

5–9 СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ АТА-АНАЛАРЫНА АРНАЛҒАН

1

САБАҚ

Ақыл айтпа, жол көрсет.

Оқытудың жаңа шарттары: бала қалай бейімделеді

Мойынсұнбау – баланың оған деген қарым-қатынастың дұрыс болмауына қарсы тұруы

Сабақтың мақсаты: ата-аналардың балаларды жаңа жағдайға бейімдеу қабілеттерін дамыту.

Міндеттері:

1. Бейімделу кезеңінде балаларда физиологиялық және эмоционалды өзгерістер болатынын түсіндіру.
2. Ата-аналарды баланың негізгі мектепте оқуға бейімделуінің физиологиялық және психологиялық ерекшеліктерімен таныстыру.
3. Оқушыға психологиялық қолайлы жағдай жасау дағдыларын қалыптастыруға ықпал ету.

Ұлттық құндылықтар мен жеке қасиеттер:

Ынтымақтастық, ата-ананың міндеті, құрмет, эмоционалды интеллект, әлеуметтік интеллект, өзін-өзі басқару, шығармашылық.

Жауапкершілік, шығармашылық, жауаптылық, ашықтық, ынтымақтастыққа дайын болу.

Күтілетін нәтижелер:

1. Ата-аналар баланы және оның мінез-құлқындағы өзгеріс себептерін жақсы түсінеді, баламен тиімді қарым-қатынас әдістерін қолдануға машықтанады, туындаған мәселелерді шешудің жаңа жолдарын көре алады.
2. Ата-аналар балалардың оңай және тез әлеуметтік, психологиялық бейімделуіне көмектеседі.

Жоспар

I. Кіріспе. Бейімделу. Бейімделу кезеңдері мен түрлері

II. Негізгі бөлім.

1. Кейсті талдау

2. «Мен балаға қалай көмектесе аламын» тренингі.

https://www.youtube.com/watch?v=qwttd8SK4Y&ab_channel=SON%C4%9EYPART

A

3. Балалардың бейімделуіне көмектесу туралы қысқаша ақпарат

4. https://www.youtube.com/watch?v=OOGmpn7Vo3I&ab_channel=SON%C4%9EYPART

ARTA

5. «Балалардың бейімделуіне көмек» чек-парақтары

III. Қорытынды. Қорытындылау, тілектер.

Сабақтың ұзақтығы – 60 мин.

| | | |
|---------|---|-------|
| 10 мин. | Құрметті ата-аналар! Биыл отбасыңызда елеулі оқиға: балаңыз бесінші сыныпқа барды. Бесінші сыныпта оқушы жаңа оқыту | Слайд |
|---------|---|-------|

жүйесіне көшті. Жаңа сынып жетекшісі, жаңа пән мұғалімдері және түрлі пән кабинеттері пайда болды.
Балаңыздың бесінші сыныпқа барғанына міне, бір ай өтті. Осы уақыт аралығында Сізде бірнеше сұрақ пайда болуы мүмкін:

*Балаңыз бесінші сыныпқа барғанда Сізде туындаған қиындықтар.
Балаңыздың мектептегі қиындықтары.
Баланың бейімделуіне қалай көмектесе аламын.*

Ата-аналарға үш топқа бөлініп, баланың мектептегі психологиялық және педагогикалық мәселелерін алғашқы кезеңнен бастап талдау ұсынылады.

1-кейс

Сіздің балаңыз белсенді, мейірімді және ізденімпаз болып өсіп келеді, ол Сізге өзінің асып-тасыған энергиясынан басқа қиындық тудырмады. Бірақ, жақында Сіздің 9 жасар Айдос есімді балаңызға мұғалімдер шағымдана бастады. Олар Айдостың сабақтағы тәртібі кейде нашар екені, тіпті сабаққа және оқу процесіне кедергі келтіретіні туралы айтты. Ол сабақта тыныш отырмайды, көп қозғалады, оқу материалына назар аудармамайды, өзімен қоймай, өзгелерді де түрлі сөздер мен әзілдер айтып мазалайды, ерекшеленіп, өзіне назар аударуға тырысады. Жалпы, мұның барлығы осы жастағы балаларға тән мінез-құлық, бірақ бұл, әсіресе, математика сабақтарында айқын көрінеді.

Сынып жетекшісі бұған түсіністікпен қарайды, бірақ математика пәнінің мұғалімі оның тәртібін құптамай, ашуланады. Айдоста гипербелсенділік синдромы жоқ. Жақында мұғалім бүкіл сынып оқушылары алдында оған дауыс көтеріп, қатаң ескерту жасап, тыныштандырмақ болады. Айдос мектептен ренжіп келді. Сіз оның осы пән бойынша оқулығы мен барлық дәптерлерін бояп тастағанын, мектеп туралы теріс сөйлей бастағанын байқадыңыз. Үйде Айдостың тәртібі жақсы, бірақ оған үй тапсырмасын орындағанда, оған әр тапсырманы еске түсіріп, көмектесуге тура келеді. Ол көп нәрсені орындауға тырысқанмен, соңына дейін аяқтауға қиналады. Үй тапсырмасын жасау да қиынға соғады, себебі оның достарымен тезірек онлайн ойын ойнағысы келеді. Ал математикадан берілген тапсырмаларды орындау үшін, Сіз үнемі оның жанында тұруыңыз керек.

Балаға мектепке және жаңа оқу жүйесінің қарқынына, оның жүктемесіне бейімделуіне қалай көмектесуге, математика мұғалімімен арадағы мәселені ушықтырмау үшін, баланы қалай тәртіпке салуға болады?

