

Хаттама № 3.1

Тақырып атауы: «Тәрбиеші -балабақшадағы басты тұлға».

Мақсаты: Тәрбиешінің мақсатын міндеттерін психологиялық таныстыру, балалардың денсаулығын, отбасы жағдайы мәселелері

Қатысқан педагог:20

Қатыспағаны:4

Жүргізілген күні 27.11 .2025ж

Тобы: Тәрбиеші, педагогтар

Кенес барысы: Тәрбиеші тәрбиеленушілердің күнделікті оқу-тәрбие жұмысын, демалыс уақытын ұйымдастырады. Ал бөбекжай мен балабақша тәрбиешісі мектеп жасына дейінгі балаларды тәрбиелейді, мектепке даярлайды, отбасына көмектеседі. Тәрбиеші балалардың жақын досы болуы керек, ал еркелетуге сақтықпен қараған жөн. Бір баланы еркелету басқа балалардың қызғанышын тудырады. Дегенмен, балаларды еркелету де қажет. Тәрбиеші өз талабына ұқыпты болуы қажет. Бала тек адамның жеке басының тікелей тигізетін әсері арқылы ғана тәрбиеленеді. Балабақша тәрбиешісі жас ұрпақты жан-жақты дамытып тәрбие беру, оны өмірге еңбекке даярлауда педагогикалық білімді көпшілік арасына насихаттау сияқты әрі жауапты , әрі қадірлі қоғамдық міндеттер атқарады.

Балабақша тәрбиешісінің міндеттері:

- а) Балаларды дұрыс тәрбиелеуді қамтамасыз етеді;
- б) Өз тобындағы әрбір баланың қызығуы мен қажетіне ұқыптылықпен, қамқорлықпен қарайды;
- в) Балалардың денсаулығын сақтауға , қорғауға байланысты дәрігер талабын орындайды;
- г) Балаларды отбасында, балалабақшада тәрбиелеу мәселелері туралы ата-аналармен жұмыс жүргізеді;
- д) Аудандық, қалалық әдістемелік бірлестіктерде, балабақшада педагогикалық кеңестің жұмысына қатысады;
- е) Балалармен жүргізілетін өз жұмыстары туралы жоспар құрады, есеп береді, әрбір сабаққа ұқыпты дайындалады.

Қортынды. қорыта келе, тәрбиешінің қызметі мен міндеттерін анықтап, тәрбиешінің жеке басына қойылатын талаптарға тоқталдық. Тәрбиешінің педагогикалық шеберлігі және қызметінің ерекшелігі айтылып, тәрбиешінің балабақшада оқыту мен тәрбиелеу бағдарламасын басшылыққа алып жұмыс жүргізу жолдары қарастырылады.

№41 «Назерке» бөбекжай-балабақша психологі:Айжанова А.К

Алдын алу және ағарту жұмысы

Ата-аналарға психологиялық кеңес «Ойын кезіндегі баланың дамуы»

Хаттама № 6

Тақырып атауы: «Ойын кезіндегі баланың дамуы»

Мақсаты: Бала өмірінде ойынның маңызды роль атқаратынын туралы ата-аналарға ақпарат және психологиялық кеңес беру.

