



«№5 Қандығаш қалалық ЖББӨМ» КММ директоры

Бердібеков С.К. Бердібеков

«№5 Қандығаш қалалық ЖББӨМ» КММ –нің «Ата-аналарға педагогикалық қолдау көрсету» бағдарламасы бойынша

2024-2025 оқу жылына арналған

ЖОСПАРЫ

2024-2025 оқу жылы

2024-2025 ОҚУ ЖЫЛЫНДА ҒЫЛЫМ БЕРУ ҰЙЫМДАРЫНДАҒЫ АПҚО -НЫҢ ҚЫЗМЕТІ ТҰРАЛЫ

АПҚО сабақтарының мазмұнының негізі

Ата-аналарды педогогикалық қолдау орталықтарының қызметі балалардың әл-ауқаты ұғымына негізделген, өйткені ата-аналар баланы дамыту мен тәрбиелеуде басты рөл атқарады. Өзара сыйластық пен қолдау отбасының әрбір мүшесіне басқаларға деген сүйіспеншілік пен қамқорлықты сезінуге көмектеседі – бұл құндылықтар қалыптастар мен дауларды тиімді шешу, ымырата келу және бір-бірін түсіну қабілетін қалыптастырады. Отбасында әл-ауқатты қалыптастыру және қолдау оның барлық мүшелерінің үнемі күш-жігерін, назарын және қамқорлығын талап етеді, ал үй ортасы - бала білім алып, дами бастайтын алғашқы орта.

Эмоциялық тұрақтылық және ата-ана-баланың жағымды қарым-қатынасы салауатты үй ортасына ықпал етеді. Ата-аналар баланың салауатты психологиялық дамуы үшін аса маңызды эмоциялық қолдау мен қауіпсіздікті қамтамасыз етеді.

Отбасының әл-ауқатын қалыптастыруға отбасының барлық мүшелерінің денсаулығына қамқорлық жасау, тұрақты медициналық тексерулер, дұрыс тамақтану және дене белсенділігі әсер етеді. Ата-аналар балаларды дұрыс тамақтанумен, ұйқы үлгілерімен және дене белсенділігімен қамтамасыз етеді, бұл дене бітімінің дамуына және жалпы денсаулығына ықпал етеді.

Ата-аналар ерте балалық шақтан бастап білім беру жүйесінде маңызды рөл атқарады. Олар ұйқы мен демалудың көлемі мен сапасына назар аударатырып, күн тәртібін қадағалай алады, үй тапсырмасын орындауға көмектеседі, білімге деген қызығушылықты ынталандырады және баланың психикалық қабілеттерін дамытып, сақтай алады.

Олар балаларға қалыңыстарды шешуді үйренуге, ынтымақтасуға және басқаларды құрметтеуге көмектеседі. Отбасының әрбір мүшесі өз сезімдері мен пікірлерін білдіре алуы үшін ата-аналар мен балалар арасында сенімді қарым-қатынасты дамыту маңызды, оған отбасылық байланыстарды нығайтатын бірлескен іс-шаралар, мерекелер, демалыс және отбасылық дәстүрлер ықпал етеді.

Жеке әл-ауқат ұғымы соңғы онжылдықта кең тараған, әр түрлі зерттеушілер әзірлеген және Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының (бұдан әрі – ДДҰ) ұсынымдарында көрініс тапқан.

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы (ДДҰ): Өзінің басылымдарында денсаулықты анықтауда ұйымға тек физикалық қана емес, сонымен қатар психикалық және әлеуметтік әл-ауқат та кіреді.

PERMA әл-ауқат моделі: Оң психологияның негізін салушылардың бірі Мартин Селигман әзірлеген PERMA моделі әл-ауқаттың бес негізгі элементін

камтиты: Позитивті эмоция, өзара іс-қимыл, қарым-қатынас, мағына және жетістік.