Жауап нұсқалары:

А

Бұл әзілкештің сабақта не ұйымдастырғанын біліп алып, содан соң жазалаймын – ол бір апта бойы компьютерсіз және телефонсыз қалады, ал егер бұл қылықтарын одан кейін де қоймаса, онда туған күніне сыйлық жоқ. Ойнағанды көрсетемін! Қатаң шаралар қабылдауға тура келеді, мен оның ерсі әрекеттері туралы чатта тағы бір хабарлама алып, жиналыста сол үшін қызарып тұрғым

келмейді. Ол енді кішкентай бала емес! Тіпті әкесінің белбеуіне де жүгінуге тура келеді!

Б

Қазір барлық уақытты оған арнау керек. Ол мұғалім үшін қатты алаңдайтын сияқты. Мүмкін оған әкесінің назары жетіспей жатқан шығар, өйткені ол ұзақ уақытқа іссапарға кеткен болатын. Мүмкін мәселенің бәрі атыс ойындарына байланысты шығар. Ал мұғалімнен тағы да кешірім сұрау керек болар. Ертең шай, кәмпит сатып алып, математика пәнінің мұғаліміне басымды иіп, барып қайтамын. Мен одан ұлыма өте қатал болмауын сұраймын.

В

Мен оған егер оның әзілкештігін жүзеге асыратын жері болмаса, мектептегі КТК-ға бару керектігін айтайын, ол менің және әкесінің жүйкесін өз әзілдерімен тоздырмасын. Бұл біздің проблемамыз емес! Бұл мұғалімдердің өз сабақтарында дұрыс жұмыс жасамайтынын және сыныпта қалыпты тәртіпті сақтай алмайтынын көрсетеді. Үйде ол өте тәртіпті және ондай мәселелер жоқ. Жарайды, өзіңіз ойлаңызшы, әзілдепті, тыныш отырмапты, ол бала, олар оны орнына қалай қою керектігін біліп, ескерту жасауы керек. Енді оның әрбір түшкіргені үшін мені мазалай беруі керек пе?!

Г

Біз балаға не болғанын және неге математика сабағында сондай әрекетке баратынын анықтауымыз керек. Бұл жаста ондай әрекеттер табиғи нәрсе, бірақ бұлайша шектен шықпау керек еді. Егер ол өзіне басқалардың назар аударғанын қаласа, демек, оған сол нәрсе қажет. Біз мектеп психологі және сынып жетекшісімен сөйлесуіміз керек, олар бұған не дейді екен. Мұның барлығы жайдан жай басталмады ғой.

2-кейс

10 жасар Әселдің анасы соңғы кездері қызының мектептен көңілсіз оралып, ашулы жүретінін байқайды. Ол таңертең қиналып тұрады және мектепке ұзақ жиналады. Сабаққа бармау үшін көңіл-күйінің жоқтығын және одан басқа да түрлі сылтаулар айта бастады. Не болғаны туралы сұрақтарға қыз ерекше ештеңе болмағанын, тек қыздармен арада кикілжің болып, оның қазіргі уақытта реттелгенін айтады. Өзінің жай шаршап жүргенін және үйде көбірек болғысы келетінін жеткізеді. Анасын қызының соңғы екі аптада, әсіресе, бейсенбі күндері мектепке барғысы келмейтіні таң қалдырады.

Олар бүкіл отбасымен дүкенге барған кезде, анасы қызын қуантпақ болып, оған жаңа көйлек сатып алуды шешеді, бірақ қыз өзіне қалың жейде қажет екенін айтып, көйлектен үзілді-кесілді бас тартады. Ол анасына онша ұнамайтын қара түсті жейде таңдады. Анасы онымен дауласпады.

Келесі күні мектептің жанында қызын күтіп тұрғанда, анасы Әселдің құрбыларының бірінің анасымен сөйлесіп, дене шынықтыру сабағында жаттығуды орындай алмаған Әселге сыныптастары мен параллель сынып оқушыларының күлгенін кездейсоқ біліп қалады.

Ұлдардың бірі оған дөрекі және жағымсыз әзіл айтады, бұл жағдай

мектепке жайыла бастайды. Әсел бұл туралы үйіндегілерге ештеңе айтпайды. Анасы қызының құрдастарының алдында мазаққа қалуынан қатты қорқады. Енді бәрі өз орнына келді, өйткені Әселдің сыныбында дәл сол бейсенбі күндері кесте бойынша дене шынықтыру сабағы болады. Әселдің артық салмағы жоқ, оны толық деп де айтуға болмайды. Бірақ сүйегі ірі болғанына байланысты (гиперстеникалық дене бітімі) және басқа қыздармен салыстырғанда жақсы дамығандықтан, ол үлкен және мықты болып көрінеді. Анасы қызының қатты күйзеліп, өз денесінен ұяла бастағанын білді.

Жағдай өте күрделі еді, өйткені бұл оқиға туралы Әсел үйіндегілерге ештеңе айтпады.

Сіз бұл жағдайда қыздың анасының орнында не істер едіңіз, мектептегі қорлау мен психологиялық жарақаттың алдын алу үшін қалай әрекет етер едіңіз?

Жауап нұсқалары:

А

Мен қызымды ренжітуге жол бермеймін, мұндай жағдайды елеусіз қалдыруға болмайды, ал мектеп қайда қарап отыр! Егер қызы ештеңе айтпай жасырса, демек, жағдайдың бақылаудан шығып кеткені. Бүгін мен сынып жетекшісіне қоңырау шаламын, ертең мектепке барып, қызымның сыныптастарымен сөйлесемін, қажет болса, балаларын орнына қойдыру үшін ата-аналарына қоңырау шаламын. Ал егер одан ештеңе шықпаса, балаларды орындарына өзім қоямын! Қызыма да сабақ болады, мұндай нәрсені жай қалдыруға және босаңсуға болмайтынын білсін.

