу**: «Қысқа тыныс алу қимылдарын орындаймыз, оны орындау кезінде өзімізді бу шығарушы шәйнек ретінде елестетеміз. Осыны дем шығарған кезде «у-у» дыбысымен орындаймыз».

Гипербелсенділік белгілері баланың бойынан жасөспірім шақта мүлде жоғалып кететін жағдайлар да көптеп кездеседі. Баланың ағзасының өсіп, жетілуіне байланысты кейбір белгілер мүлдем жоғалады. Алайда зейін жетіспеушілігі мен гипербелсенділік синдромының 30-70% ересек адамдарда да байқалады.

Гипербелсенді баланың қоғамға бейімделуін қамтамасыз ету үшін жанұяның және мектепке дейінгі мекеменің, қоғамның ынтымақтастығы қажет.

Егер де біз балалардың бойындағы гипербелсенділікті барынша азайту жолында дұрыс жұмыс жүргізетін болсақ, сонда ғана дені сау, жан-жақты дамыған ұрпақ тәрбиелей алмақпыз.

Scanned with CamScanner

Гиперактивті баланы калай анықтауға болады?

«Гиперактивтілік синдромын» невропатолог анықтайды. Диагнозға сәйкес түзету әрекеттерін бастаған жөн. Ата-аналардың, ересектер мен тәрбиешілердің түсінуінше – гиперактивтілік баланың шектен тыс белсенділігі, алайда іс жүзінде бұл ұқыпсыздық және албырттық екендігі дәлелденген.Егер диагноз қойылмаса, ал баланың бойында гиперактивтілік анық білінетін болса, педагогтар мен ата-аналар бақылау жүргізулері тиіс.

Іс жүзінде гиперактивті баланы анықтау критерийлері:

I. Қозғалыс кезіндегі белсенділік.

Растау: Иә, Жоқ.

1 Қимылдары сабырсыз (саусақтарымен тықылдатады, биік жерге шығып
кетеді, ерекше қимылдар жасайды)
2 Бір орында оның іші пысады.
3 Үнемі қозғалыста жүреді.
4 Көп сөйлейді.
5 Ерте жастан аз ұйықтайды.

II. Белсенді назардың жетіспеушілігі.

Растау: Иә, Жоқ .

1 Іс-әрекеттері сәйкес емес.
2 Іс-әрекеттерді ұйымдастыруы киын.
3 Іс-әрекеттері аяқталмайды.
4 Сөзді соңына дейін тыңдамайды.
5 Мінез құлқында тұрақтылық жоқ.
6 Берген тапсырманы орындауға белсенді кіріседі. бірақ аяғына дейін бітірмейді.
7 Заттарын жоғалтады.
8 Логикалық ойлауды қажет ететін тапсырмалардан қашқақтайды.
9 Бәрін жиі ұмыта береді.

III. Албырттық

Scanned with CamScanner

Растау: Иә. Жоқ.
1 Өз әрекеттерін бақылай алмайды.
2 Ережелерге бағынғысы келмейді.
3 Қойылған сұраққа алдына ала жауап береді.
4 Сабақта, ойын кезінде кезектілікті күтпейді.
5 Сөйлеп тұрған адамдардың сөзіне араласады және тыңдамайды.
6 Зейінін жұмылдыра алмайды.
7 Марапаттауды кейінге қалдыруға мүмкіншілігі жоқ.
8 Мінез-құлқының вариативтілігі (бір сабақтарда сабырлы, басқаларында
керісінше, мазасыз).

Гиперактивті балаға калай көмектесуге болады?

Гиперактивті баланың ерекшеліктерін ескере, онымен жұмыс көлемін азайта және аздаған үзілістер жасай отырып, күннің бірінші жартысында жұмыс жүргізу керек. Жұмысты бастар алдында, жұмысты орындау ережелері және жақсы орындаған жұмысы ол міндетті түрде көтермеленетіні туралы алдын ала сұхбат жүргізген жөн. Бұндай балалар үшін – мақтау басты түрткі. Гиперактивті баланы ойынға тарту Ойынды (әсіресе көп козғалысты) таңдауда, гиперактивті баланың: ережеге ұзақ бой үйрету, тез шаршау, нұсқауды соңына дейін тыңдай алмау сияқты жеке ерекшеліктерін ескеру қажет. Ойын кезінде олар өз кезегін ұзақ күте алмайды және басқалардын пікірімен санаспайды.

Гиперактивті баланың ата-аналарымен жұмыс.