Маслоу, Абрахам (1954): Өзінің қажеттіліктер иерархиясы теориясында Маслоу адам қажеттіліктерінің әртүрлі деңгейлерін талқылайды, оларға физиологиялық (физикалық ал-ауқат), қауіпсіздік қажеттіліктері (физикалық және әлеуметтік ал-ауқатпен байланысты), әлеуметтік қажеттіліктер (әлеуметтік ал-ауқатпен байланысты), сыйластық қажеттіліктері (эмоциялық ал-ауқатпен байланысты), өзін-өзі өзіктендіру қажеттіліктері (танымдық игілікпен байланысты) жатады.

Рейф, Кэрол (1989): Кэрол Д. Рейф танымдық, эмоциялық, әлеуметтік ал-ауқатпен байланысты алты компонентті камтитын психологиялық игіліктің негізін жасады: дербестік, жеке өсу, өзін-өзі бағалау, басқалармен жағымды қарым-қатынас, өмірдегі мақсаттар, қоршаған орта.

Бұл дереккөздер мен модельдер игіліктің әртүрлі аспектілері мен олардың өзара байланыстарын жан-жақты түсінуді камтамасыз етеді, соның негізінде негізгі төрт түрді ажыратамыз:

Когнитивтік ал-ауқат - есте сақтау, назар аудару, түсіну және үйрену қабілеті, ой процестерінің дамуы, интеллектуалдық психикалық процестердің дамуы. Танымдық ал-ауқат бұл процестердің оңтайлы жұмыс істейтін жағдайын көрсетеді, бұл адамдарға толық өмір сүруге мүмкіндік береді.

Дене ал-ауқаты - организмнің сыртқы жағдайларға бейімделуі, оның барлық органдары мен жүйелерінің жақсы үйлестірілген жұмысы, сондай-ақ берік иммунитет. Салауатты өмір салты мәдениеті: күнделікті режим, дұрыс тамақтану, сапалы ұйқы, дене белсенділігі, демалыс, денсаулық және қазіргі адамның бейнесі.

Эмоциялық ал-ауқат - баланың өз эмоциясы мен мінез-құлқын түсініп, бақылай білуі, баланың жеке басының қалыптасуына, жағымды қасиеттердің дамуына, басқа адамдарға деген достық қарым-қатынасқа, басқа адамның сезімі мен жағдайына қайы-қасірет, қайғы-қасірет сезінуіне септігін типізетін сенім, қауіпсіздік сезімі.

Әлеуметтік ал-ауқат - әлеуметтік өзара іс-қимыл дағдыларын қалыптастыру, өзара қарым-қатынас орнату, ынтымақтастық, жанжалдарды шешу, айналадағы шындықпен өзара әрекеттесуде тұрақтылық, төтенше жағдайларда қауіпсіз мінез-құлық және қорғау дағдыларын дамыту.

Ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығында психологиялық және педагогикалық білім беру сабақтарының мазмұны мынадай ал-ауқат түрлеріне негізделеді:

№	Әл-ауқатының түрлері	АПҚО -да оқитын ата-аналарға арналған сабақтардың тақырыбы		
		6-7 жас – 10-11 жас	11-12 жас – 14-15 жас	15-16 жас – 17-18 жас
1	Физикалық	Сапалы ұйқы: балалардың дамуы мен денсаулығының негізі	Жасөспірімдердің ұйқысы: Оқуға және мінез- құлыққа әсері	Жасөспірімнің ұйқысы және психикалық денсаулығы
		Дұрыс тамақтану әдет- ғұрпын құру	Барлық отбасы үшін дұрыс тамақтану	Сыртта тамақтану
2	Когнитивті	Зейінді дамыту	Жадыны дамыту	Өмір бойы оқыту: неге? қалай?
		Логикалық ойлауды үйрену	Баланыздың ой- пікірін ояту	Шығармашылықты ынталандыру
3	Эмоционалды	Отбасылық келісімнің кепілі – сенімді қарым-қатынас	Жасөспірімді түсіну және қабылдау тәртібі	Тұлғаның қалыптасуы: тәуелсіздікке құқық
		Баланы өзінің және басқа адамдардың сезімін түсінуге үйрету тәртібі	Бүлдіретін сыртқы әсерлерге балалардың қарсы тұруы	Ата-аналардың эмоционалдық күйреуі: оны қалай болдырмауға және жеңуге болады?
4	Әлеуметтілік	Балалардың қауіпсіздігі – ересектердің қамқорлығы	Баланыз төтенше жағдайға дайын ба?	Жеке қауіпсіздік мәдениетін қалыптастыру