Формасы: Ата-аналарға кеңес

Жүргізілген күні 22.10.2025 жыл

Тобы: ата-аналар

Кеңес барысы: Мектепке дейінгі балалардың жан-жақты дамуы үшін ойынның ролі ерекше. Ойын – жалпы адамзат мәдениетінің бірегей феномені, оның қайнар көзі мен шыңы. Мәдениет феномені ретінде ойын оқытады, дамытады, тәрбиелейді. Баланың өмірге қадам басардағы алғашқы қимыл-әрекеті – ойын, сондықтан да оның мәні ерекше. Қазақ халқының ұлы ойшылы Абай Құнанбаев: «Ойын ойнап, ән салмай, өсер бала бола ма?»-деп айтқандай баланың өмірінде ойын ерекше орын алады. Ойын мектеп жасына дейінгі баланың жеке басының дамуына игі ықпал ететін жетекші, басты құбылыстың бірі. Ойын арқылы баланың дене құрылысы жетіліп, өзі жасаған қимылына сенімі артады. Баланың бойында ойлау, тапқырлық, ұйымдастырушылық, шыдамдылық, белсенділік қасиеттер қалыптасады. Ойын дегеніміз – жаттығу, ол арқылы бала өмірге әзірленеді. Бала ойын арқылы өзінің күш-жігерін жаттықтырады, қоршаған орта мен құбылыстарды ақиқат сырын ұғынып, еңбек дағдысына үйрене бастайды. Былайша айтқанда болашақ қайраткердің тәрбие жолы, тәлімдік өнегесі ойыннан бастап өрбиді. Ойын үстінде бала бейне өмірдің өзіндегідей қуаныш, реніш сезіміне бөленеді. Бірақ бала одан ойын екенін білмейді деген түсінік тумайды. Сондықтан шындықтағыдай «сөйтеік, бүйтіп көрейік»-деуі, олардың «ойынды ойын»-деп түсінуінде жатыр.

Қорытынды: Ұлы педагог В.Сухомлинский «Ойынсыз, музыкасыз, ертегісіз, шығармашылықсыз, қиялсыз толық мәніндегі ақыл-ой тәрбиесі болмайды»-дейді, демек, шәкірттің ақыл-ойы, парасаты ұлттық салт-сананы сіңіруі ойын арқылы байи түспек.

№41 «Назерке» бөбекжай-балабақша психологі: Айжанова А.К

Алдын алу және ағарту жұмысы

«Балалардың психологиялық денсаулығын қалай сақтауға болады?»

Хаттама № 4

Тақырыбы: «Балалардың психологиялық денсаулығын қалай сақтауға болады?»

Мақсаты: Баланың физикалық және психологиялық денсаулығын нығайту және

3-5 жас аралығындағы баланың салауатты өмірінің қалыптасуындағы басты фактор оның қимыл-қозғалыс әрекетінің қаншалықты дұрыс жолға қойылғандығымен байланысты туралы кеңес беру.

Қатысқандар: Ата-аналар және педагогтар.

Формасы: Баядама оқылды және психологиялық кеңес беру

Мерзімі: 23.10.2025 жыл

Жиналыс барысы : Мектеп жасына дейінгі шақта дені сау тұлғаны қалыптастыру физикалық тәрбие беру мен оның тұлғасын, тіл табысу мен креативтілікті, өзін-өзі бағалау адекваттылығын, автономдылығын, өзін-өзі басқаруын дамытуға әсер ететін, гигиеналық ұйымдастырылған және арнайы жасалған әлеуметтік ортада, бағытталып дамуымен әрекетті байланысын қамтамасыз ету болып табылады. Мектепке дейінгі шақта тәрбиелік жұмыстар жасалу кезінде баланың өз денсаулығына деген позитивті күтім жасау динамикасы байқалады. 5-тен 7 жасқа дейінгі жас аралығы баланың өз денсаулығына деген саналы қарым-қатынасын және физикалық мүмкіндіктері мен психологиялық дамуын қалыптастырудың қолайлы уақыты болып саналады. Балада өз денсаулығына деген жасампаз ұстанымын қалыптастырудың маңызды алғышарттары болып, салауатты өмір салтына қажеттілігі болуымен шарттанады, ол ерекше шарттар қатарын орындау кезінде қалыптасады, олардың бәрі баламен, оның өз физикалық қабілеттерін рефлексиялау және олардың денсаулық күйімен байланысты болып келеді. Бала ағзасының қозғалыс белсенділігіне қажеттілігі әр балада әртүрлі және көптеген физиологиялық, әлеуметтік-экономикалық және психологиялық факторларға байланысты болады. Баланың қозғалыс белсенділігіне қажеттілік деңгейі көбінесе тұқым қуалайтын және генетикалық белгілермен анықталады. Ағзаның қалыпты дамуы мен қызмет етуі, денсаулықты сақтау үшін қозғалыс белсенділігінің белгілі бір деңгейі қажет. Бұл аралықта қозғалыс белсенділігінің ең төменгі, оңтайлы және ең жоғарғы деңгейлері болады. Баланың физикалық және психологиялық денсаулығын нығайту дегеніміз – әр баланың бірін-бірі қайталамайтын жеке тұлға екендігін ескере отырып, оның өз өмір жолын таңдауға еркі бар, өзінің табиғи қабілеттерін дамытуға құқығы бар, өзінің «мені» бар сапаларын сақтай отырып, дене дамуын нығайту. Балаға өз қызығушылығы мен сұранысы және мақсаттары бар тұлға деп қарау қажет. Нығайту жүйесі тұлғаның еркін дамуымен, оның физикалық, интеллектуалдық, эмоционалдық,