Ата-аналар бойындағы қысылушылық сезімін азайту және балалар мен ата-аналар қарым-қатынасын жақсарту үшін балабақшада көп мәрте тексеруден өткен әдіс бар. Ол педагог пен ата-аналар арасында карточканың көмегімен хат алмасудан тұрады. Күн соңында педагог бала туралы ақпаратты алдын ала дайындалған картон қағаздан жасалған карточкаға жазады. Бұл ретте шартты талап міндетті түрде орындалуы тиіс: акпарат тек жағымды түрде берілуі тиіс. Егер ата-аналар баланын тәрбиесіне педагогтармен тығыз байланысу арқылы қараса және педагогпен бір бағытта өзара әрекеттесетін болса, бала одан үлкендердің

Scanned with CamScanner

нені талап ететінін түсіне бастайды. Бұдан басқа, жұмыстың карточкамен алмасу сияқты осындай нысаны педагог пен ата-аналар арасындағы өзара түсіністік пен сенімді қарым-қатынасқа ықпал етеді.

Scanned with CamScanner

Ата-аналарға арналған жадынама

Балабақшаға келгенге дейін балаға не үйрету керек	
1	Өз қажеттіліктерін қоғамда қолайлы тәсілдермен қанағаттандыру Балаңызға дәретханаға өз бетімен баруға, қолыңызды жууға және сүртуге, тамақтану кезінде қасық пен шыныаяқ қолдануға, шешінуге және киінуге үйретіңіз. Балабақшадағы тәрбиешілер балаға көмектесе алады, бірақ бірден емес, әрдайым толық емес, өйткені топта балалар көп. Сонымен қатар, мұндай көмек баланың жеке шекарасын бұзады және оның дербестігіне жол бермейді
2	Басқа балалармен және ересектермен сөйлесу Баланың қарым-қатынас тәжірибесін байытыңыз – қонаққа барыңыз, балалармен таныстарыңызды үйіңізге шақырыңыз, ойын алаңдарында және қалада жиі серуендеңіз. Баланы өзіңізбен бірге сауда орталықтарына апарыңыз. Баланы басқа балалармен сөйлескенде, олар бір-бірімен ойыншықтармен бөліскенде мақтаңыз. Басқа балаларды ренжітуге болмайтынын түсіндіріңіз
3	Өз бетінше ойнау Мультфильмдер мен гаджеттермен ойнаудың орнына баланы ойыншықтар ойнауға үйретіңіз. Ойындарды өз бетінше таңдап, ойнай алатын бала қоршаған әлемді және заттардың қасиеттерін зерттейді, бұл танымдық дамуды қамтамасыз етеді Ойында бала мақсат қоюға және оған жетуге, қиындықтарды жеңуге үйренеді. Өздігінен ойнау дағдылары балаға балабақша тобында өзін сенімді сезінуге көмектеседі
4	Балабақша режимінде өмір сүру Үй режимін реттеңіз және балабақшамен бір уақытта таңғы ас, түскі ас, түстен кейінгі тағамдар, кешкі ас, тыныш сағат және серуендеңіз. Біртіндеп жаңа режимге өту керек. Кейбір сарапшылар балабақша режимі бойынша екі ай, басқалары кем дегенде екі апта өмір сүруді ұсынады, сондықтан баланың жағдайы мен сипатына сәйкес мерзімді таңдаңыз
5	Балабақшада не ұсынылады, соны жеу Балабақша мәзірінде бар тағамдарды біртіндеп енгізу маңызды. Мысалы, жарма, бәліш, омлет, кисель. Егер үйде тамақтану мәселесінде консервативті баланы дайындамаңыз, содан кейін балабақшада бөгде тамақ оған негізгі қажеттіліктердің бірін қанағаттандыруға мүмкіндік бермейді. Демек, ол өзін жайлы сезіне алмайды