Б

Мен қызыммен жұмсақ сөйлесемін. Ертең сынып жетекшісіне қоңырау шалып, оның сабаққа әзір бара алмайтынын айтамын. Қызыммен сөйлесіп, оны кімнің ренжіткенін білемін, мектептен кейін олармен кездесіп, енді ренжітпеуін сұраймын, барлық ата-аналарға қоңырау шаламын. Мен бұл жағдайдан шығуға тырысамын.

В

Әзірге ештеңе айтпаймын, бұл жағдайды өзі шешсін. Мен шу шығармаймын, қазір барлық бала қатыгез, ол да үндемей қалатындардан емес, мүмкін өзінің де кінәсі бар шығар. Бізге айтпағанына қарағанда, қорқынышты ештеңе жоқ сияқты. Қайткенде де ол өзін қорғай білуі керек, ұжымда өмір сүруді үйренсін, бұл болашақта өзіне қажет.

Г

Біраз уақыт бақылап көрейін, сәті келгенде онымен ашық сөйлесіп, мұндай жағдай менің де басымнан өткенін айтамын және қызымды әрқашанда қолдайтынымды жеткіземін. Ол менің әрдайым сонымен бірге екенімді және бұл жағдайдан да бірге шығатынымызды білуі керек. Сымбатты көрінуі үшін қажет болса, спортпен айналысқанын да қолдаймыз. Дене шынықтыру сабағында нақты не болғанын, оның қаншалықты қиындап кеткенін, қызымның бұл жағдайға қалай әрекет еткенін және өзін қаншалықты қорғай алғанын түсіну керек. Ең бастысы, оның бізбен сөйлесуден қорықпай, өз мәселелерімен бөлісуі үшін, бізге

| | | |
|---------|---|--|
| | <p>сенуі қажет.</p> <p>3-кейс Раушанның анасының мамандығы мұғалім болғанымен, жұмыс істемейді. Міне, екі айдан бері Раушан мектепке бармайды. Мектебінде, сыныбында психологиялық жарақат, стресс немесе жанжал жоқ екені анықталды. Ол тек мектепте оқудан жалықты. Үйінде отырып, қызықты нәрселермен айналысқысы келеді. Анасы, оның айтуынша, Раушанды мектепке баруға үгіттейді, бірақ жағдайды реттеу үшін бірде-бір нақты әрекет жасамайды. Қыз анасын мазақтап, оғаш қылықтар көрсетеді. Раушанның мұндай мінез көрсетуінің себебі неде? Анасы баласы үшін ақылын тыңдап, кеңес сұрайтын, құрмет тұтатын маңызды жан бола алмады, сондықтан ол жауапкершілікті баланың өз мойнына жүктеді ме? Қыз қазірдің өзінде ересектердің бақылауынан шыққан, оның ендігі дұрыс дамуы қиын болады. Әзірге Раушан анасымен бірге, бірақ болашақта оларды не күтіп тұр?</p> | |
| 20 мин. | <p>Кейсті талдап, сұрақтарға жауап алғаннан кейін, 3 топқа бөлінуді ұсынамын. «Мен балаға қалай көмектесе аламын» тренингі «Шешім ағашы» – ватманмен жұмыс: топтар жағдайдың шешімін жазады, содан кейін ватмандырымен ауысып, көршілердің ватманына өз идеяларын қосады. «Бесінші сынып оқушыларын негізгі мектепте оқуға бейімдеудегі қиындықтар» карточкалары. Мен сіздерге үш топқа бөлінуді ұсынамын. Сіздердің үстелдеріңізде қаламдар мен ватман парақтары жатыр. Сосын тағы сұрақтар бар. Әр топ екі сұраққа жауап береді. Оларды бірлесіп талқылап, тұжырымдап, жауаптарын жазыңыз. Тапсырманы орындау үшін 10 минут беріледі. Бірінші топқа арналған сұрақтар: Бесінші сынып оқушысы бейімделу кезінде қандай физиологиялық қиындықтарға тап болады? Мен қалай көмектесе аламын? Екінші топқа арналған сұрақтар: Бесінші сынып оқушысы бейімделу кезінде қандай психологиялық қиындықтарға тап болады? Мен қалай көмектесе аламын? Бейімделу кезеңінде балаларда қандай әлеуметтік қиындықтар туындайды? Мен қалай көмектесе аламын? Содан соң, жауаптарды бірге талқылаймыз.</p> | |
| 5 мин. | <p>Табысты психоэмоционалды бейімделудің белгілері: 1. Оқу процесіне қанағаттану сезімі Бала мектеп туралы қуана айтады және оған қуана барады. 2. Бағдарламаны игеру Балаға ұсынылған тапсырмаларды орындау қиыншылық тудырмайды. Егер бала дәстүрлі бағдарлама бойынша жұмыс істесе, бірақ кейбір қиындықтарға тап болса, оны басқа балалармен салыстырып, кінәлап, кемшіліктерін бетіне баспай,</p> | |