психологиялық, моральдық-еріктік және құндылық қабілеттерінің үйлесімді дамуы үшін бүкіл адамзат цивилизациясының мәдени жетістіктері негізінде дамуы жүзеге асу үшін жағдай жасайды. Мектепке дейінгі кезең – бала ағзасының

өте қарқынды дамитын кезеңі. Яғни осы жас шамадағы баланың ағзасының барлық жүйке жүйелері мен дене мүшелерінің және жүйкелік-психикалық дамуы қалыптаса түсетін кезі. Ал жекелеген жүйелер, мүшелер - жүрек, тамыр, жүйке психологиялық тыныс алу, имуналдық жүйелері толыққанды жетілмесе, онда бала ағзасының қорғаныс күші және ауруға қарсылықты көрсете алуы әлі де жеткіліксіз болып келеді. Бала аз қимыл-әрекет жасағанда ауруға жиі ұшырайды. Сондықтан да мектепке дейінгі ұйымда осы денсаулық сақтау іс-шаралары міндетті түрде кешенді және жүйелі түрде жүргізілуі қажет. Сонда ғана жаңа өсіп келе жатқан өскелең ағза сыртқы факторлар әсеріне төтеп бере алатын болады. Мектепке дейінгі білім беру ұйым әрекетінің басым бағыттарының бірі - әр баланың физикалық және психикалық денсаулығын сақтауға жағдай жасау, балалардың дұрыс эмоционалдық саулығын сақтау, әрбір баланың ерекшелігін сақтауға, педагогикалық сүйемелдеуіне жағдай жасау болып табылады. Осының бәрі – денсаулық сақтау кеңістігі немесе білім беру мекемесінің денсаулық сақтау ортасы деген түсінікке жатады. Денсаулық сақтау ортасы дегеніміз – баланы икемді дамытатын, қысым көрсетпейтін орта, оның негізіне балалардың эмоционалды жайлы ортасы мен жағымды күн тәртібі жатады. Қазіргі кезде денсаулық сақтау кеңістігі әлеуметтік-гигиеналық және психологиялық-педагогикалық, әдеп-этикалық, экологиялық, денсаулықты сауықтыру білім беру жүйелерінің кешенді шаралары деп қарастырылады. Осы кешенді шаралар баланың отбасында, балабақшада, тұрмыстық ортада аман-сау дамуына, психологиялық және физикалық денсаулығына жағдай жасайды.

Қорытынды:

Мектепке дейінгі жаста баланың денсаулығының өмір бойы қалыптасуы орындалады. Бұл жаста дене тәрбиесінің ұйымдастырылуы баланың алдағы уақыттағы дамуына әсерін тигізеді. Осы жас аралығында баланың өзіндік қасиеттері, оқу әрекетіне қызығушылығы және баланың қабілеттері ашыла бастайды. Мектепке дейінгі балалардың жасында дене шынықтырудың қалыптасуы оқу-тәрбие үрдісінде қоршаған ортаны танып білуде, жолдастарына және өзіне деген оң көзқарастық орнатады. 3-5 жас аралығындағы баланың салауатты өмірінің қалыптасуындағы басты фактор оның қимыл-қозғалыс әрекетінің қаншалықты дұрыс жолға қойылғандығымен байланысты. Себебі, қимыл қозғалыс жаттығулары бұлшық еттерге қан жүгіртіп, ағза қорегін арттырады. Балалар үшін қозғалыс әрекеті үлкен мұқтаждық болып табылады. Қозғалыс - бала үшін үлкен бір қуаныш көзі, сондықтан да қимыл күші оның денесін нығайтумен қатар психикалық дамуына үлкен әсерін тигізеді. Сондықтан мектеп жасына дейінгі балалардың мұндай қозғалыстарын дұрыс жоспарлап, оны іске асыру балалардың қимыл дағдыларын дұрыс

қалыптастыруға, саналы қозғалыстарды көбейтуге, ағзаның бейімделу қабілетіне және психологиялық тұрғыда қалыпты дамуына әсер етеді.