	Бакытты ана күпиялары	Әкелік — бала бакытынын кайнар көзі	Болашаққа ұмтылу: Баланың өз әлеуетіне жетуге қалай көмектесуге болады
--	--------------------------	--	--

Жаңа 2024-2025 оқу жылында ата-аналарға арналған сабақтарды әзірлеуге «Педагогтер мен ата-аналар: балалар мүддесі үшін ынтымақтастық» республикалық байқауына қатысқан еліміздің үздік ұстаздары тартылды. Аталған байқаудың жеңімпаздары мен номинанттары «Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты жанындағы «Жалын» қоғамдастығына кіреді.



Бекітемін: _____
Мектеп директоры: Бердібек С.К.Бердібеков

Ата-аналарға педагогикалық қолдау көрсету бағдарламасы

№	Тақырып	Мазмұны	Жауаптылар
Ата-аналарға педагогикалық қолдау көрсету бағдарламасы 1-4 сынып оқушылары			
1	Сапалы ұйқы: балалардың дамуы мен денсаулығының іргетасы	1. Баланың туғасын дамыту үшін ұйқының маңызы. 2. Баланың танымдық және эмоциялық дағдыларын дамыту үшін негіз ретінде ұйықтау. 3. Әдет-ғұрыпты қалыптастыру алгоритмі. 4. Дұрыс ұйықтау үшін қажетті жағдайлар.	
2	Дұрыс тамақтану әдет-ғұрпын құру	1. Балалардың дамуындағы дұрыс тамақтанудың маңыздылығы: дене және психикалық жай-күй 2. Дұрыс тамақтанбауға және олардың салдарларына байланысты аурулардың мысалдары 3. Дұрыс тамақтану негіздері: сортты, модерациясы және тепе-теңдігі. 4. Отбасында дұрыс тамақтану үшін қолайлы жағдай жасау бойынша практикалық консултациялар.	
3	Назар аударуды дамыту	1. Балалардың назарын аударуды дамыту проблемасының маңыздылығы мен маңызы. 2. Назар аударудың негізгі қасиеттері. 3. Назар аударуды дамыту әдістері мен тәсілдері. 4. Үйде қолдануға арналған практикалық тапсырмалар мен ойындар.	
4	Логикалық ойлауды үйрену	1. Логикалық ойлау табыстың негізгі ретінде 2. Балаларда логикалық ойлаудың негізгі аспектілері.	

		3. Балаларға осы шеберлікті дамытуға көмектесу тәртібі 4. Ата-аналарға практикалық консультация беру	
5	Отбасылық келісімнің кепілі – сенімді қарым-қатынас	1. Сенімгерлік қарым-қатынас: бақытты отбасылық қатынастардың негізі. 2. Байланысты сенімгерлік басқарудың негізгі принциптері мен факторлары. 3. Сенімсіздік, бүркеншік сенім, шынайы сенім. Істерді талдау. Сенімсіздіктің теріс салдары. 4. Баламен ойдағыдай сенімді қарым-қатынас жасау үшін ата-аналарға арналған негізгі дағдылар мен практикалық кеңестер.	
6	Баланы өзінің және басқа адамдардың сезімін түсінуге үйрету тәртібі	1. Баланың дамуындағы қайтғы-қасірет және оның рөлі. 2. Баланың және басқа адамдардың сезімін ашық қарым-қатынас, құрметтеу және түсіну. 3. Басқа адамдардың және өз сезімдерін білдіру және түсіну тәсілдері. 4. Баланы жанжалдарды шешуге үйрету - ата-аналарға кеңес беру.	
7	Балалардың қауіпсіздігі ересектердің қамқорлығы	1. Дене дайындығы: төтенше жағдайларда организмді қорғау дағдылары мен қабілеттері 2. Эмоциялық дайындық: қорқыныш пен үрейді жеңу тәсілдері мен тәсілдері 3. Танымдық әзірлік: қауіпсіздік саласындағы білімді және қорғау әдістерін меңгеру 4. Әлеуметтік дайындық: қиын жағдайдағы баланың коммуникациялық дағдыларын және дағдыларын дамыту	
8	Бақытты ана құпиялары	1. Қазіргі ана болу ерекшеліктері 2. Отбасылық және кәсіптік жұмыспен қамту 3. Егер анам жалғыз қалса... 4. Тиймді ананың дағдылары.	



