

Қатысты: 35

Күн тәртібінде

1. Баланың балабақшаға бейімделуі

Сөз кезегі балабақша психологі Л.А.Жолаушыбаева ата-аналарға баланың балабақшаға бейімделуі жөніде қысқаша айтып өтті. Көптеген ата — ана өз балсының балабақшаға жылап, барғысы келмейтінін немесе бұрын сабырлы баласының балабақшаға барғаннан бастап агрессивті болып бара жатқанын байқайды. Өсіресе жыл басында. Бұл балардың адаптация кезеңі деп аталады. Адаптация баланың жаңа ортаға үйрену, дағдылануы, танысу кезіні болып табылады.

Бейімделудің 3 кезеңі бар:

1. Өткір кезең – ол кезеңде бала жәні ауырып қалуы, ұйқысы мен тәбеті бұзылуы мүмкін. Мінез-құлқы өзгеруі мүмкін (қырсықтық т.б.)
2. Бейімделудің өзі – ол кезеңде бала жаңа жағдайға ақырындап үйренісе бастайды, мінез-құлқы қалпына келе бастайды.
3. Орнын басу, орнына келу – ол кезеңде бала өзін еркін сезіне бастайды, балабақшаға еш кедергісіз келеді.

Жалпы бейімделудің 3 түрі бар:

1. Жеңіл бейімделу.(10-15 күн)
2. Орташа бейімделу (1 ай)
3. Ауыр бейімделу(2-6 ай аралығы).

Келесі сөз кезегі Талғарова Айша ата анасы сөз алды. Айшаның бейімделуі орташа бейімделу түріне жататынын айтты. Әріқарай басқада ата-аналар сұрақ-жауап арқылы өз ойларымен бөлісті.

Ата-аналарға бала тез бейімделіп кетуі үшін ұсыныстар берілді.

Шешімі:

1. Баланың бейімделу кезеңінің жұмыстарымен таныстырылды.
2. Жұмыс барысында ата-аналармен бала бақшаның арасында тағыз байланыста болу

Психолог:Л.А.Жолаушыбаева

Тақырыбы: Жаңа ортаға бейімделуі

Күні: 2024 жылдың 26 қыркүйек

Уақыты: 17:00

Өткізілген орны: №32 «Қуаныш» балабақшасы

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:** Қайыпсіздік сезімі пайда болып, бала жаңа жағдайларға үйрене бастайды. Бұл кезеңде балалар өздерін белсенді түрде қатысуда 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.

3.2. Баламен бірге жаңа ортаға барып көріңіз

- Баланы жаңа ортаға алдын ала дайындап, онымен бірге барғаныңыз дұрыс. Осылайша, бала ортаны көріп, бұл ортамен таныса алады.

3.3. Күн тәртібін қалыптастыру

- Баланың күн тәртібін дұрыс ұйымдастыру өте маңызды. Мектепке немесе балабақшаға бару алдында үйде тыныш әрі тұрақты атмосфера болуы керек.
- Орын алған өзгерістер бала үшін психологиялық стрессті жеңілдетеді.

3.4. Қысқаша қоштасу дәстүрін қалыптастыру

- Балаңызға бөлінетін уақыт өте маңызды. Одан қоштасқан кезде қысқа, бірақ сенімді сөздер айту – баланың эмоционалды күйін тұрақтандыруға көмектеседі.

3.5. Эмоционалды қолдау көрсету

- Бала жаңа ортада бейімделіп жатқанда, ата-аналар оның эмоцияларын түсініп, қабылдауға тиіс. Балада болған алаңдаушылықты бөлісу арқылы оны тыныштандырып, сенімді болуына көмектесу қажет.

4. Қорытынды

Психолог ата-аналарға жаңа ортаға бейімделу процесінде басты рөлді ата-аналардың атқаратынын ескертті. Балаға деген қолдау мен түсіністік, дұрыс бағыт-бағдар беру оның қорқыныштарын жеңуге және жаңа ортаға тез бейімделуге көмектеседі.



3 жастағы балалардың даму ерекшеліктері ата-аналар жиналыс

Хаттамасы № 3

Тақырыбы: 3 жастағы балалардың даму ерекшеліктері

Өткізу күні: 29.11.2024

Өткізу уақыты: 17:00

Қатысқандар: Раушан тобының ата-аналары. 13

Күн тәртібі:

1. Жиналысты ашу.
2. 3 жастағы балалардың жас ерекшеліктері мен даму кезеңдері туралы баяндама.
3. Балалардың дамуын қолдау бойынша ата-аналарға ұсыныстар.
4. Ата-аналардың сұрақтары мен пікірлері.
5. Жиналысты қорытындылау.