№41 «Назерке» бөбекжай-балабақша психологі: Айжанова А.К

Алдын алу және ағарту жұмысы

«Балабақшада бірінші рет»

Хаттама № 1

Тақырыбы: «Баланың балабақшаға бейімделуі»

Мақсаты: Ата — аналардың өзара қарым — қатынасын жақсарту. Балабақша өмірімен таныстыру, тәрбиешімен дұрыс қарым — қатынаста болу. Психологиялық кеңес, ағарту жұмыстарын жүргізу. Бала жанұясы мүшелерін бір-бірін түсіне білуге және жақсы қасиеттерге тәрбиелеу.

Қатысқандар: Ата-аналар, тәрбиешілер, балалар.

Көрнекіліктер: Отбасысуреті, бояуқарындаштар, қалам, таза парақ, ватман, шарлар, қайшы, желім, презинтациялар.

Формасы: Психологиялық кеңес беру

Мерзімі: 04.09. 2025 оқу жылы

Тобы: №8 «Көжек» №9 «Балапан» топтары

Қорытынды : Баланың әлеуметтенуі қашан қайда басталады? Әрине бірінші отбасында және балабақшаға келгенде. Балабақшада таныс емес үлкен адамдармен, балалармен танысады, мінез құлық ережелері мен нормаларын меңгереді. Жаңа жағдайға бала қалай үйренеді? Өкінішке орай балабақшаға бейімделу көбінесе қиын және ауыр өтеді. Бала тамақ ішпейді, ұйықтамайды, балалармен және үлкен адамдармен араласудан бас тартады да, қоршаған ортаға деген қызығушылығы төмендейді, ойыншықтарды ойынға қатыстырмайды.

Баланың балабақшаға қиын бейімделу себептері:

- Басқа адамдармен бұрын қалып көрмегендіктен,
- Дәретке өзі отырып үйренбегендіктен.
- Кейбір тағамдарды жеу дағдысы жоқ, мысалы қызылша, орамжапырақ, қатты тамақты шайнап үйренбеген (картоп, нан).
- Балабақшаға келген алғашқы күндері бала 2 сағатқа қалу керек.Көбінесе ата-аналар жұмыс тәртібін айтып, баланы күні бойы балабақшада қалдырады.Осының нәтижесінде күрделі және созылмалы мәселелер пайда болады.
- Балаңызбен үйде сөйлесесіз бе, оны мақтайсыз ба, оны жақсы көретіңіз туралы айттыңыз ба?

Ата-аналардың балаға эмоцияналдық әсері көбінесе жағдайды қиындатады.

Әр отбасында бейімделудің үш түрі бар.

- жеңіл түрі — баланың мінез-құлқы 10-15 күнде қалпына келеді;
- орташа ауырлық бейімделу — 1 айдың ішінде;
- ауыр бейімделу — 2 айдан 6 айға дейін өтеді.

Қобалжулары қатты ата-аналардың балалары да балабақшаға қиын бейімделеді, өткені ата-анасының қобалжуын көріп, баланың қорқынышы ұлғая бастайды.Осы кезде ата-аналар балаға көмек беруі керек.

Ертеңгілік қоштасуды жеңілдету тәсілдері:

- Баламен тез қоштасып үйреніңіз. Қоштасуды созбаңыз.Бала сіздің қобалжығаныңызды көріп, тыныштануы ұзаққа созылады.
- Балаңыз сізге сенсін десеңіз, балабақшаға әкеліп, көрінбей қашып кетпеңіз.
- Балаңызға ұнайтын қоштасу рәсімін ойлап табыңыз және соны қатал ұстаныңыз. Балабақшаға барғаны үшін жаңа ойыншық сатып алып, балаңызды алдарқатпаңыз.

— Балаға анық түсінік беру керек.

Бір рет болсын баланың дегенін істесеңіз әрі қарай баланы көндіру өте қиынға түседі.