| | | |
|--------|---|--|
| | <p>қолдау көрсету маңызды. Егер күрделі бағдарлама аясында оқыған кезде қиындықтар туындаса (мысалы, кез келген пәнді тереңдетіп оқу), ата-аналар әдеттегі бағдарламаға көшуді қарастыруы керек.</p> <p>3. Тәуелсіздік дәрежесі Бала тапсырмаларды өз бетінше орындауы керек, сәтсіз әрекеттерден кейін ғана ол ересек адамнан көмек сұрай алады. Көптеген ересектер алғашқы кезден бастап көмектесе бастайды – бұл үлкен қателік. Бала үй тапсырмасын дайындауда сондай әрекетке тез үйренеді де, болашақта оны өз бетінше орындау қиынға соғады.</p> <p>4. Мұғаліммен және сыныптастарымен қарым-қатынасына көңілі толуы Бұл негізгі белгілердің бірі. Егер бала мұғаліммен және сыныптастарымен үйлесімді қарым-қатынас орнатса, бейімделу процесі де жеңіл өтеді.</p> | |
| 5 мин. | <p>Сәтті физиологиялық бейімделудің белгілері: Тұрақты күн режимі. Баланы осы режимге бірден емес, біртіндеп әкелу маңызды. Толыққанды ұйқы. Ыңғайлы жұмыс орны. Жиһазды дұрыс таңдау (баланың бойына сәйкес келуі) маңызды, жарық көзі баланың сол жағында болуы керек. Таза ауада серуендеу (күніне кемінде екі сағат). Сабақтан кейінгі демалыс (іс-әрекеттің өзгеруімен). Дұрыс тамақтану. Айналадағы адамдарға оң көзқарас. Табысқа ұмтылу. Ұйықтар алдында теледидар мен компьютерлік ойындарды көрмеу.</p> | |
| | <p>«Бейресми қарым-қатынас» жаттығуы Топ «Ата-аналар» және «Балалар» болып бөлінеді. «Балалар» есіктен шығып, әрқайсысы «Ата-анаға» арнап мәселе ойлап табады. «Ата-аналар» шаршап отырмын, қолым тимейді және т.б. сылтаулармен баланың өтініштеріне көңіл бөлмеуге нұсқау алады. Содан кейін қатысушылар рөлдерін ауыстырады. Алайда, жаңа «Ата-аналар» керісінше: баланың сөздеріне барынша назар аудару, жауап беру, көмек пен қолдау көрсету керектігі туралы нұсқаулар алады. Қатысушылардың сезімдерін талқылау ресми (жабық, бей-жай, шынайы емес) және бейресми (ашық, эмпатиялық, шынайы) қарым-қатынас ұғымын анықтаумен аяқталады. Баланы қолдау немесе мақұлдау – ата-ананың шеберлігін көрсететін маңызды нәрсе. Егер мақтау адамның жеке тұлғасын бағалауға бағытталған болса, бұл бағалауды іс-әрекеттің нәтижелеріне тікелей тәуелді етеді. Сәтсіздікке ұшыраған жағдайда өзін-өзі бағалау төмендесе, қолдау арадағы нәтижелер мен оларға қол жеткізудегі жеке үлесті тануға бағытталады. Бұл бала мен ересек адамның өзін-өзі бағалауын арттыруға көмектеседі.</p> | |

Белсенді тыңдалым техникалары мен әдістері

«Жаңғырық» әдісі

Олардың біріншісі – «Жаңғырық» әдісі; оның мәні - ересек адам баланың артынан оның айтқандарының бір бөлігін қайталайды. Бірнеше сөзді қайталауға, синонимдерді таңдап алуға болады. Мысалы, бала: «Мен сіздің маған қажеті жоқ бақылауыңызды орындамаймын!» дейді. Мұғалім қайталайды: «Сен бұл бақылауды орындағың келмейді». Бұл мысқылға ұқсас болып көрінгенімен, мұндай «жаңғырық» ренішке әкеліп қана қоймайды, керісінше, диалогты азды-көпті ұтымды бағытта жалғастыра отырып, өз сөз тіркесін нақтылауға деген ұмтылысты тудырады.

Естігенін қайталау

Тағы бір әдіс – парафраза; мұғалім әңгімелесушіні дұрыс түсінген-түсінбегенін анықтауға тырысып, естігендерін қайталап айтып береді. Көп жағдайда бұл шынында да қажет, өйткені біз әрқашан жеткілікті түрде анық сөйлей бермейміз, өйткені әр адамның сөйлеуінде көптеген олқылықтар кездеседі. Мұның бәрі сөйлеушіге түсінікті, бірақ тыңдаушыға әрқашан айқын, түсінікті бола бермейді.

Түсіндіру

Үшінші әдіс – түсіндіру. Бұл айтылғандардың қорытындысы. Баланы белсенді тыңдау әдістерін толығырақ етіп мынадай топтарға бөлуге болады.

Кідіріс

Бұл техниканың мәні мынада: егер біз сұхбаттасушының толық сөйлей алмай отырғанын көрсек, оның айтуына мүмкіндік беріп, кідіре тұру керек. Бізге бәрі түсінікті болып көрінгендіктен, ол үшін сөйлеуге тырысудың қажеті жоқ. Баланың осы тақырыпта не ойлайтынын білу үшін, оның көзқарасын, пікірін тұжырымдау үшін жиі кідіру қажет. Бұл баланың уақыты және оны өз қалауынша өткізуі тиіс.

Нақтылау

Біз сұхбаттасушыдан оның меңзеген нәрсесін дұрыс түсінгенімізді нақтылауын сұрауымыз керек. Бұл көбінесе баланың ойын дұрыс түсінбей, ол туралы басқаша немесе оның ойлағанына сәйкес келмейтін нәрсені көруіміз мүмкін кезде қажет.

Осы сәтте екі алма туралы астарлы әңгімені еске түсірсек.