Жиналыс барысы:

1. Жиналысты ашу

Жиналыстың тақырыбы мен маңыздылығы түсіндірілді.

2. 3 жастағы балалардың жас ерекшеліктері мен даму кезеңдері туралы баяндама
Психолог 3 жастағы балалардың психологиялық, физиологиялық және әлеуметтік даму ерекшеліктері туралы баяндады:

- **Психологиялық даму:** Бұл жаста балалардың ойлау қабілеті дамиды, заттарды салыстыру, топтастыру қабілеттері пайда болады.
- **Сөйлеу:** Сөздік қоры қарқынды түрде көбейеді, қарапайым сөйлемдер құрастыра бастайды.
- **Физиологиялық даму:** Қимыл-қозғалыс координациясы жақсарайды, ұсақ моторика дамиды.
- **Әлеуметтік даму:** Балалар өз құрдастарымен қарым-қатынас жасауға қызығады, ойын арқылы топтық әрекеттерге бейімделеді.

3. Балалардың дамуын қолдау бойынша ата-аналарға ұсыныстар

Психолог ата-аналарға төмендегі ұсыныстарды берді:

- Баланың сөйлеуін дамыту үшін онымен жиі сөйлесіп, ертегі оқу.
- Ұсақ моториканы дамыту үшін сурет салу, құрастыру ойындарын ұйымдастыру.
- Баланы дербестікке үйрету: өзін-өзі киіндіру, тамақтану, ойыншықтарды жинау.
- Баланың эмоциялық жағдайын бақылау, оны түсініп, қолдау көрсету.
- Баланың құрдастарымен қарым-қатынас жасауына мүмкіндік беру.

4. Ата-аналардың сұрақтары мен пікірлері

Ата-аналар өз сұрақтарын қойып, өз тәжірибелерімен бөлісті. Негізгі сұрақтар:

- Баланың сөйлеуінде кідіріс болса, не істеу керек?
- Ұсақ моториканы дамытуға қандай ойыншықтар тиімді?
- Баланың жылауық мінезін қалай жеңуге болады?

5. Жиналысты қорытындылау

Жиналыс соңында психолог ата-аналарға алғысын білдіріп, ұсынылған кеңестерді күнделікті өмірде қолданудың маңыздылығын атап өтті.

Психолог Л.Жолаушыбаева



«Үш жастағы дағдарыс. Бұл не?»

Хаттама № 4

Күні: 20.09.2024ж

Тобы: «Раушан», «Бәйшешек» 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 эмоционалдық және мінез-құлықтық өзгерістермен сипатталады, бұл кезең ата-аналар үшін күрделі болуы мүмкін.

Ата-аналарға кеңестер айтылды.

- **Шыдамдылық пен түсіністік танытыңыз:** Бала эмоционалдық 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 ролі — қолдау көрсету және бағыт беру керектігін айтып өтті.

Баланың психикалық денсаулығын қалай сақтауға болады?

ата-аналар жиналысының хаттамасы № 5

Тақырыбы: «Баланың психикалық денсаулығын сақтау»

Күні: 2024 жылдың 19 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 қуанышты мен қиындықтарын бірге бөлісу.

3.3. Дұрыс тамақтану және физикалық белсенділік

- Балаға дұрыс тамақтану әдеттерін қалыптастыру.
- Спорт пен физикалық белсенділікті баланың күн тәртібіне қосу (жүгіру, спорт секциялары).

3.4. Әлеуметтік дағдыларды дамыту

- Баланы достарымен және әлеуметтік ортада қарым-қатынас жасауға үйрету.
- Қоғамдық орындарда тәртіпті болуға, басқалармен дұрыс сөйлесуге дағдыландыру.

3.5. Технологияны дұрыс пайдалану

- Баланың компьютер немесе мобильдік құрылғыларды қанша уақыт пайдаланатынын бақылау.
- Әлеуметтік желілердің зиянды әсерлерінен қорғайтын шаралар қолдану.

4. Ата-аналардың міндеттері мен ұсыныстары

4.1. Балаға толық көңіл бөлу

- Баламен күніне кемінде 30-40 минут бірге өткізу, оның жай-күйін, қызығушылықтарын тыңдау.

