**Ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығында сабақ өткізу кестесі**

**График проведения занятий в Центре педагогической поддержки родителей**

**(родители 1-4 классы)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Іс-шараның атауы****Название мероприятия** | **Мазмұны****Содержание**  | **Өткізу мерзімі****Сроки проведения** | **Жауаптылар****Ответственные** |
| 1 | Сапалы ұйқы: балалардың дамуы мен денсаулығының іргетасыКачественный сон: основа развития и здоровья детей | 1. Баланың тұлғасын 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.

1.Значение сна для развития личности ребенка. 2.Сон как основа развития когнитивных и эмоциональных навыков ребенка.1. Алгоритм формирования привычки.

Необходимые условия для здорового сна. | ҚыркүйекСентябрь | ТЖ директордың орынбасары Оразбек С.Н.Әлеуметтік педагог Хайрутдинова М.Р.Психолог Ониськива Е.В. |
| 2 | Дұрыс тамақтану әдет-ғұрпын құруСоздаем здоровые пищевые привычки | 1, Балалардың дамуындағы дұрыс тамақтанудың маңыздылығы: дене және психикалық жай-күй1. Дұрыс тамақтанбауға және олардың салдарларына байланысты аурулардың мысалдары
2. Дұрыс тамақтану негіздері: сорты, модерациясы және тепе-теңдігі.
3. Отбасында дұрыс тамақтану үшін қолайлы жағдай жасау бойынша практикалық

консультациялар.1. Важность здорового питания в развитии детей: физическое и психическое состояние
2. Примеры заболеваний, связанных с неправильным питанием, и их последствия
3. Основы здорового питания: разнообразие, умеренность и баланс.

Практические советы по созданию поддерживающей среды для здорового питания в семье. | ҚарашаОктябрь | Алиманова К.Б.Ильбишева А.Б. |
| 3 | Назар аударуды дамытуРазвиваем внимание | 1. 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.1. Важность и значимость проблемы развития детского внимания.
2. Основные свойства внимания.
3. Методы и приемы развития внимания.

Практические задания и игры для использования дома. | Қарашаноябрь | Халым АОсокина В.В. |
| 4 | Логикалық ойлауды үйренуУчимся мыслить логический | 1. Логикалық ойлау табыстың негізі ретінде
2. Балаларда логикалық ойлаудың негізгі аспектілері.
3. Балаларға осы шеберлікті дамытуға көмектесу тәртібі
4. Ата-аналарға практикалық консультация беру
5. Логическое мышление как основа успеха

Ключевые аспекты логического мышления у детей. 3.Как помочь детям развить этот навык. Практические советы для родителей | Желтоқсандекабрь | Жакенова А.Б.Абильдина А.Б. |
| 5 | Отбасылықкелісімнің кепілі – сенімді қарым- қатынасКлюч к семейной гармонии – доверительное общение | 1. Сенiмгерлiк қарым-қатынас: бақыттыотбасылық қатынастардың негiзi.2.Байланысты сенiмгерлiк басқарудың негiзгi принциптерi 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 дағдылармен практикалық кеңестер..1. Доверительное общение: фундамент счастливых семейных отношений.
2. Основные принципы и факторы доверительного общения.
3. Недоверие, псевдодоверие, истинное доверие. Разбор кейсов. Негативные последствия недоверия.

Ключевые навыки и практические советы родителям для успешного доверительного общения с ребенком. | Қантарянварь | Адиханова Ж.К.Ильбишева А.Б. |
| 6 | Баланы өзінің және басқа адамдардың сезімін түсінуге үйрету тәртібіКак научитьребенка понимать свои и чужие чувства | 1. Баланың дамуындағы қайғы-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.1. Эмпатия и ее роль в развитии ребенка.
2. Открытое общение, уважение и понимание чувств ребенка и других людей.
3. Способы выражения, понимания чужих и собственных чувств.

Научить ребенка разрешать конфликты - советы родителям. | Ақпанфевраль | Осокина В.В.Алиманова К.Б. |
| 7 | Балалардыңқауіпсіздігі – ересектердің қамқорлығыБезопасность детей – забота взрослых | 1.Дене дайындығы: төтенше жағдайлардаорганизмді қорғау дағдылары мен қабілеттері2.Эмоциялық дайындық: қорқыныш пен үрейді жеңу тәсілдері мен тәсілдері3.Танымдық әзірлік: қауіпсіздік саласындағы білімді және қорғау әдістерін меңгеру4.Әлеуметтік дайындық: қиын жағдайдағы баланың коммуникациялық дағдыларын жәнекоммуникациялық дағдыларын дамыту1. Физическая готовность: умения и навыки защиты организма в условиях ЧС
2. Эмоциональная готовность: приемы и способы преодоления страха и паники
3. Когнитивная готовность: владение знаниями безопасности и способами защиты

Социальная готовность: развитие навыков общения и коммуникаций ребенка в трудной ситуации | Наурызмарт | Абильдина А.Б.Жакенова А.Б. |
| 8 | Бақытты анаҚұпияларыСекретыСчастливого материнства | 1. Қазіргі ана болу ерекшеліктері
2. Отбасылық және кәсіптік жұмыспен қамту
3. Егер анам жалғыз қалса...