Бекітемін
Мектеп директоры *Берді* С.К.Бердибеков

Ата-аналарға педагогикалық колдау көрсету бағдарламасы 5-9 сынып оқушылары		Жауаптылар
1	Жасөспірімдердегі ұйқы: Оқуға және мінез-құлыққа әсері	1. Жасөспірімдердегі ұйқы физиологиясы. 2. Ұйқының бұзылуы: дерігерге кеңес беру үшін негіз. 3. Ұйқының бұзылуының жасөспірімдердің көңіл-күйіне, мінез-құлқына, оқу қабілетіне әсері. 4. Дұрыс ұйқы: ұйымдастыру әдістері, жағымды әдеттерді дарыту
2	Здоровый рацион для всей семьи	1. Бүкіл отбасы үшін сау және бүтін тағамдарды тандау. 2. Отбасы мүшелерінің ас мәзірін дайындауға, тамақ дайындауға және өнімдерді сатып алуға қатысуы. 3. Танертенгі ас, түскі ас және кешкі ас өткізбей теңдестірілген тамақ. 4. Ес-түссіз шамадан тыс асыра сілтеу.
3	Жадыны дамыту	1. Негізгі жасөспірім есте сақтауда қиындықтар туындауы мүмкін 2. Жасөспірімдердің есте сақтау ерекшеліктері 3. Жадыны жақсарту үшін мнемониктерді тәжірибемен өту 4. Жақсы жаққа қадамдар
4	Баланың ой-пікірін ояту	1. Жасөспірімдердің психикалық қабілеттері мен дағдыларын дамытудың маңыздылығы. 2. Жасөспірімдердің интеллектіуалының дамуына жеткіліксіз назар аудару проблемасы. 3. Жасөспірімдердің интеллектіуалды дамуының тиімді құралдары. 4. Жасөспірімдердің интеллектіуалды дамуында ата-аналарды қолдау: практикалық ұсынымдар

5	Жасөспірімнің түсінік алу және қабылдау тәртібі	Жасөспірімнің түсінік алу және қабылдау тәртібі 1. Жасөспірімдердің дамуын түсіну 2. Жасөспіріммен эмпатия дағдыларын және тиімді қарым-қатынасты дамыту 3. Жасөспірімнің өзін-өзі тиісті сезінуін және өзін-өзі сезінуін белгілеу жөніндегі ұсынымдар 4. Қолайлы жағдай жасау әдістері	
6	Бүлдіретін сыртқы әсерлерге балалардың қарсы тұруы	1. Экстремистік идеологияларға байланысты тәуекелдер мен қауіптер: Кейс-зерттеулер 2. Рухани иммунитетті қалыптастырудың негізі ретінде сыни ойлау және эмоциялық интеллект 3. Балалардың санасы мен мінез-құлқын дералдикализациялау тәсілдері 4. Отбасы мен мектептің профилактикалық қызметінің тиімді стратегиялары, ашық қарым-қатынасты ынталандыру және бірлескен іс-шараларға қатысу	
7	Баланыз төтенше жағдайға дайын ба?	1. Төтенше жағдайлардың ерекшеліктері және төтенше жағдайлар кезінде нақты шаралар қабылдау 2. Төтенше жағдайға дейін және оның уақытында баланың мінез-құлқы қағидалары 3. Төтенше жағдайлар кезінде өзін-өзі бақылау дағдыларының маныздылығы туралы 4. Күтпеген қауіп кезінде адам өмірін сақтап қалу үшін іс-қимыл алгоритмдері	
8	Әкелік — бала бақытының қайнар көзі	1. Қазіргі әкенің құндылықтары қандай? 2. Әкесінің жеке қасиеттері 3. Әкені баланы тәрбиелеуге және тәрбиелеуге тарту 4. Сәтті өмір сүру үшін балада мықты қасиеттердің қалыптасуына әкенің ықпалы	