Анасы бөлмеге кіріп, кішкентай қызының қолында екі алма бар екенін көреді. «Қандай әдемі алма! – дейді анасы. – Маған біреуін берші!». Қыз анасына бірнеше секунд қарап тұрады да, екі алманы тез-тез тістеп алады. «Қызым менен алманы аяғаны ма?» – деп анасы қатты қобалжиды. Ол ренжіп үлгергенше қызы оған алманың бірін беріп: «Міне, анашым, мына алманы ал: осы тәттірек екен!» – дейді. Бұл астарлы әңгіме адамды дұрыс түсінбеу, оның әрекеттерін немесе сөздерін бұрмалау қаншалықты оңай екенін еске салады.

Қайталау

Белсенді тыңдалымның бұл әдісі әңгімелесушіден естігенімізді өз сөзімізбен қайталауды ұсынады. Оның мақсаты – өзінің қызығушылығын көрсету, сонымен қатар, біз бір нәрсені дұрыс түсінбеген жағдайда, сұхбаттасушы бізді түзете алады. Одан да басқа, қайталау әңгімеден белгілі бір аралық қорытынды жасауға

| | | |
|--|--|--|
| | <p>мүмкіндік береді.</p> <p>Ойдың дамуы Бұл сұхбаттасушының айтқанына жауап, бірақ белгілі бір мақсатпен: ересек адам баланың ойын жалғастырғандай болады, бұл оқиғалар немесе әрекеттер неге әкелуі мүмкін, олардың себептері қандай болуы мүмкін және т.с.с. болжам жасайды.</p> <p>Қабылдау туралы хабарлама Бұл әдіс бойынша ересек адам балаға оны түсінгені туралы хабарлайды. Бұл белгілі бір вербальді хабарлама туралы, бірақ оны: әңгімелесушіге бетпе-бет келу, басын изеу, мойынсұну сияқты вербальді емес түрде көрсеткен жөн. Сыртыңызбен тұрып немесе жан-жаққа қарап сөйлесуге болмайды.</p> <p>Өзін-өзі қабылдау туралы хабарлама Бұл әңгімеге байланысты эмоционалды күйіңіз туралы хабарлама. Мысалы: мен ренжідім, мені ренжіткен сенің сөздерің; немесе: мен мұны естігеніме қуаныштымын. Бұл әдеттегі "мен-хабарлама", бірақ әңгімеге байланысты ол эмоционалды байланыстың болуын көрсетеді.</p> <p>Әңгіме барысындағы ескертулер Бұл белсенді тыңдалым техникасын қолдану кезінде қажет болатын әңгіме барысы туралы шағын тұжырымдар; мысалдар: "Менің ойымша, біз бұл мәселені талқыладық", "Менің ойымша, біз жалпы қорытындыға келдік" және т.б.</p> | |
| | <p>Әңгіме Мен мәселеге қатысты ойланып, оны үйде орындауды ұсынамын:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Тамақтану білімді игеруге қалай әсер етеді. Бір аптаға пайдалы таңғы ас мәзірін жасаңыз. 2. Екінші ауысымдағы баланың оқуын ескере отырып, күн тәртібі қандай болуы керек. Баламен бірге күн тәртібін жасаңыз. 3. Өзіңізге жауап беріңіз: "Менің баламда мені не қызықтырады?»; "Ол нені жақсы істей алады?». | |
| | <p>Сіздер, ата-аналар, оқу мектептің орта буынына ауысқанда, балалардың қолайлы бейімделуі үшін, оларға көңіл бөліп, сүйіспеншілік таныту арқылы көмектесе аласыздар.</p> | |

Чек - парақтар
Ата-аналарға арналған жаднама

Балаға 5-сыныпта оқуға бейімделуге қалай көмектесуге болады

1. Балаңызды мектеп істері туралы әңгімеге тартыңыз. Баланыздың айтқанына қызығушылық танытыңыз.
2. Балаңыздың мұғалімдерімен оның үлгерімі, мінез-құлқы және сыныптастарымен қарым-қатынасы туралы үнемі сөйлесіңіз.
3. Баланы мектептегі бағалары үшін емес, іс-әрекеттері үшін жазалаңыз және марапаттаңыз. Бала жақсы бағаларды тек оқудағы жеке жауапкершілігі үшін сыйақы ретінде қабылдауы керек.
4. Балаңызға үй тапсырмасын орындауға көмектесіңіз, бірақ оны өзіңіз жасамаңыз.

5. Балаңызға мектепте оқытылатын нәрсеге қызығушылық танытуға көмектесіңіз. Балаңыздың неге қызығатынын анықтаңыз және оның қызығушылықтары мен оқу пәндері арасында байланыс орнатыңыз.

6. Үйдегі жайлы атмосфераны сақтаңыз. Үйдегі тыныштық балаға мектептегі мәселелерді тиімді шешуге көмектеседі.

7. Тым көп талап етпеңіз!

Ата-ана үшін баланың мүмкіндіктерін түсіну және білу маңызды. Ол үшін жай бақыласаңыз болғаны: бастауыш сынып оқушысы не нәрсені жақсы жасай алады, ал не нәрсеге шамасы келмейді. "Мақсаттарды" баланың мүмкіндіктерінен сәл жоғары немесе соған сәйкес ақырындап қойыңыз.

8. Сенімділік ставкасы

9. Баланың өзіне сенімді оқушы болуына көмектесу кезінде оның неге мықты екеніндігіне сүйеніңіз.

10. Әрқашан тыныштандыруға мүмкіндік болуы тиіс

Көптеген ата-аналар баланы ренжіген кезінде, көңілсіз және жылаған сәттерінде дұрыс тыныштандыруды білмейді. Мұндай сәттерде баланың сезімімен бөлісіп, оларды білдіруге мүмкіндік беру өте маңызды.

