

«Айша» жеке балабақшасы

**«Баланың эмоцияларын қалай түсінуге және
дамытуға болады?»**

Баяндаушы: әдіскер Б.Е.Тулеугалиева

2024-2025ж

БАЛАНЫҢ МЕКТЕПКЕ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЖӘНЕ ӘЛЕУМЕТТІК ДАЙЫНДЫҒЫ

Құрметті ата-ана!

Бүгінгі біздің кездесуіміздің негізгі тақырыбы – баланың мектепке психологиялық және әлеуметтік дайындығы. Баланың мектепке баруы – оның өміріндегі маңызды кезеңдердің бірі. Мектеп табалдырығын аттау баладан тек әріп танып, санай білуді ғана емес, сонымен қатар жаңа ортаға бейімделуді, ересектермен және құрдастарымен қарым-қатынас жасауды, өз эмоциясын басқара білуді және белгілі бір тәртіпке бағынуды талап етеді.

Сондықтан баланы мектепке дайындау – тек оқу дағдыларын қалыптастыру емес, оның жан-жақты тұлғалық дамуына жағдай жасау.

1. Баланың мектепке психологиялық дайындығы дегеніміз не?

Психологиялық дайындық – баланың мектептегі оқу іс-әрекетін қабылдауға, жаңа міндеттерді орындауға және мектеп өміріне бейімделуге қажетті психологиялық қасиеттерінің қалыптасуы.

Психологиялық дайындықтың негізгі құрамдас бөліктері:

Интеллектуалдық дайындық.

Бала қоршаған орта туралы белгілі бір түсініктерге ие болуы, заттарды салыстыра, топтастыра, негізгі белгілерін ажырата білуі қажет. Қарапайым логикалық тапсырмаларды орындау, нұсқауды түсіну және есте сақтау қабілеті де маңызды.

Тұлғалық дайындық.

Бала өзінің «мектеп оқушысы» болатынын түсінуі, оқу әрекетіне қызығушылық танытуы және жаңа білім алуға ұмтылуы керек. Сонымен қатар өз әрекетіне жауапкершілікпен қараудың алғашқы дағдылары қалыптасуы қажет.

Еріктік дайындық.

Бала белгілі бір тапсырманы соңына дейін орындауға, ересек адамның нұсқауын тыңдауға, өз әрекетін бақылауға және қажет жағдайда күте білуге үйренуі керек.

Эмоциялық дайындық.

Бала өз сезімдерін танып, оларды мүмкіндігінше дұрыс жеткізе алуы маңызды. Мектепке барған кезде қобалжу, қорқыныш немесе сенімсіздік болуы мүмкін. Сондықтан балаға эмоцияларын қабылдауға және оларды басқаруға көмектесу қажет.

2. Әлеуметтік дайындық

Әлеуметтік дайындық – баланың басқа адамдармен қарым-қатынас жасауға, топта әрекет етуге және әлеуметтік ережелерді сақтауға дайындығы.

Мектепке баратын бала:

- құрдастарымен танысып, бірге ойнай білуі;
- ортақ ережелерді сақтауы;
- кезегін күте білуі;
- өз ойын сөзбен жеткізе алуы;

- басқа адамның пікірін тыңдауы;
- қажет болған жағдайда көмек сұрай білуі;
- ересектермен сыпайы қарым-қатынас жасауы;
- жанжал жағдайында мәселені бейбіт жолмен шешуге тырысуы қажет.

Әлеуметтік дағдылардың жақсы қалыптасуы баланың жаңа ортаға тез бейімделуіне ықпал етеді.

3. Консультациялық пункттің рөлі

Балабақшадағы консультациялық пункттің негізгі міндеттерінің бірі – ата-аналарға баланың мектепке дайындығы бойынша психологиялық-педагогикалық кеңес беру.