2 -3 жастағы балалар үшін балабақшаға бейімделу күрделі құбылыс. Бейімделу уақытында баланың эмоциялық жағдайы көп өзгеріске түседі.

Сондықтан кеңес береміз:

— Үйдегі жағдайды балаңыз келетін топтың күн режимімен бірдей етіп ұйымдастыруға жұмыстаныңыз.

— Балабақшаның тамақтану ас мәзірімен танысып баланың үйдегі тамақтануына балабақшада ішетін тамақтар түрін қосыңыз

— Үйдегі жағдайда баланың өзіне — өзі қызмет етудің алғы шарттарына үйрете беріңіз: жуыну, қолын сүрту, шешіну, өз бетімен тамақтану, тамақ ішкенде қасықты пайдалану, горшокқа сұрану. Киімдері міндетті түрде өзіне ыңғайлы болуы шарт: шалбар не болмаса шорты замоксыз, белдеушесіз.

— Баланың «социалдық көкжиегін» кеңейтіңіз, ауладағы өзімен құрдас балалармен көбірек ойнатыңыз, жолдастарына қонаққа барсын, әжесінде қонуға қалсын т.с.с. Осындай тәжірибе жинақтаған бала өз құрдастары мен үлкендер арасында тез үйренісіп, тіл табысатын болады.

— Баламен жағымды эмоционалдық жағдайлар жасау қажет, ол көбіне ата – ана жағынан болуы қажет, балабақша туралы, оның өзіне керектігін түсіндіріп балаңызды сүйіп, аймалап, жиі оған өз мейіріміңізді көрсетіңіз. Есіңізде болсын Сіз көбірек осындай жылылық білдірсеңіз Сіздің балаңыз балабақшаға тез бейімделеді. Балаңыздың көзінше балабақша туралы өзіңізді толғандыратын мәселені айтудан аулақ болыңыз.

— Бірінші күні балабақшаға серуенге келген дұрыс, тәрбиешімен танысып, балаңызға жаңа достар табуға. Сондай-ақ балаңыздың сүйікті ойыншығын балабақшаға беріп жібергеніңіз абзал.

— Жоспарлаңыз, балабақшаға бірінші келген мезгілінде балаңызды бірінші күні – ақ күн ұзағына қалдырмауды. Балабақшаға жаңадан келген балалар алғашқы аптада 3 – 4 сағат, одан әрі түске дейін, айдың аяғына таман егер тәрбиеші кеңес берсе күні бойына қалдырылады.

— Кейбір балалар үшін аптаның ортасында жүйкесін тоздырмау үшін «демалыс» алуға болады.

— Бейімделу мерзімінде үйде демалыс кезінде баламен көп шұғылдануды қажет етеді, серуен жасау, күн режимін сақтау, эмоциялық жүктемесін түсіру қажет.

— Бала балабақшаға тек ауырмай келуі қажет. ОРЗ, ОРВИ сақтану үшін түрлі витаминдер пайдалану қажет, мұрын қуыстарын оксолин мазмен сылап тұру қажет. Егер Сіздің балаңыз көпшіл, өз жақындарыңызбен бірге бөтен адамдарды жатырқамаса, ойын кезінде өздігімен ойнай білсе, мінезі ашық, өз құрдастарымен мейрімді болса балабақшаға келген күннен бастап-ақ үйреніп кететіне сеніңіз. Баланың балабақшаға барлық бейімделу уақытында психологпен балабақшаның медика – педагогикалық қызметі бақылауға алады.

Ұсыныс: Ата-ана және топ тәрбиешісі бірлесе отырып балабақшаға жаңадан келген балаға барлық жағынан көмек беру және түсіністік таныту ұсынылады.

№41 «Назерке» бөбекжай-балабақшасы психологі: Айжанова А.К

Алдын алу және ағарту жұмысы
«Жаңа ортаға бейімделу»
Хаттама № 2.1

**БАЛАНЫҢ БАЛА-БАЛАБАҚШАҒА БЕЙІМДЕЛУІ КЕЗІНДЕ АТА-АНАЛАРҒА
ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ КЕҢЕС**

Мақсаты: Мектепке дейінгі мекемеде психологиялық қызмет құру қажеттілігі басқа түскен қиындықтарды шешуге қабілеттілігінен байқалады.