Мұндай жағдайларда мынандай сөздерді айтуға болмайды: "Назар аударма!", "Бұл түкке тұрғысыз сұрақ", "Бұл осындай майда-шүйделер!" және т. б.

Сіз оның сезімдерін түсінетіндігіңізді білдіруіңіз керек: "Мен сенің ренжігеніңді білемін" және абайлап, жай ғана не болғанын айтып беруін сұраңыз. Бала айтып жатқанда, эмоция білдірсеңіз, балаға айту жеңілрек болады.

Тренерлерге арналған қосымша материалдар

Жасөспірім кезінде бір уақытта әртүрлі – физиологиялық, психологиялық және әлеуметтік деңгейлерде көптеген процестер жүреді.

Егер физиология туралы айтатын болсақ, ең алдымен, адам жыныстық тұрғыдан жетілген ересек тұлғаға айналады, бұл денеде көптеген өзгерістерді тудырады және ол сезім әрдайым жағымды бола бермейді. Бұл уақытта баланың өзін жиі нашар сезінеді, иммунитеті төмендейді, гормондары тұрақсызданады, дененің өсуіне байланысты ішкі ағзаларына күш түседі.

Сондықтан, дәл осы жаста психикалық аурулар жиілеп, өршіп кетуі немесе созылмалы ауруларға айналуы мүмкін. Өсудің үлкен серпілісі, дененің физикалық ұлғаюы, жыныстық жетілу – бала ағзасына үлкен күш түсіреді, бұл кезде адам осал болады.

Нейрофизиология – жасөспірімнің миы айтарлықтай қайта құрылып, осы уақытқа дейін ештеңеге қатыспаған қажеті жоқ байланыстарды қабылдамай, басқа байланыстарды белсенді етеді. Бұл кезде бала өз іс-әрекетінің салдарын бағалауда, болжауда, сыни тұрғыда қиындықтарға тап болуы мүмкін. Мақсат қоюға, болжауға жауап беретін ең күрделі және кеш жетілетін ми құрылымдары осал болып, қайта құру жағдайында жақсы жұмыс істемейді. Егер әлеуметтік жоспар туралы айтатын болсақ, онда адам осы кезеңде өз отбасының микро әлеміне және үлкен әлемге, қоғамға бет бұрады. Оның өміріндегі негізгі оқиғалар құрдастарының ортасында бола бастайды (біз қазір әдеттегі нұсқа туралы айтып отырмыз, нақты балалар басқаша әрекет етуі мүмкін). Оның жақсы көретіні - құрдастар арасындағы қарым-қатынас, дос болу, біреуге ұнау, біреуді ұнатпау, біреуді жақтау немесе біреуге көмектесу. Бұл жастың міндеті - күрделі әлеуметтік байланыстарды игеру, топтық иерархия, топтық қысым, топтағы орын сияқты құбылыстармен іс жүзінде танысу.

Бұл өте күрделі әлем, ол әдетте осы жаста игеріледі. Егер ол игерілсе, жақсы. Кейбір ата-аналар, егер баласы құрдастарымен араласудың орнына, кітап оқып отырса, қатты қуанады. Ал психологтер мен психиатрлар бұл жағдайда, керісінше,

сақтық танытады, өйткені бұл баланың әлеуметтенудегі мәселелерін көрсетуі мүмкін. Сондықтан бұл жаста баланың мектептегі сабақтардан гөрі құрдастарымен қарым-қатынасына көбірек қызығушылық танытуы қалыпты жағдай.

Кейбір бесінші сынып оқушылары есейгендерін мақтан тұтады. Олар әдетте оқу процесіне тез тартылады. Басқалары мектеп өміріндегі өзгерістерге алаңдайды. Олардың бейімделуі ұзаққа созылады. Мазасыздық, ұялшақтық немесе керісінше, босаңсу, әбігерлік пайда болады. Нәтижесінде балалардың үлгерімі төмендейді, ұмытшақтық байқалады. Мектепке бейімделудің психологиялық және физиологиялық жағы бар. Біз балаға осы кезеңді аман-есен өткізуге қалай көмектесуге болатынын талқылаймыз.

"Баланың мектепке бейімделуі" дегеніміз не? Кең мағынада бейімделу – бұл қоршаған ортаға бейімделу. Мектепке бейімделу – бұл жүйелі оқытуға және мектептің жаңа жағдайларына үйрену. Психологтердің пікірінше, бейімделу 6-8 аптадан алты айға дейін, кейде одан да көп уақытқа созылуы мүмкін. Неліктен балаларда бұл процестің ұзақтығы соншалықты өзгереді? Бейімделу мерзімі көптеген факторларға байланысты: бұл отбасындағы "атмосфера", баланың жеке ерекшеліктері, оның білімі мен дағдыларының деңгейі, оқу орнының түрі, бағдарламаның күрделілік деңгейі және т. б.

Бейімделу кезеңдері

Шартты түрде баланың мектепке бейімделу процесі үш негізгі кезеңге бөлінеді, олардың әрқайсысы өзіндік ерекшеліктерімен сипатталады.

Бейімделудің бірінші кезеңі «Бағдарлы» деп аталады.

Бала жаңа жағдайларға мұқият қарайды, жағдайды, шекараларды, нормаларды және т.б. зерттейді. Бұл оған өте қиынға соғады. Балаға физикалық және психологиялық тұрғыдан да салмақ түседі. Оның өзін қоршаған ортаға реакциясы ашық немесе өткір болуы мүмкін.

Бұл кезең көбінесе екі-үш аптаға созылады.