Бекітемін
Мектеп директоры: *Берді* *С.А. Бердішев*

Ата-аналарға педагогикалық қолдау көрсету бағдарламасы 10-11 сынып оқушылары			Жауаптылар
1	Жасөспірімнің ұйқысы мен психикалық денсаулығы	1. Дұрыс ұйқының маңыздылығын түсіну. 2. Ұйқының дене және психикалық жағдайына әсері. 3. Неліктен төсекке бармас бұрын демала білу және оның ұйқы сапасына қалай әсер ететіні маңызды. 4. Ұсыныстар: Жаксы демалу үшін төсек алдында тыныш атмосфераны қалай жасауға болады	
2	Тамақ ішу	1. Балада шешім қабылдау дағдыларын дамыту. 2. Фаст-фудты ауыстырудың экологиялық таза (психологиялық қауіпсіз) тәсілдері. 3. Дұрыс тамақтануды қолдау: мотивтер мен шешімдер. 4. Үйде және сыртта дұрыс тамақтануға арналған практикалық кеңестер мен қадамдар.	
3	Өмір бойы оқыту: неге? қалай?	1. Адам неге өзін-өзі тәрбиелеуді қажет етеді? 2. Өзін-өзі талдау, өзін-өзі бағалау, сондай-ақ өзін-өзі басқару қабілеті өзін-өзі тәрбиелеуде қандай орын алады? 3. Өзін-өзі тәрбиелеудің қандай дағдылары мен қабілеттерін бала меңгеруі тиіс. 4. Балаға өзін-өзі тәрбиелеу жөніндегі іс-шараларды ұйымдастыруға көмек көрсету тәртібі.	
4	Шығармашылық	1. Жоғары сынып оқушыларының жетістігінде	

	ты ынталандыру	шығармашылық ойлаудың маңыздылығы 2. Шығармашылық ойлауды дамытуға ықпал ететін дағдылар 3. Отбасылық ортада шығармашылықты дамыту тәсілдері 4. Шығармашылыққа апаратын жол: әдістер мен тәсілдер	
5	Тұлғаның қалыптасуы: тәуелсіздікке құқық	1. Ата-аналардан, кезеңдерден психологиялық бөліну дін маңыздылығы. 2. Бөліну түрлері: эмоциялық, құндылық, практикалық, қайшылық. 3. Бөлінуге әсер ететін факторлар: жағдайды талдау. 4. Ата-аналар мен жасөспірімдердің өзара қарым- қатынастарында шекара белгілеудің маңыздылығы.	
6	Ата-аналардың эмоциялық күйреуі: оны қалай болдырмауға және жеңуге болады?	1. Эмоциялық сарқылу белгілерін тану әдісі: алдағы күйік сипатталды. 2. Тартылған ата-аналардың эмоциялық сарқылу кезеңдері 3. Эмоциялық күйзелістерді өз бетінше еңсерудің әдістері мен тәсілдері. 4. Эмоциялық күйзелістің алдын алу.	
7	Жеке қауіпсіздік мәдениетін қалыптастыру	1. Жеке қауіпсіздік мәдениеті дегеніміз не? 2. Отбасында жеке қауіпсіздік дағдыларын сіңіру 3. Мінез-құлық этикасын және жеке қауіпсіздік мәдениетін қалыптастыру 4. Күнделікті өмірде жеке қауіпсіздік нормаларын, наным-сенімдерін, құндылықтарын қабылдау	

8	Болашаққа ұмтылу: Балаңызға өз әлеуетіне жетуге қалай көмектесуге болады	1. Жоғары сынып оқушысын түсіну тәртібі 2. Бала үшін жаңа мүмкіндіктер – ата-аналар үшін жаңа міндеттер 3. Кәсіп таңдауға көмек көрсету 4. Табысты өмір сүру үшін әмбебап дағдыларды дамыту
---	---	--