Консультациялық пункт аясында мынадай жұмыстар жүргізуге болады:

1. Ата-аналарға жеке кеңес беру.
2. Баланың мектепке психологиялық дайындығын анықтауға бағытталған бақылау және диагностикалық жұмыстар жүргізу.
3. Баланың жеке ерекшеліктері туралы ата-аналарға түсіндіру.
4. Мектепке бейімделу мәселелері бойынша ұсыныстар беру.
5. Ата-аналарға баламен үйде жүргізілетін дамыту ойындарын ұсыну.
6. Баланың қорқынышы мен алаңдаушылығын төмендетуге бағытталған психологиялық жаттығулар ұйымдастыру.
7. Тәрбиешілермен бірлесіп баланың әлеуметтік және эмоционалдық дамуын қолдау.

4. Ата-аналарға берілетін негізгі ұсыныстар

Баланы мектепке дайындау кезінде ата-ана оның оқу жетістігіне ғана емес, эмоционалдық жағдайына да көңіл бөлуі керек.

Балаға:

«Сен мектепке барғанда бәрін бірден білуің керек» деген талап қоюдың орнына, **«Мектепте көп жаңа нәрсе үйренесің, түсінбегеніңді сұрауыңа болады»** деген сенімділік берген дұрыс.

Ата-аналар баланы басқа балалармен салыстырмағаны жөн. Әр баланың даму қарқыны әртүрлі.

Үйде баланың өздігінен әрекет етуіне мүмкіндік берген пайдалы:

- киімін өзі кию;
- заттарын жинау;
- қарапайым тапсырмаларды орындау;
- ойыншықтарын реттеу;
- өз таңдауын айту;
- бастаған ісін аяқтауға тырысу.

Сонымен бірге баламен күнделікті сөйлесіп, оның мектеп туралы ойларын тыңдау қажет.

5. Мектепке дайындықты ойын арқылы қалыптастыру

Мектепке қажетті дағдыларды міндетті түрде сабақ түрінде ғана қалыптастырудың қажеті жоқ. Ойын – мектепалды жастағы баланың негізгі әрекеті.

Мысалы:

«Не өзгерді?» – есте сақтау мен зейінді дамытуға арналған ойын.

«Артық затты тап» – логикалық ойлауды дамыту.

«Менің көңіл күйім» – эмоцияларды тануға көмектеседі.

«Дүкен» немесе «Мектеп» – әлеуметтік рөлдерді түсінуге мүмкіндік береді.

«Мен бастаймын, сен аяқта» – сөйлеу және зейін қабілетін дамытуға болады.

Мұндай ойындарды ата-ана баламен бірге күнделікті 10–15 минут көлемінде өткізе алады.

6. Баланың мектепке барудан қорықпауына қалай көмектесуге болады?

Кейбір балалар мектеп туралы естігенде қобалжуы мүмкін. Бұл – қалыпты жағдай. Ата-ана баланың қорқынышын жоққа шығармай, оны тыңдауы қажет.

Мысалы:

«Мектептен қорықпа!» деудің орнына:

«Мектеп туралы ойлағанда сені не алаңдатады?»

«Сенің ойыңша, мектепте не қызықты болады?»

«Егер бір нәрсе қиын болса, кімнен көмек сұрай аласың?» – деген сұрақтар қоюға болады.

Балаға мектеп өмірінің жағымды жақтарын көрсету маңызды: жаңа достар, қызықты сабақтар, мұғаліммен қарым-қатынас, жаңа білім мен жетістіктер.

Қорытынды

Қорыта айтқанда, баланың мектепке дайындығы – ұзақ уақытты қажет ететін күрделі үдеріс. Оның нәтижесі тек баланың әріп пен санды білуімен өлшенбейді.

Нағыз мектепке дайын бала – өзіне сенімді, қарым-қатынас жасай алатын, қарапайым ережелерді сақтайтын, өз эмоциясын басқара алатын, тапсырманы орындауға тырысатын және жаңа нәрсені үйренуге қызығушылық танытатын бала.