Scanned with CamScanner

Баланы балабақшаға психологиялық тұрғыдан қалай дайындау керек	
1	Неліктен балабақшаға бару керектігін түсіндіріңіз Үш жасқа дейінгі балаға «қажет» мотивін беріңіз: «Барлық ересектер жұмысқа барады, барлық балалар балабақшаға барады». Ересек болу, басқа балалармен ойнауды үйрену, тәуелсіз және батыл болу үшін балабақшаға бару керек деген мотив егде жастағы балаларға жарайды
2	Оң үміттерді жасаңыз және күшейтіңіз Балабақшалардың жанында серуендеңіз, бұл балалар ойнауға келетін жер екенін, онда бала көптеген жаңа ойыншықтар мен ойыншыларды табатынын айтыңыз. Бала балабақшаға баруды жаза деп санауы мүмкін емес. Бала балабақшада қалады және оны алмайды деп әзілдеп айтуға болмайды – бұл қауіпсіздік сезімін төмендетеді
3	Өмірде тұрақтылықты қамтамасыз ету Ең алдымен, отбасында қолайлы психологиялық жағдай болуы керек. Бала балабақшаға барар алдында кем дегенде бір ай бұрын жасаңыз немесе бейімделудің соңына дейін баланы басқа бөлмеге көшіру сияқты мүмкін болатын нәрсені қойыңыз
4	Балабақшамен кітаптар, фильмдер, ойындар арқылы таныстыру Баламен бірге «Мен балабақшаға барамын» сериясындағы кітаптарды оқыңыз. Тақырып бойынша мультфильмдер мен балалар фильмдері қолайлы. Балаңызға ойыншықтар үшін балабақша ұйымдастыруды ұсыныңыз, онда сіз тәрбиеші боласыз және режимдік сәттерді: тамақтану, серуендеу, сабақтар, ойындар ойнаңыз
5	Ажырасуға және ата-ананың қайтып келуіне үйрету Бала ата-ананың баланы балабақшада мәңгі қалдырмайтынын және міндетті түрде оның артынан оралатынын білуі керек. Баланы сенетін адаммен қалдыруға тырысыңыз және қысқа уақытқа кетіңіз. «Жоғалып кетпеңіз»: балаңызбен қоштасыңыз және қайтып келемін деп айтыңыз. Мүмкіндігінше, қашан оралғаныңызды нақтылаңыз және бала сізге сенуді тоқтатпауы үшін уәдені орындағаныңызға көз жеткізіңіз. Баланы тез қоштасудың позитивті ойын рәсімі ажырасуға үйретуге көмектеседі: мысалы, бір-бірінің бетін ұрып-соғу немесе жұдырығын қағу туралы келісіңіз
6	Баланы тәрбиешілермен таныстыру Балаңызға тәрбиешілермен қалай қарым-қатынас жасау керектігін айтыңыз, әсіресе қиын жағдайларда. Егер ол ренжісе не істеу керек. Тәрбиеші әрдайым топтағы балаға көмектесетін сенімді және мейірімді адам екенін айтыңыз

Scanned with CamScanner

Бейімделу кезеңінде баламен қалай әрекет ету керек	
1	Қоштасу тез, көңілді және бір рет Байқатпай шығып кетпеңіз. Қоштасу рәсімін қолданыңыз. Баланы жақсы көретініңізді, жұмыстан кейін оған оралатыныңызды айтыңыз. Балаңызға қайтып келмеу үшін бірден қажет нәрсенің бәрін беріңіз – егер сіз қайтып оралсаныз, оларла қайталан күйзеліс болады. «Терезеден қол бұлғау» туралы келіспеңіз – осыған байланысты бала сағынышқа батуы мүмкін
2	Қыңырлығы мен жылағаны үшін жазаламаңыз Сабырлы әрекет етіңіз, басқалардан оқшаулаңыз, құшақтаңыз, сипаңыз. Егер баланың эмоцияларына не себеп болғаны белгісіз болса және ол сөйлей алса, оның себебін ақырын сұраңыз, мұқият тыңдаңыз, жетекші сұрақтар қойыңыз: «Сен ренжідің бе?», «Көңілсізсің бе?», «Қаламайсың ба?». Егер себеп түсінікті болса, айтыңыз. Баланың сезімін түсінетіндігіңізді көрсетіңіз, бірақ оны не үшін мазалайтынын түсіндіріңіз. Жақсы нәрсемен аяқтаңыз, бірақ ол қыңырлықты тоқтатқаны үшін «бонус» ұсынбаңыз
3	Балабақшада күн қалай өткенін сұраңыз Түскі асқа не бергенін, олар не ойнағанын, не үйренгенін сұраңыз. Жағымды сұрақтар қою керек. Баланы ренжітті ме, оған жаман болды ма деп сұрауға болмайды – егер ол болса, баланың өзі негативпен бөліседі. Баланың жауаптарын мұқият тыңдаңыз, барлық жақсы нәрселер үшін мақтаңыз
4	Тыныштық пен махаббат сезімін қамтамасыз етіңіз Бейімделу кезеңінде баланы жаңа ақпаратпен шамадан тыс жүктемеңіз – бұл оны шамадан тыс шаршатады. Шулы адамдарды үйге шақырудан бас тартыңыз, тыныш ортаны сақтаңыз. Балаңызға оны жақсы көретініңізді айтыңыз, маңызды ережені сақтағаны және балабақшаға барғаны үшін мақтаңыз
5	Өз эмоцияларыңызды басқарыңыз Баланың көзінше балабақша немесе тәрбиеші туралы алаңдаушылық туралы айтпаңыз. Сіздің сенімсіздігіңіз оған да беріледі. Балаңызды балабақшаға бергіңіз келмейтінін көрсетпеңіз. Бала мұны сезеді және тәрбиешіні оны анасынан бөлетін адам ретінде қабылдайды. Баланың балабақшаға бармауынан «екінші реттік пайда» алып жатқаныңызды қадағалаңыз. Егер солай болса, оның себептерін қарастырыңыз
6	Балабақшаның жағымсыз бейнесін жасамаңыз Балаңыздағы балабақша немесе тәрбиешілер туралы жаман ештеңе айтпаңыз. Баланы педагогпен қорқытпаңыз: «Қатты айқайламаңыз! Қазір Алма Манапқызы саған ұрсады»

Scanned with CamScanner