**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 іргетасы  Качественный 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. | Қыркүйек  Сентябрь | ТЖ директордың орынбасары Оразбек С.Н.  Әлеуметтік педагог Хайрутдинова М.Р.  Психолог Ониськива Е.В. |
| 2 | Дұрыс тамақтану әдет-ғұрпын құру  Создаем здоровые пищевые привычки | 1, Балалардың дамуындағы дұрыс тамақтанудың маңыздылығы: дене және психикалық жай-күй   1. 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. | Қараша  Октябрь | Алиманова К.Б.  Ильбишева А.Б. |
| 3 | Назар аударуды дамыту  Развиваем 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. | Қараша  ноябрь | Халым А  Осокина В.В. |
| 4 | Логикалық ойлауды үйрену  Учимся 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 | Желтоқсан  декабрь | Жакенова А.Б.  Абильдина А.Б. |
| 5 | Отбасылық  келісімнің кепілі – сенімді қарым- қатынас  Ключ к семейной гармонии – доверительное общение | 1. Сенiмгерлiк қарым-қатынас: бақытты  отбасылық 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 дағдылар  мен 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. | Қантар  январь | Адиханова Ж.К.  Ильбишева А.Б. |
| 6 | Баланы өзінің және басқа адамдардың сезімін түсінуге үйрету тәртібі  Как научить  ребенка 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. | Ақпан  февраль | Осокина В.В.  Алиманова К.Б. |
| 7 | Балалардың  қауіпсіздігі – ересектердің қамқорлығы  Безопасность детей – забота взрослых | 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  коммуникациялық дағдыларын дамыту   1. 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 | Наурыз  март | Абильдина А.Б.  Жакенова А.Б. |
| 8 | Бақытты ана  Құпиялары  Секреты  Счастливого 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. | Сәуір  апрель | 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** | Жасөспірімдердегі  ұйқы: Оқуға және мінез-құлыққа әсері  Сон 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. | Қыркүйек  Сентябрь | 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 сілтеу   1. 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. | Қараша  Октябрь | Канширова Ж.С.  Бакирова Г.Г. |
| **3** | Жадыны дамыту  Развиваем память | 1. Неліктен жасөспірім есте сақтауда қиындықтар   туындауы мүмкін   1. Жасөспiрiмдердiң есте сақтау ерекшелiктерi 2. Жадыны жақсарту үшін мнемониктерді тәжірибеден өту   Жақсы жадқа қадамдар   1. Почему подросток может испытывать сложности   запоминания   1. Особенности подростковой памяти 2. Практика мнемотехники для улучшения памяти   Шаги к лучшей памяти | Қараша  ноябрь | Саусканова А.С.  Бахытжанова Г.Т. |
| **4** | Балаңыздың ой-  пікірін ояту  Разбудите ум  вашего ребенка | 1. Жасөспірімдердің психикалық қабілеттері   мен  дағдыларын дамытудың маңыздылығы.   1. Жасөспiрiмдердiң интеллектуалының дамуына жеткiлiксiз назар аудару проблемасы. 2. Жасөспiрiмдердiң интеллектуалды дамуының тиiмдi құралдары.   Жасөспiрiмдердiң интеллектуалдық дамуында ата-аналарды қолдау: практикалық ұсынымдар   1. 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 | Желтоқсан  декабрь | Бейсекеева Д.С.  Хавалхан Х. |
| **5** | Жасөспiрiмнiң  түсiнiк алу және қабылдау тәртiбi  Как понять и  принять подростка | 1.Жасөспiрiмнiң түсiнiк алу және қабылдау тәртiбi  2.Жасөспірімдердің дамуын түсіну  3.Жасөспіріммен эмпатия дағдыларын және тиімді қарым-қатынасты дамыту  4.Жасөспiрiмнiң өзiн-өзi тиiстi сезiнуiн және өзiн- өзi сезiнуiн белгiлеу жөнiндегi ұсынымдар  Қолайлы жағдай жасау әдістері    Как понять и принять подростка   1. 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 | Қантар  январь | Сабитова З.О.  Хуатай Б. |
| **6** | Бүлдiретiн сыртқы  әсерлерге балалардың қарсы тұруы  Устойчивость детей к  разрушающим внешним влияниям | 1. Экстремистік идеологияларға байланысты   тәуекелдер мен қауіптер: Кейс-зерттеулер   1. 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 қатысу   1. 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 | Ақпан  февраль | Ахметова С.Е.  Токмурзинова Е.В. |
| **7** | Балаңыз төтенше жағдайға дайын ба?  Готов ли ваш  ребенок 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 алгоритмдері   1. Особенности чрезвычайных ситуаций и принятие   конкретных мер при ЧС   1. Правила поведения ребенка до и во время ЧС 2. О важности навыков самообладания при ЧС   Алгоритмы действии для сохранения жизни в неожиданной опасности | Наурыз  март | ТЖ директордың орынбасары Оразбек С.Н.  Әлеуметтік педагог Хайрутдинова М.Р.  Психолог Ониськива Е.В. |
| **8** | Әкелік — бала  бақытының қайнар көзі  Отцовство –  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 ықпалы   1. 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 | Сәуір  апрель | 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** | Жасөспiрiмнiң  ұйқысы мен психикалық денсаулығы  Сон и ментальное  здоровье 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 болады   1. 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 | Қыркүйек  Сентябрь | ТЖ директордың орынбасары Оразбек С.Н.  Әлеуметтік педагог Хайрутдинова М.Р.  Психолог Ониськива Е.В |
| **2** | Тамақ ішу  Питание 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. | Қараша  Октябрь | 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. | Қараша  ноябрь | Хуатай Б. |
| **4** | Шығармашылық ты ынталандыру  Поощряем  креативность | 1. Жоғары сынып оқушыларының жетістігінде шығармашылық ойлаудың маңыздылығы   1. Шығармашылық ойлауды дамытуға ықпал ететін дағдылар 2. Отбасылық ортада шығармашылықты дамыту тәсілдері   Шығармашылыққа апаратын жол: әдістер мен тәсілдер   1. Значимость креативного мышления в преуспевании   старшеклассников   1. Навыки, способствующие развитию креативного мышления 2. Способы развития креативности в семейной обстановке   Путь к креативности: методы и подходы | Желтоқсан  декабрь | Буранова К.Т. |
| **5** | Тұлғаның  қалыптасуы: тәуелсіздікке құқық  Становление  личности: 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. | Қантар  январь | Мурсалиева Б.Г. |
| **6** | Ата-аналардың  эмоциялық күйреуі: оны қалай болдырмауға және жеңуге болады?  Эмоциональное  выгорание 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. | Ақпан  февраль | Бакишева Ж.М. |
| **7** | Жеке қауіпсіздік мәдениетін қалыптастыру  Формирование  культуры 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 қабылдау   1. 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 | Наурыз  март | Ибраева А.Д. |
| **8** | Болашаққа  ұмтылу: Балаңызға өз әлеуетіне жетуге қалай көмектесуге болады  Взгляд 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 дамыту   1. Как понять старшеклассника 2. Новые возможности для ребенка — новые задачи родителей 3. Помощь в выборе профессии   Развитие универсальных навыков для успешной жизни | Сәуір  апрель | ТЖ директордың орынбасары Оразбек С.Н.  Әлеуметтік педагог Хайрутдинова М.Р.  Психолог Ониськива Е.В |