

Бекітемін:

№32 «Қуаныш» балабақша меңгерушісі

Лекерова Р.А.



Психологиялық қызметтің ата-аналарға арналған жоспары

2025-2026 оқу жылы

№	Іс-шаралар	Жұмыс бағыты	Нысаналы топ	Орындау мерзімі	Орындау нысаны	Жауапты
1	Ата-аналар жиналысы «Балабақшада бірінші рет» (Ортаңғы топтағы балалардың жаңа ортаға бейімделуін жеңілдету бойынша ата-аналарға ұсыныстар)	Профилактикалық және ағарту	Ортаңғы топ ата-аналарына	Қыркүйек	Хаттама	Жолаушыбаева Л.А
2	Балабақшадағы «Психолог бұрышына» арналған жадынамалар дайындау: «Жаңа ортаға бейімделу», «Балалардың жас ерекшеліктері», «Ойын кезіндегі баланың дамуы», «Отбасындағы психологиялық ахуал», «Баланы үй жағдайында қалай мектепке дайындауға болады» және т.б.	Профилактикалық және ағарту	Барлық ата-аналары мен педагогтерге	Жыл бойы	Хаттама	Жолаушыбаева Л.А
3	Балабақшаға балаларды бейімдеу бойынша ата-аналарға кеңестер, ұсыныстар беру.	Кеңес беру	педагогтар ата-аналар	Қыркүйек Қазан	Хаттама	Жолаушыбаева Л.А
4	«Балалардың психикалық денсаулығын қалай сақтауға болады?»	Профилактикалық және ағарту	Жалпы ата-аналар жиналысы	Қыркүйек	Хаттама	Жолаушыбаева Л.А
5	"Үш жастағы дағдарыс. Бұл не?"	Профилактикалық және ағарту	Ортаңғы топ балаларының ата-аналарына буклеттер	Қазан	Хаттама	Жолаушыбаева Л.А
6	Балаларды тәрбиелеу және дамыту мәселелері бойынша, балалар-ата-аналар қатынастары бойынша ата-аналардың жеке консультациялары.	Консультация	Ата-аналар	Жыл бойы	Жадынама	Жолаушыбаева Л.А
7	«Мен және менің балам»	Тест	Ата-аналар (ересек топтар)	Қаңтар	Анықтама	Жолаушыбаева Л.А.
8	Ата-аналарға сауалнама "Сіздің баланыз мектепке дайынба?"	Сауалнама	Ата-аналар	Сәуір	Анықтама	Жолаушыбаева Л.А

Жаңа ортаға бейімделуі ата-аналарға өткізілген жиналыс

хаттамасы № 3

Тақырыбы: Жаңа ортаға бейімделуі

Күні: 2025 жылдың 25 қыркүйек

Уақыты: 17:00

Өткізілген орны: «Раушан», «Аюқұпар» ортаңғы топтары

Жиналысты жүргізуші: Психолог Л.Жолаушыбаева

1. Кіріспе сөз

Жиналыс басталмас бұрын психолог жиналған ата-аналарға 3 жастағы баланың жаңа ортаға бейімделу процесі туралы түсінік берді. Бұл кезең бала үшін өте маңызды және қиын болуы мүмкін, себебі бала жаңа жағдайлармен таныса отырып, өз эмоциялары мен мінез-құлқын реттеуді үйренуі қажет.

2. Баланың жаңа ортаға бейімделуі

2.1. Бейімделу процесінің ерекшеліктері

- **Эмоциялық дағдарыс:** Жаңа ортада балада эмоциялық реакциялар (қорқыныш, мазасыздық, ашулану) пайда болуы мүмкін. Бұл табиғи процесс, себебі бала жаңа жағдайларға бейімделіп, өзін жаңа ортада қалай сезінетінін түсінуге тырысады.
- **Қоршаған адамдарға сенімсіздік:** Баланың жаңа адамдарға, әсіресе тәрбиешілер мен басқа балаларға сенімділігі қалыптасуы уақыт алады.
- **Балада тәуелсіздікке ұмтылу:** Бұл жастағы балалар тәуелсіз болуға ұмтылады, бірақ жаңа ортаға келгенде олар көп жағдайда ата-ананың немесе тәрбиешінің көмегіне мұқтаж болады.

2.2. Бейімделудің негізгі кезеңдері

- **Алғашқы күндер:** Баланың жаңа ортаға кіргенде эмоциялық қысым мен қорқыныш сезінуі мүмкін. Осы уақытта ата-аналар балаға толық қолдау көрсетуі тиіс.
- **Ортаның өзгеруі:** Бірнеше күн өткен соң бала жаңа ортаға үйрене бастайды, бірақ толық бейімделу үшін біраз уақыт қажет.
- **Толық бейімделу:** Қауіпсіздік сезімі пайда болып, бала жаңа жағдайларға үйрене бастайды. Бұл кезеңде балалар өздерін белсенді түрде қатысуға ынталанады.