Баланың мектепке сәтті бейімделуінің негізі – **балабақша, ата-ана және болашақ мектеп арасындағы бірлескен жұмыс.**

Балаға мектепке дайындалуда ең алдымен білімнен бұрын қолдау, түсіністік, сенім және жылы қарым-қатынас қажет.

Ата-аналарға арналған қысқаша ереже

- Баланы басқа балалармен салыстырмаңыз.
- Оның сұрақтарына шыдамдылықпен жауап беріңіз.
- Өздігінен әрекет етуіне мүмкіндік беріңіз.
- Кішкентай жетістіктерін де мадақтаңыз.
- Қателесуіне мүмкіндік беріңіз.
- Күн тәртібін біртіндеп мектеп режиміне жақындатыңыз.
- Мектеп туралы жағымды пікір қалыптастырыңыз.
- Баланың қорқынышын мазақ етпеңіз және елемей қоймаңыз.
- Күн сайын балаңызбен сапалы қарым-қатынас жасауға уақыт бөліңіз.
- Ең бастысы – балаға «Сенің қолыңнан келеді!» деген сенім беріңіз.

Назарыңызға рақмет!

«Айша» жеке балабақшасы

**«Баланың денсаулығын сақтау»
(кеңес беру)**

Медбике : П.М.Урахова

2025-2026 оқу жылы

БАЛАНЫҢ ДЕНСАУЛЫҒЫН САҚТАУ

Балабақшадағы консультациялық пункт жұмысы

Құрметті ата-ана!

Баланың денсаулығы – оның толыққанды дамуының, жақсы көңіл-күйінің және белсенді өмір сүруінің негізгі кепілі. Мектепке дейінгі кезеңде баланың денсаулығын сақтау мен нығайтуға ерекше көңіл бөлу қажет.

Баланың денсаулығын қорғау тек медицина қызметкерлерінің ғана емес, ата-аналардың, тәрбиешілердің және мектепке дейінгі ұйым мамандарының ортақ міндеті болып табылады.

Мақсаты:

Консультациялық пункттің негізгі мақсаты – ата-аналарға баланың денсаулығын сақтау, нығайту және күнделікті өмірде салауатты әдеттерді қалыптастыру бойынша педагогикалық және ақпараттық қолдау көрсету.

Ата-аналарға баланың жас ерекшеліктеріне сәйкес дұрыс күн тәртібін ұйымдастыру, тамақтану, қозғалыс белсенділігі, жеке бас гигиенасы және психологиялық жайлылығы туралы түсіндіру жұмыстарын жүргізу маңызды.

Баланың денсаулығын сақтаудың негізгі бағыттары

1. Дұрыс күн тәртібі

Баланың күн тәртібі оның жас ерекшелігіне сәйкес болуы керек. Ұйқы, тамақтану, серуендеу, ойын және тынығу уақыты реттелген жағдайда бала өзін жақсы сезінеді.

Баланың жеткілікті ұйықтауы оның дене және психикалық дамуына оң әсер етеді.

2. Дұрыс тамақтану

Баланың тағамы құнарлы әрі әртүрлі болуы қажет. Күнделікті ас мәзірінде көкөністер, жемістер, сүт өнімдері, ет немесе балық өнімдері және дәнді дақылдар болғаны дұрыс.

Ата-аналар баланы шамадан тыс тәтті, газдалған сусындар және құнарлылығы төмен тағамдарды көп тұтынудан қорғауға тырысқаны жөн.

3. Қозғалыс белсенділігі

Қимыл-қозғалыс баланың денсаулығын нығайтуға көмектеседі. Күнделікті серуендеу, таңертеңгілік жаттығу, қимылды ойындар мен дене шынықтыру жаттығулары баланың белсенділігін арттырады.

Баланың жасына және мүмкіндігіне сай қозғалыс белсенділігі ұйымдастырылуы керек.

4. Таза ауа және серуендеу

Таза ауада серуендеу баланың жалпы жағдайына жақсы әсер етеді. Мүмкіндігінше баланың күн сайын далада ойнап, қозғалуына жағдай жасау қажет.