Тиімді ананың дағдылары.1. Особенности современного материнства
2. Семья и профессиональная занятость 3.Если мама осталась одна…

4. Навыки эффективной мамы. | Сәуірапрель | ТЖ директордың орынбасары Оразбек С.Н.Әлеуметтік педагог Хайрутдинова М.Р.Психолог Ониськива Е.В. |

**Ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығында сабақ өткізу кестесі**

**График проведения занятий в Центре педагогической поддержки родителей**

**(родители 5-9 классы)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Іс-шараның атауы****Название мероприятия** | **Мазмұны****Содержание**  | **Өткізу мерзімі****Сроки проведения** | **Жауаптылар****Ответственные** |
| **1** | Жасөспірімдердегіұйқы: Оқуға және мінез-құлыққа әсеріСон у подростков:влияние на учебу и поведение | 1. Жасөспірімдердегі ұйқы физиологиясы.
2. Ұйқының бұзылуы: дәрігерге кеңес беру үшін негіз.
3. Ұйқының бұзылуының жасөспірімдердің көңіл- күйіне, мінез-құлқына, оқу қабілетіне әсері.

Дұрыс ұйқы: ұйымдастыру әдістері, жағымды әдеттерді дамыту.1. Физиология сна у подростков.
2. Нарушения сна: повод для обращения к врачу. 3.Влияние нарушения сна на настроение, поведение, обучаемость подростков.

4.Здоровый сон: приемы организации, выработка позитивных привычек. | ҚыркүйекСентябрь | ТЖ директордың орынбасары Оразбек С.Н.Әлеуметтік педагог Хайрутдинова М.Р.Психолог Ониськива Е.В |
| **2** | Здоровый рацион для всей семьи | 1. Бүкіл отбасы үшін сау және бүтін тағамдарды таңдау.
2. Отбасы мүшелерінің ас мәзірін дайындауға, тамақ дайындауға және өнімдерді сатып алуға қатысуы.
3. Таңертеңгі ас, түскі ас және кешкі ас өткізбей теңдестірілген тамақ.

Ес-түссіз шамадан тыс асыра сілтеу1. Выбор здоровых и полезных продуктов для всей

семьи.1. Участие членов семьи в составлении меню, приготовлении пищи и покупке продуктов.

3.Сбалансированные приемы пищи, без пропусков завтраков, обедов и ужинов.4. Неосознанное переедание. | ҚарашаОктябрь | Канширова Ж.С.Бакирова Г.Г. |
| **3** | Жадыны дамытуРазвиваем память | 1. Неліктен жасөспірім есте сақтауда қиындықтар

туындауы мүмкін1. Жасөспiрiмдердiң есте сақтау ерекшелiктерi
2. Жадыны жақсарту үшін мнемониктерді тәжірибеден өту

Жақсы жадқа қадамдар1. Почему подросток может испытывать сложности

запоминания1. Особенности подростковой памяти
2. Практика мнемотехники для улучшения памяти

Шаги к лучшей памяти | Қарашаноябрь | Саусканова А.С.Бахытжанова Г.Т. |
| **4** | Балаңыздың ой-пікірін оятуРазбудите умвашего ребенка | 1. Жасөспірімдердің психикалық қабілеттері

мендағдыларын дамытудың маңыздылығы.1. Жасөспiрiмдердiң интеллектуалының дамуына жеткiлiксiз назар аудару проблемасы.
2. Жасөспiрiмдердiң интеллектуалды дамуының тиiмдi құралдары.

Жасөспiрiмдердiң интеллектуалдық дамуында ата-аналарды қолдау: практикалық ұсынымдар1. Важность развития умственных способностей и

навыков у подростков.1. Проблема недостаточного внимания к развитию интеллекта подростков.
2. Эффективные нструменты для развития интеллекта подростков.