3. Ата-аналарға ұсыныстар мен кеңестер

3.1. Баланы сабырмен және сүйіспеншілікпен қолдау

- Бала жаңа ортаға бейімделу кезінде ата-аналардан тұрақты қолдау алу өте маңызды. Баламен сөйлесіп, оның эмоцияларын түсініп, сенімділігін арттыру қажет.
- Баланың қорқынышы мен мазасыздығын жеңу үшін оны тыныштандырып, сенімділік білдіру керек.

Ата-анаға жеке кеңес беру хаттамасы

Тақырыбы: Баланың балабақшаға келгісі келмейтіндігі туралы кеңес беру

Өткізу күні: 23.10.2025

Қатысқандар:

- Ата-ана: Әлімжан Әліхан анасы
- Психолог: Жоланұшыбаева Л.

1. Кеңес беру мақсаты мен барысы туралы түсінік

Психолог кеңес беру мақсатын түсіндіріп, ата-ананың сұрауы бойынша баланың балабақшаға келгісі келмейтіндігі мәселесін талқылауға бағытталғанын айтты.

2. Баланың балабақшаға келмеу себебін анықтау

Ата-ана баласының балабақшаға баруға деген қарсылығын және осыған байланысты туындаған мәселелерді түсіндірді. Баланың белгілі бір жағдайда (мысалы, таңертең немесе таңғы уақытта) жылап, балабақшаға барудан бас тартуы байқалған. Бұл мінез-құлықтың түрлі себептермен болуы мүмкін екендігін айтты, мысалы:

- Баланың жаңа ортаға бейімделе алмауы.
- Үйден тыс жерде эмоциялық қауіпсіздік сезімінің болмауы.
- Балаға балабақшадағы белгілі бір жағдайлар немесе тәрбиешілердің қатаңдығы ұнамауы.
- Үйде ата-анамен тығыз байланыста болу қажеттілігі.

3. Баланы балабақшаға бейімдеу үшін ұсыныстар мен әдістер

Психолог баланы балабақшаға келуге ынталандыру және оның қорқынышын жеңу үшін бірнеше әдіс ұсынды:

- Қосымша уақыт бөлу: Баланың балабақшаға барғанға дейін үйде көп уақыт өткізіп, біртіндеп тәуелсіздікке үйрету.
- Жақсы әдеттерді қалыптастыру: Балабақшаға бару күнін біркелкі жасау және оны баланың сүйікті ісі ретінде көрсету. Мысалы, таңертеңгі рәсімдерге көңілді әуен қосып, ойын түрінде ұйымдастыру.
- Қолдау көрсету: Баланы балабақшаға жіберген кезде оны сүйіп, сүйіспеншілікпен шығарып салу, кету кезеңін қысқарту.
- Тәжірибе алмасу: Балаға балабақшадағы іс-шаралар, ойындар мен достар туралы әңгімелеп беру. Оның назарын жағымды жақтарға аудару.
- Қорқынышты жеңу: Егер бала балабақшада қандай да бір қиындықтармен кездессе, ата-ана оларды бірлесіп талқылап, шешуге бағытталған әрекеттер жасауы тиіс.

4. Ата-ананың сұрақтары мен пікірлері

Ата-ана баланың балабақшаға келуге деген қарсылығын қалай жеңуге болатыны жөнінде бірнеше сұрақ қойды:

- Бала көп жыласа, мен қалай әрекет етуім керек?
- Баланың әлі де үйде болғысы келетінін қалай түсінуге болады?
- Қалай тез бейімделуге болады?

Психолог ата-аналарға балалардың мінез-құлқын мұқият бақылап, оларды балабақшадағы жаңа жағдайларға біртіндеп үйретуге кеңес берді.

5. Қорытындылау және ұсыныстар беру

- Баланың эмоционалдық жай-күйін түсініп, оған қажетті қолдау көрсету қажет екендігін атап өтті.
- Балаға балабақшаға қатысты оң пікір қалыптастыру маңызды екені айтылды.
- Ата-аналарға баланың бейімделу процесін ұзақ мерзімде сабырмен бақылап, қажетті көмек көрсету ұсынылды.

Баланың психикалық денсаулығын қалай сақтауға болады?

ата-аналар жиналысының хаттамасы №11

Тақырыбы: «Баланың психикалық денсаулығын сақтау»

Күні: 2025 жылдың 26 қыркүйек

Уақыты: 17:00

Өткізілген орны: №32 «Қуаныш» балабақшасы

Жиналысты жүргізуші: Психолог Жолаушыбаева Л.