Ауа райына сәйкес баланың киімін дұрыс таңдау да маңызды.

5. Жеке бас гигиенасы

Баланың ерте жастан бастап жеке бас гигиенасы дағдыларын меңгеруі қажет.

Оларға:

- қолды сабынмен дұрыс жуу;
- тісті тазалау;
- жуыну;
- таза киім кию;
- жеке сүлгі мен жеке заттарын пайдалану;
- жөтелгенде немесе түшкіргенде ауыз-мұрнын жабу сияқты қарапайым әдеттер жатады.

Бұл дағдыларды ата-ана күнделікті үлгі көрсету арқылы қалыптастыра алады.

Баланың психологиялық денсаулығын сақтау

Баланың денсаулығы тек дене жағдайымен шектелмейді. Оның эмоционалдық және психологиялық жағдайы да өте маңызды.

Бала өзін отбасында қауіпсіз және сүйікті сезінуі қажет. Ата-ананың жылы сөзі, баланы тыңдауы, жетістігін қолдауы оның өзіне деген сенімін қалыптастырады.

Баланы жиі ұрысу, қорқыту, басқа балалармен салыстыру оның эмоционалдық жағдайына кері әсер етуі мүмкін.

Сондықтан ата-аналарға:

- баланы мұқият тыңдау;
- оның сезімдерін қабылдау;
- жетістіктерін мадақтау;
- қателіктерін сабырмен түсіндіру;
- күн сайын бірге уақыт өткізу ұсынылады.

Консультациялық пунктте жүргізілетін жұмыстар

Балабақшадағы консультациялық пункт аясында ата-аналармен мынадай жұмыстар ұйымдастыруға болады:

1. «Баланың денсаулығын қалай сақтаймыз?» тақырыбында жеке және топтық кеңестер.
2. Ата-аналарға арналған ақпараттық бұрыш ұйымдастыру.
3. Салауатты өмір салты бойынша жадынамалар тарату.
4. Баланың күн тәртібі бойынша кеңес беру.

5. Дұрыс тамақтану туралы түсіндіру жұмыстарын жүргізу.
6. Қозғалыс белсенділігінің маңызын түсіндіру.
7. Жеке бас гигиенасы бойынша ұсыныстар беру.
8. Баланың психологиялық жайлылығын сақтау жөнінде ата-аналармен әңгімелесу.
9. Қажет болған жағдайда ата-аналарды тиісті медициналық немесе мамандандырылған кеңес алуға бағыттау.

Ата-аналарға арналған 10 маңызды кеңес

1. Баланың күн тәртібін сақтауға тырысыңыз.
2. Баланың жеткілікті демалуына және ұйықтауына жағдай жасаңыз.
3. Дұрыс әрі теңгерімді тамақтануды ұйымдастырыңыз.
4. Күн сайын таза ауада серуендеңіз.
5. Баланы қимылды ойындарға ынталандырыңыз.
6. Жеке бас гигиенасы дағдыларын қалыптастырыңыз.
7. Баланың эмоционалдық жағдайына көңіл бөліңіз.
8. Баланы шамадан тыс жүктемеңіз.
9. Денсаулығында өзгеріс байқалса, дер кезінде медициналық маманға жүгініңіз.
10. Балаға өзіңіз жақсы үлгі болыңыз.

Қорытынды

Қорыта айтқанда, баланың денсаулығын сақтау – күнделікті жүргізілетін жүйелі жұмысты қажет етеді. Денсаулықты нығайту үшін дұрыс тамақтану, жеткілікті ұйқы, таза ауа, қимыл-қозғалыс, жеке бас гигиенасы және жағымды психологиялық орта өзара тығыз байланысты.

Баланың дені сау болып өсуіне балабақша мен отбасының бірлескен әрекеті үлкен ықпал етеді.

Дені сау бала – бақытты бала. Сондықтан әрбір ата-ана мен педагог баланың денсаулығын сақтауға жауапкершілікпен қарап, оған салауатты өмір салтының жақсы үлгісін көрсетуі қажет.