Формасы: Ата-аналарға педагогтарға кеңес

Жүргізілген күні: 25.09.2025 жыл

Тобы: ата-аналар педагогтар

Кеңес барысы

Баланы балабақшаға беру немесе бермеу жағдайы жанұяның барлық мүшелерінің эмоциялық күйіне, жанұяның маңызды мәселелеріне байланысты. Қазіргі уақытта көпшілік ата-ананы “Бала үшін балабақша қажет пе?” – деген сұрақ толғандырады. «Мектепке дейінгі мекемелерде тәрбиеленген бала мектепке тез бейімделеді, әлеуметтік қатынасқа жақсы түседі, құрдастарымен қарым-қатынаста тәжірибе жинақтайды» – деген түсінік қалыптасқан.

Баланың балабақшаға бейімделуі өзінің психо-физиологиялық және тұлғалық ерекшеліктеріне, отбасылық қарым-қатынастарына, мектепке дейінгі мекемедегі қатысу шарттарына байланысты. Анасынан және жанұядан тыс жерде ересектер және өзге балалармен жаңа қарым-қатынас орнату бала үшін қиындық тудырады. Әр бала жаңа жағдайға әртүрлі бейімделеді. Мысалы, 2-3 жастағы балалар үшін балабақшаға бейімделу күрделі құбылыс, өйткені анасымен күштарлық сезімі тығыз, анасының жоқ болғаны баланың қарқынды қарсылығын толғатады, әсіресе бала сезімтал болса. Бейімделу уақытында баланың эмоциялық жағдайы көп өзгеріске түседі.

Баланың балабақшаға қиын бейімделу себептері:

- Дәретке өзі отырып үйренбегендіктен;
- Кейбір тағамдарды жеу дағдысы жоқ, мысалы: қызылша, орамжапырақ, картоп;
- Балабақшаға келген алғашқы күндері 2 сағатқа қалу керек. Көбінесе ата-аналар жұмыс тәртібін айтып, баланы күні бойы балабақшада қалдырады. Осының нәтижесінде күрделі және созылмалы мәселелер пайда болады.

Әр отбасында бейімделудің үш түрі бар.

- Жеңіл түрі – баланың мінез-құлығы 10-15 күнде қалпына келеді;
- Орташа ауырлық бейімделу -1 айдың ішінде;
- Ауыр бейімделу – 2 айдан 6 айға дейін. Бала үшін өзінің отбасында өзін ұстау ережелері қалыптасып қалған. Балабақшаға келген күннен бастап үйреншікті өмір сүру ортасы өзгереді.

Бұл неден көрініс табады?

- Баланың эмоционалды жағдайы, ұйқысы, тәбеті нашарлайды;
- дене қызуы көтерілуі мүмкін;
- бала бойында қалыптасып қалған жақсы қасиеттерінің жоғалуы мүмкін;
- иммунитеттің төмендеуі, салмағының азаюы мүмкін. Бала ортаға бейімделгеннен кейін эмоционалды жағдайы қалпына келеді.

Қобалжулары қатты ата-аналардың балалары да балабақшаға қиын бейімделеді, өйткені ата-анасының қобалжуын көріп, баланың қорқынышы ұлғая бастайды. Осы кезде ата-аналар балаға көмек беруі керек.

Психологтің кеңесі:

- Баланы балабақшаға апармас бұрын, оның өзге балалармен көбірек араласуына мән беріңіз. Балалар саябағына, ойын алаңдарына жиі ертіп барып тұрғаныңыз абзал. Құмда ойнауға, әткеншекте ұшуға үйретіңіз;
- Балаңыз баратын топтың тәрбиешісімен алдын ала танысып алыңыз. Баланың бойындағы жеке ерекшеліктерінен хабардар етіңіз;
- Балабақшаның тамақтану ас мәзірімен танысып, баланың үйдегі тамақтануына балабақшада ішетін тамақтар түрін қосыңыз;
- Баланың үйдегі жағдайда өзіне-өзі қызмет етудің алғы шарттарына үйрете беріңіз: жуыну, қолын сұрту, шешіну, өз бетімен тамақтану, дәретке сұрану т.б;
- Баланы ауладағы өзімен құрдас балалармен көбірек ойнатыңыз, жолдастарына қонаққа барсын, әжесінде қонуға қалсын.
- Баламен жағымды эмоционалдық жағдайлар жасау қажет, ол көбіне ата-ана жағынан болуы қажет. Балабақша туралы, оның өзіне керектігін түсіндіріп, балаңызды сүйіп, аймалап, жиі оған өз мейіріміңізді көрсетіңіз.
- Бірінші күні балабақшаға серуенге келген дұрыс: тәрбиешімен танысып, жаңа достар табу үшін.
- Бейімделу кезінде үйде демалыс күндері баламен көп шұғылдану керек.
- Балабақшаға бала тек ауырмай келуі қажет.