Екінші кезең - "Тұрақсыз бейімделу" кезеңі

Атауы айтып тұрғандай, бала бұл кезеңде бейімделе бастайды. Ол ұсынылған жағдайларда оңтайлы мінез-құлық көрсетуге жақын. Оның ойына түрлі мінез-құлық сызбалары келе бастайды - бұл денеге бірінші кезеңге қарағанда аз күш жұмсауға мүмкіндік береді. Реакциялары қазірдің өзінде эмоционалды емес.

Ұзақтығы: шамамен екі-үш апта.

Бейімделудің үшінші кезеңі - "Салыстырмалы түрде тұрақты бейімделу"

Бұл кезеңде бала таңдалған мінез-құлыққа сенімді болады және олар тұрақты бола бастайды; «мен мектеп оқушысымын және бұл нені білдіреді» түсінігін бағалау орын алады.

Соңғы кезең бес-алты аптадан бір жылға дейін созылады.

Физиологиялық бейімделу

Мектеп оқушысына үлкен физикалық салмақ түседі: жаңа білімді меңгеру түріндегі психикалық және оқу үдерісіндегі физикалық – статикалық позиция. Жүктеме неғұрлым көп болса, дене соғұрлым көп күш жұмсайды. Бұл жерде шаршау сәтін жіберіп алмау маңызды.

Күнделікті режим баланың физиологиялық бейімделуін жеңуге көмектеседі.

Тәрбиеші және психолог Юлия Гиппенрейтердің ата-аналарға арналған 20 кеңесі

1. Мойынсұнбау - баланың дұрыс емес қарым-қатынасқа қарсы тұра алатын жалғыз нәрсесі.

2. "Проблемалық", "қиын", "тентек" және "мүмкін емес" балалар, сондай-ақ "комплексі бар", "еңсесі түскен" немесе "бақытсыз" балалар әрқашан отбасындағы

дұрыс қалыптаспаған қатынастардың нәтижесі болып табылады.

3. Әрине, баланы қабылдау дегеніміз - оны әдемі, ақылды, қабілетті, үздік оқушы, көмекші және т. б. үшін емес, жай ғана оның болғаны үшін жақсы көру!

4. Балаға неғұрлым көп ұрысса, соғұрлым ол нашарлайды. Неліктен бұлай болады? Себебі баланы тәрбиелеу жаттықтыру емес. Ата-аналар балаларда шартты рефлексстерді дамыту үшін өмір сүрмейді.

5. Ата-аналар балаға қаншалықты жиі ашуланса, оны ұрып-соғып, сынға алса, оған соғұрлым: "мені сүймейді" деген ой түйеді.

6. Тәртіп жақсы қарым-қатынас орнатқанға дейін емес, одан кейін және тек соның негізінде.

7. Егер бала көмек сұрамаса, оның айналысып жатқан ісіне араласпаңыз. Араласпауыңыз арқылы сіз оған "Сенде бәрі жақсы! Сен, әрине, бәрін жеңе аласың!" – деп хабарлайсыз. Егер ол еңсере алмайтын үлкен қиындыққа тап болса, бұл басқа мәселе. Ол кезде араласпау позициясы дұрыс болмайды, ол тек зиян келтіруі мүмкін.

8. Егер бала қиналса және сіздің көмегіңізді қабылдауға дайын болса, оған міндетті түрде көмектесіңіз. Бұл жағдайда, бала жасай алмайтын нәрсені ғана алыңыз, қалғанын өзінің жасауына мүмкіндік беріңіз; бала жаңа әрекеттерді игерген сайын, оларды біртіндеп өзіне беріңіз.

9. Баланың жеке тұлғасы мен қабілеттері тек өз қалауы бойынша және қызығушылықпен айналысатын іс-әрекетте дамиды.

10. Жасөспірімдердің сәні желшешек сияқты – көптеген бала оны азды-көпті байыпты түрде алып жүреді, ал бірнеше жылдан кейін олар сол кезді күліп еске алады. Сол кезде ата-ананың ұлы немесе қызымен соған байланысты ұзақ уақыт жанжалдаспағаны жөн.

11. Балаңызға өз әрекеттерінің (немесе әрекетсіздігінің) жағымсыз салдары сезінуге мүмкіндік беріңіз. Сонда ғана ол өсіп, "саналы" болады.

12. Іс-әрекетті сепсеңіз - әдетті жинайсыз, әдетті сепсеңіз - мінезді жинайсыз, мінезді сепсеңіз - тағдырды жинайсыз! Сіз өзіңіздің наразылығыңызды балаға емес, баланың жеке іс-әрекеттеріне білдіре аласыз.

13. Баланың іс-әрекетін айыптауға болады, бірақ оның сезімін емес. Баланың іс-әрекетіне наразылық жүйелі болмауы керек, әйтпесе ол оны қабылдамайды.

14. Баланың қалаусыз мінез-құлқы - қалыпты өмір сүру жағдайларына қалыпты реакция болып табылады.

15. Баланың сезінуінше, қатал ана одан эмоционалды түрде қорғалған.

16. Балаңыздың өзімен өзі болуына мүмкіндік беріңіз. Оны үнемі итермелемеңіз. Оны үйрете бермеңіз. Оған ақыл айта бермеңіз. Оны дәріптеуге тырыспаңыз. Оны ешнәрсе жасауға мәжбүрlemeңіз!

17. Өз қызметінің барысын бақылау әрекетке кедергі келтіретіні, тіпті оны толығымен бұзатыны белгілі емес пе? Жазуды бақылауда ұстап, жазар ойымызды жоғалтуымыз, мәнерлеп оқуға тырысып, мазмұнды түсінбеуіміз мүмкін.