Поддержка родителей в интеллектуальном развитии подростков: практические рекомендации | Желтоқсандекабрь | Бейсекеева Д.С.Хавалхан Х. |
| **5** | Жасөспiрiмнiңтүсiнiк алу және қабылдау тәртiбiКак понять ипринять подростка | 1.Жасөспiрiмнiң түсiнiк алу және қабылдау тәртiбi2.Жасөспірімдердің дамуын түсіну3.Жасөспіріммен эмпатия дағдыларын және тиімді қарым-қатынасты дамыту4.Жасөспiрiмнiң өзiн-өзi тиiстi сезiнуiн және өзiн- өзi сезiнуiн белгiлеу жөнiндегi ұсынымдарҚолайлы жағдай жасау әдістері Как понять и принять подростка1. Понимание развития подростка
2. Развитие навыков эмпатии и эффективной коммуникации с подростком
3. Рекомендации по установлению адекватной самооценки и самопонимания подростка

Методы создания поддерживающей среды | Қантарянварь | Сабитова З.О.Хуатай Б. |
| **6** | Бүлдiретiн сыртқыәсерлерге балалардың қарсы тұруыУстойчивость детей кразрушающим внешним влияниям | 1. Экстремистік идеологияларға байланысты

тәуекелдер мен қауіптер: Кейс-зерттеулер1. Рухани иммунитетті қалыптастырудың негізі ретінде сыни ойлау және эмоциялық интеллект
2. Балалардың санасы мен мінез-құлқын дерадикализациялау тәсілдері
3. Отбасы мен мектептің профилактикалық қызметінің тиімді стратегиялары, ашық қарым- қатынасты ынталандыру және бірлескен іс-

шараларға қатысу1. Риски и угрозы, связанные с экстремистскими идеологиями: анализ кейсов
2. Критическое мышление и эмоциональный интеллект как основа формирования духовного иммунитета 3.Способы дерадикализации сознания и поведения детей

4.Эффективные стратегии профилактической деятельности семьи и школы, поощрение открытого общения и участия в совместной деятельности | Ақпанфевраль | Ахметова С.Е.Токмурзинова Е.В. |
| **7** | Балаңыз төтенше жағдайға дайын ба?Готов ли вашребенок к чрезвычайной ситуации ? | 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 маңыздылығы туралы
4. Күтпеген қауіп кезінде адам өмірін сақтап қалу

үшін іс-қимыл алгоритмдері1. Особенности чрезвычайных ситуаций и принятие

конкретных мер при ЧС1. Правила поведения ребенка до и во время ЧС
2. О важности навыков самообладания при ЧС

Алгоритмы действии для сохранения жизни в неожиданной опасности | Наурызмарт | ТЖ директордың орынбасары Оразбек С.Н.Әлеуметтік педагог Хайрутдинова М.Р.Психолог Ониськива Е.В. |
| **8** | Әкелік — балабақытының қайнар көзіОтцовство –источник счастья ребенка | 1. Қазіргі әкенің құндылықтары қандай?
2. Әкесінің жеке қасиеттері
3. Әкені баланы тәрбиелеуге және тәрбиелеуге тарту

Сәтті өмір сүру үшін балада мықты қасиеттердің қалыптасуына әкенің ықпалы1. Какие ценности у современного отца?
2. Личностные качества отца
3. Вовлеченность отца в воспитание и обучение ребенка

4.Влияние отца на формирование у ребенка сильных качеств для успешной жизни | Сәуірапрель | ТЖ директордың орынбасары Оразбек С.Н.Әлеуметтік педагог Хайрутдинова М.Р.Психолог Ониськива Е.В. |

**Ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығында сабақ өткізу кестесі**

**График проведения занятий в Центре педагогической поддержки родителей**

**(родители 10-11 классы)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Іс-шараның атауы****Название мероприятия** | **Мазмұны****Содержание**  | **Өткізу мерзімі****Сроки проведения** | **Жауаптылар****Ответственные** |
| **1** | Жасөспiрiмнiңұйқысы мен психикалық денсаулығыСон и ментальноездоровье подростка | 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.

Ұсыныстар: Жақсы демалу үшін төсек алдында тыныш атмосфераны қалай жасауға болады1. Понимание важности здорового сна.
2. Влияния сна на физическое и психическое состояние.
3. Почему важно умение расслабиться перед сном и как это влияет на качество сна.

Рекомендации: как создать спокойную атмосферу перед сном для лучшего отдыха | ҚыркүйекСентябрь | ТЖ директордың орынбасары Оразбек С.Н.Әлеуметтік педагог Хайрутдинова М.Р.Психолог Ониськива Е.В |
| **2** | Тамақ ішуПитание вне дома | 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.
5. Развитие навыка принятия решений у ребенка.
6. Экологичные (психологически безопасные) способы замены фастфуда.
7. Поддержка здорового питания: мотивы и решения.