4.2. Қарым-қатынастың ашық болуы

- Балаға ата-аналарымен ашық сөйлесуге мүмкіндік беру.
- Балада қиындықтар туындаған кезде бірлесіп шешім қабылдау.

4.3. Күн тәртібін қалыптастыру

- Баланың күнін дұрыс жоспарлау (оқу, демалыс, ойын уақыты).
- Баланың жұмыс жүктемесін теңестіру.

5. Қорытынды

Психолог ата-аналарға баланың психикалық денсаулығын сақтау үшін жүйелі түрде жұмыс істеудің маңыздылығын ескертті. Балаға толықтай көңіл бөлу, оның психологиялық жағдайын қадағалау және қолдау көрсету маңызды. Ата-аналар мен тәрбиешілердің бірлескен әрекеті баланың психикалық денсаулығын нығайтуға көмектеседі.



Мақсаты:

Баланың әлеуметтік желіге тәуелділігін анықтау, оның алдын алу және балаға саналы түрде әлеуметтік желілерді қолдануға көмектесу.

1. Әлеуметтік желіге тәуелділікті анықтау белгілері туралы анықтама берілді.

- Баланың әлеуметтік желіде ұзақ уақыт өткізуі (күніне 3-4 сағаттан артық).
- Сабаққа, ойындарға, және басқа да қызығушылықтарға деген ынтаның төмендеуі.
- Ұйқының бұзылуы, шаршау немесе көңіл-күйдің тұрақсыздығы.
- Әлеуметтік желіден ажырағанда мазасыздық, ашуланшақтық байқалуы.
- Достарымен, отбасымен қарым-қатынастың нашарлауы.

2. Әлеуметтік желі тәуелділігінің салдарымен таныстырылды.

- Психологиялық: өзін-өзі бағалаудың төмендеуі, мазасыздық, депрессия.
- Денсаулық: көздің шаршауы, бас ауруы, омыртқа аурулары.
- Әлеуметтік: шынайы қарым-қатынас дағдыларының төмендеуі.
- Оқу үлгерімінің төмендеуі.

3. Алдын алу және шешу жолдары

3.1. Баланың күн тәртібін ұйымдастыру

- Баламен бірге күн тәртібін құрып, әлеуметтік желіге бөлінетін уақытты шектеу (1-2 сағаттан аспау).
- Әлеуметтік желіге кірмес бұрын сабақ оқу, спортпен шұғылдану сияқты пайдалы әрекеттерді бірінші орынға қою.

3.2. Баланың қызығушылықтарын дамыту

- Баланы спорттық, шығармашылық немесе басқа да секцияларға қатыстыру.
- Әлеуметтік желіге балама болатын қызықты іс-шаралар ұйымдастыру (жорық, ойындар, кітап оқу).

3.3. Тәрбиешілер мен ата-аналардың рөлі

- Балаға үлгі болу: өздері де әлеуметтік желіні шектен тыс қолданбау.
- Баламен ашық әңгімелесу: әлеуметтік желінің артықшылықтары мен кемшіліктерін талқылау.
- Баланың желідегі белсенділігін бақылау (қандай контент қарайды, кіммен сөйлеседі).

3.4. Технологияларды қолдану

- Әлеуметтік желіде уақыт шектеу қосымшаларын пайдалану.

- Баланың құрылғыларында қауіпсіздік ережелерін орнату (контент фильтрациясы).
-

4. Тәрбиешілерге арналған кеңестер берілді.

1. Балалармен жеке және топтық әңгімелер өткізіп, әлеуметтік желінің әсері туралы түсіндіріңіз.
 2. Балалардың қызығушылықтарын зерттеп, олардың әлеуетін ашуда көмектесіңіз.
 3. Әлеуметтік желідегі қауіпсіздік ережелері бойынша тренингтер ұйымдастырыңыз.
 4. Ата-аналармен тығыз байланыста болып, оларды да осы тақырыпқа қатысты ақпараттандырыңыз.
-

5. Қорытынды

Әлеуметтік желіге тәуелділік – қазіргі заманның өзекті мәселелерінің бірі. Баланың психологиялық және физикалық денсаулығын сақтау үшін тәрбиешілер, ата-аналар және қоғам бірігіп әрекет етуі қажет. Басты мақсат – баланың саналы түрде технологияны қолдану мәдениетін қалыптастыру.

Психолог: Жолаушыбаева Л.А.