18. Өзін-өзі тану және өзін-өзі тәрбиелеу – бала тәрбиелеймін деген ата-аналар мен мұғалімдердің алғашқы міндеті.

19. Бала ренжіген, сәтсіздікке ұшыраған, ауырған, ұялған, қорыққан немесе дөрекілік пен әділетсіздікке тап болған кездерде, тіпті оның қатты шаршаған кезінде де, ең алдымен, оның жағдайы туралы білетіндігіңізді білдіру.

20. Баладан қиын немесе мүмкін емес нәрсені талап етпеңіз. Оның орнына қоршаған ортада нені өзгертуге болатынын қарастырыңыз.

Тиімсіз стратегиялар

Бұл біздің бостандығымызды шектейтін және ата-аналардың қатаң ұстанымдарын қалыптастыратын қисынсыз пікірлер. Көптеген ата-аналарға баласының өміріне жауапкершілікті аудару қиынға соғады, өйткені олар жақсы ата-

ана болуға ұмтылады, ал ол шамамен мынаны білдіреді:

- Мен баламның қалыпты дамып, өзін белгілі бір жолмен ұстайтынына көз жеткізуім керек.

- Мен баламды басқаруға міндеттімін, ал ол менің нұсқауларымды орындауға міндетті.

- Мен балаға қамқорлық жасауым керек. Ақыр соңында, ол дүниеге келгеніне кінәлі емес.

- Егер менің балам қиындыққа тап болса, мен оны осы қиындықтан құтқаруым керек.

- Мен ол үшін бәрін құрбан етуім керек, өйткені оның қажеттіліктері менікінен маңыздырақ.

- Мен барлық қауіпті жағдайларға сақ болуым керек және баланың қауіпсіздігін қамтамасыз ете отырып, олардан қорғауым керек.

- Менің міндетім – баламды азаптан, қиындықтан, қателіктерден және сәтсіздіктерден қорғау.

Бейімделу кезеңіндегі қиындықтар:

- * жұмыс қарқынының артуы: балалардың тез жазуға уақыты жоқ;
- * сабақта және үйде жұмыс көлемінің артуы;
- * жаңа мұғалімдер және жұмысты рәсімдеуге қойылатын талаптар;
- * қосымша ақпаратты өз бетінше тауып, онымен жұмыс істеу керек;
- * жаңа кесте және жаңа кабинеттер;
- * жоғары сынып оқушыларымен арадағы қиындықтар.

Бесінші сынып оқушыларының кейбір мәселелері:

- * жазбаша жұмыстарда әріптерді жазбай кету;
- * ережелердің тұжырымдамасын біледі, бірақ қалай қолдану керектігін білмейді;
- * математикалық есептерді әрең шешеді;
- * ұқыпсыз, шашыраңқы, ұмытшақ;
- * мұғалімнің түсіндірмелерін түсінуі қиын;
- * кеңістікте нашар бағдарланған;
- * сабақтардан, мұғалімдерден, білімді тексеру жағдайларынан қорқады;
- * достарын жиі өзгертеді.

Дағдарыс кезеңдері:

* алғашқы 4-6 апта (қыркүйек, қазан), желтоқсанның ортасы; ақпандағы демалыстан кейінгі апта; наурыздың ортасы (әсіресе демалыстан кейін).

Жас ерекшеліктері:

- * жасөспірімге дейінгі жас;
- * есею сезімін біртіндеп қабылдау;
- * негативизмнің көрінісі;
- * ересектермен қақтығыстардың болуы мүмкін;
- * эмоционалды тұрақсыздық;
- өзінің бірегейлігі мен өзін-өзі табуға тырысады;
- * жетекші оқу қызметін коммуникацияның жетекші қызметіне ауыстыру;
- * қабілеттердің дамуы мен мотивациясы сәттілік жағдайына байланысты;
- * нарцисстердің жасы.

1-жаттығу. "Бала проблемаларының баспалдақтары"

Мен сіздерден келесі сұрақтарға жауап беру арқылы кестені толтыруды сұраймын:

Жауаптарды ең оңай мәселеден бастап, күрделі мәселеге дейін жазуға тырысыңыз.

Мені балам мен екеуіміздің арамыздағы қарым-қатынаста не мазалайды? Бұл мәселені шешу үшін баланың қандай жақсы қасиеттеріне сүйенуге болады? Бұл мәселені шешуге қандай теріс әрекеттер кедергі келтіреді? Бұл жағдайдан шығудың қандай жолдарын ұсына аласыз? Жауаптарыңызға қараңыз. Сіз ұсынған нәрсені жүзеге асыруға не кедергі келтіреді? Баланың сіздің әрекеттеріңізге білдірер реакциясын болжауға тырысыңыз.

2-жаттығу. "Мен ата-ана сияқтымын"

Құрметті ата-аналар! Сұраққа шынайы жауап беріңіздер: Сіздерде ата-анаретінде қандай қасиеттер бар.

Жақсы ата-ана болуға көмектесетін

сапалар Жақсы ата-ана болуға

кедергі келтіретін сапалар Мәселені

шешу үшін сүйенетін сапалар

Күшейтуді қажет ететін сапалар

Жақсартқыңыз келетін ең маңызды қасиеттерді таңдаңыз.

Пантомима арқылы оны және оның күшеюін көрсету. Теріс

қасиеттерді азайту. "Мен ата-анамын" диаграммасын сызыңыз. Ата-

ана - шеңбер. Шаршы – оң

қасиеттер, Үшбұрыш – теріс қасиеттер. Диаграммаларды талдау.