Практические советы и шаги здорового питания в домашних условиях и вне. | ҚарашаОктябрь | Ибраева А.Д. |
| **3** | Өмір бойы оқыту:неге? қалай?Учимся в течении всей жизни: зачем? как? | 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. Өзiн-өзi тәрбиелеудiң қандай дағдылары мен қабiлеттерiн бала меңгеруi тиiс.

Балаға өзiн-өзi тәрбиелеу жөнiндегi iс- шараларды ұйымдастыруға көмек көрсету тәртiбi.1.Зачем человеку нужно самообразование? 2.Какое место занимают в самообразовании самоанализ, самооценка, умение управлять собой? 3.Какими умениями и навыками самообразования должен овладеть ребенок.4.Как помочь ребенку организовать самообразовательную деятельность. | Қарашаноябрь | Хуатай Б. |
| **4** | Шығармашылық ты ынталандыруПоощряемкреативность | 1. Жоғары сынып оқушыларының жетістігінде шығармашылық ойлаудың маңыздылығы1. Шығармашылық ойлауды дамытуға ықпал ететін дағдылар
2. Отбасылық ортада шығармашылықты дамыту тәсілдері

Шығармашылыққа апаратын жол: әдістер мен тәсілдер1. Значимость креативного мышления в преуспевании

старшеклассников1. Навыки, способствующие развитию креативного мышления
2. Способы развития креативности в семейной обстановке

Путь к креативности: методы и подходы | Желтоқсандекабрь | Буранова К.Т. |
| **5** | Тұлғаныңқалыптасуы: тәуелсіздікке құқықСтановлениеличности: право на самостоятельность | 1. Ата-аналардан, кезеңдерден психологиялық

бөлінудің маңыздылығы.1. Бөліну түрлері: эмоциялық, құндылық, практикалық, қайшылық.
2. Бөлінуге әсер ететін факторлар: жағдайды талдау.

Ата-аналар мен жасөспiрiмдердiң өзара қарым- қатынастарында шекара белгiлеудiң маңыздылығы.1. Важность психологического отделения (сепарации)

от родителей, этапы.1. Виды сепарации: эмоциональная, ценностная, практическая, конфликтная.
2. Факторы, влияющие на сепарацию: анализ кейсов.

Значимость установления границ в отношениях между родителями и подростками. | Қантарянварь | Мурсалиева Б.Г. |
| **6** | Ата-аналардыңэмоциялық күйреуі: оны қалай болдырмауға және жеңуге болады?Эмоциональноевыгорание родителей: как его предотвратить и преодолеть? | 1. Эмоциялық сарқылу белгілерін тану әдісі:

алдағы күйік сигналдары.1. Тартылған ата-аналардың эмоциялық сарқылу кезеңдері
2. Эмоциялық күйзелістерді өз бетінше еңсерудің әдістері мен тәсілдері.
3. Эмоциялық күйзелістің алдын алу.
4. Как распознать признаки эмоционального

истощения: сигналы предстоящего выгорания.1. Фазы эмоционального истощения у вовлеченных родителей

Методы и приемы для самостоятельного преодоления эмоционального выгорания.4. Профилактика эмоционального выгорания. | Ақпанфевраль | Бакишева Ж.М. |
| **7** | Жеке қауіпсіздік мәдениетін қалыптастыруФормированиекультуры личной безопасности | 1. Жеке қауіпсіздік мәдениеті дегеніміз не?
2. Отбасында жеке қауіпсіздік дағдыларын сіңіру
3. Мінез-құлық этикасын және жеке қауіпсіздік мәдениетін қалыптастыру

Күнделікті өмірде жеке қауіпсіздік нормаларын, наным-сенімдерін, құндылықтарын қабылдау1. Что такое культура личной безопасности?
2. Привитие в семье навыков личной безопасности
3. Формирование этики поведения и культуры личной безопасности
4. Принятие норм, убеждений, ценностей личной

безопасности в повседневной жизни | Наурызмарт | Ибраева А.Д. |
| **8** | Болашаққаұмтылу: Балаңызға өз әлеуетіне жетуге қалай көмектесуге боладыВзгляд в будущее:как помочь ребенку раскрыть свой потенциал | 1. Жоғары сынып оқушысын түсіну тәртібі
2. Бала үшін жаңа мүмкіндіктер – ата-аналар үшін жаңа міндеттер
3. Кәсіп таңдауға көмек көрсету

Табысты өмір сүру үшін әмбебап дағдыларды дамыту1. Как понять старшеклассника
2. Новые возможности для ребенка — новые задачи родителей
3. Помощь в выборе профессии

Развитие универсальных навыков для успешной жизни | Сәуірапрель | ТЖ директордың орынбасары Оразбек С.Н.Әлеуметтік педагог Хайрутдинова М.Р.Психолог Ониськива Е.В |