1. Кіріспе сөз

Психолог бүгінгі жиналыстың мақсатын түсіндіріп, баланың психикалық денсаулығын сақтау – өте маңызды мәселе екенін айтты. Психикалық денсаулықтың қалыпты болуы, балаға өмірде дұрыс бағыт алуына және әлеуметтік дағдыларын дамытуға көмектеседі.

2. Баланың психикалық денсаулығын сақтау мәселесі

2.1. Психикалық денсаулықтың маңызы

- Баланың психикалық денсаулығы оның оқу үлгеріміне, өзін-өзі бағалауға және қоршаған ортамен қарым-қатынас жасау қабілетіне тікелей әсер етеді.
- Психикалық денсаулықты сақтау – оның эмоциялық, мінез-құлықтық, когнитивті дамуына ықпал етеді.

2.2. Баланың психологиялық күйін бақылау

- Баланың психологиялық жағдайына көңіл бөліп, оның ішкі күйін бақылау қажет.
- Баланың эмоциялары, көңіл-күйі мен мазасыздығының өзгерістерін уақытында байқау маңызды.

2.3. Психикалық денсаулыққа әсер ететін факторлар

- Отбасындағы жағдай (отбасылық қарым-қатынастар, қолдау көрсету).
- Оқу жүктемесі мен әлеуметтік стресстер.
- Технологияларды қолдану мен әлеуметтік желілердің әсері.

3. Баланың психикалық денсаулығын сақтау жолдары

3.1. Жақсы отбасылық орта құру

- Баланың жан дүниесін түсіну, оған жылы қарым-қатынас көрсету, пікірлерін тыңдау.
- Отбасылық құндылықтарды нығайту (сүйіспеншілік, құрмет, қолдау).

3.2. Баланы эмоциялық жағынан қолдау

- Балаға өзін еркін әрі қауіпсіз сезінуге мүмкіндік беру.
- Баланың қуанышы мен қиындықтарын бірге бөлісу.

3.3. Дұрыс тамақтану және физикалық белсенділік

«Үш жастағы дағдарыс. Бұл не?»

Хаттама №10

Күні: 10.10.2025ж

Тобы: «Раушан», «Ақжұпар» тобының ата-аналары

Ортаңғы топ ата-аналар жиналысы кезінде «Үш жастағы дағдарыс. Бұл не?» тақырыбы бойынша кеңестер беріліп, буклеттер дайындалды. Балабақша психолгі Л.Жолаушыбаева сөз алды.

Үш жастағы дағдарыс — бұл баланың дамуының табиғи кезеңі, ол шамамен 2,5-3 жас аралығында басталып, 4 жасқа дейін жалғасуы мүмкін. Бұл кезеңде балада өзіндік тұлға ретінде қалыптасу процесі жүріп жатыр, және ол өз тәуелсіздігін сезінуге тырысады. Үш жастағы дағдарыс көбінесе эмоционалды және мінез-құлықтық өзгерістермен сипатталады, бұл кезең ата-аналар үшін күрделі болуы мүмкін.

Ата-аналарға кеңестер айтылды.

- **Шыдамдылық пен түсіністік танытыңыз:** Бала эмоциялық тұрғыдан тұрақсыз болуы мүмкін, сондықтан оған сабырлы әрі түсіністікпен қарау қажет.
- **Шекаралар мен ережелерді анық қойыңыз:** Бала өзін жеке тұлға ретінде сезінгенімен, ережелер мен шекаралар оның қауіпсіздігін қамтамасыз етеді.
- **Баланың өз бетімен әрекет етуіне мүмкіндік беріңіз:** Бала тәуелсіз болуға тырысады, сондықтан оған өз бетінше шешімдер қабылдауына мүмкіндік беру маңызды.
- **Қолдау көрсету:** Бала ашуланған кезде немесе қиын жағдайларға тап болғанда оны қолдап, өз сезімдерін реттеу жолдарын үйрету маңызды.
- **Жақсы мысал болыңыз:** Бала сізден үйренеді, сондықтан өзіңізді ұстай білу мен эмоционалды жағдайды басқару оның дамуына оң әсер етеді.

Әрі қарай Л.Жолаушыбаева Үш жастағы дағдарыс — бұл бала үшін маңызды даму кезеңі, ол ата-аналар үшін қиындық тудыруы мүмкін. Дегенмен, түсіністік пен қолдау көрсету арқылы бұл кезеңді оңай әрі табысты өтпелі уақытқа айналдыруға болады. Балаға өзіндік тұлға ретінде даму үшін кеңістік пен уақыт беру маңызды, ал ата-ананың рөлі — қолдау көрсету және бағыт беру керектігін айтып өтті.