Психолог баланың балабақшаға барлық бейімделу уақытында бақылауға алады. Балабақшада баланың өзін еркін сезінуіне қажетті машықтарынан басқа, оның ұжымға араласуға психологиялық дайындығы да аса маңызды. Баланың көңілін ашық, жылтыр заттар өзіне аударады. Мысалы: сабын көпіршіктері, шарлар. Тәрбиешілер баланың назарын топтағы ойыншықтарға аудару қажет. Саусаққа киетін ойыншықтарды алып баламен сөйлесу, доппен ойын ұйымдастырып, жаңадан келген балаларды шақыру керек. Эмоция балалардың өмірінде маңызды роль атқарады. Олар шындықты ұғындыруға және дұрыс қарым-қатынас құруға көмектеседі. Сезім бет-әлпетімізде, іс-әрекетте, ым-ишарадан көрініп тұрады. Тәрбиешілер мен психологтардың балалармен жеке тұлға ретінде қарым-қатынас жасауындағы басты мақсаты – баланы өзі туралы айтуға, өзінің сезімі, ойы, әдеті туралы әңгімелесуге, оны ой елегінен өткізіп баға бере білуге, тек өзіне ғана емес, жанындағы адамдарға да көңіл аудартып, оларды өзіндік табиғи болмысымен қабылдап, ізгі-ниет, ықылас таныта білуге, эмоционалдық көңіл-күй мен мінез-құлықты ұғына білуге үйретуден басталады. Баланың қабілеттерін ашуда, дамуында, бойындағы икемділіктерін байқауға, баланың психологиялық және жеке тұлғалық дамуындағы болатын кемшіліктерінің алдын алуда психологиялық көмектің маңызы зор.

Баланың балабақшаға бейімделуі оның жағдайы мен көңіл-күйінің тұрақтануы болып табылады. Балалар жаңа ережелерге, бір-бірімен сыйластыққа үйренеді. Ең бастысы, ата-ана баланың балабақшаға бейімделуіне өз ықыласы бар екенін түсінуі тиіс. Балабақшаға бейімделу мәселесі мерекеден, демалыстан және жанұяның ішкі жағдайлары өзгергенде (сәби дүниеге келгенде, анасы іс-сапарға кеткенде және т.б жағдайларда) қайта жалғасуы мүмкін. Балабақшада қалу уақытын азайтып, апта арасында үзіліс ұйымдастырумен шешуге болады. Балабақша туралы баламен әңгімелескенде, онда көп нәрсе үйренуге, баланың және тәрбиешісімен достасуға болатындығын айту қажет. Ата-ананың сенімділігі, жайлылығы балаға сенімділік берері сөзсіз. Үйдің жайлы және әдеттенген атмосферасынан ажырап, ол

балабақшадан қажеттігін тауып, тәрбиешілермен балалармен жақсы қарым-қатынасқа түсуге үйренеді. Туындаған мәселелер бірдей болуы мүмкін, бірақ әр ата-анада одан шығу жолдары әртүрлі.

Егер де балаңыз жоғарыда айтылған машықтардың бәріне әдеттенген болса, онда ол балабақшаға баруға толығымен дайын. Дегенмен де, баланы балабақшаға дайындауға көбірек уақыт бөлсеңіз, оның жаңа өмірге бейімделуі оңай болмақ.

Ұсыныс: Ата-ана және топ тәрбиешісі бірлесе отырып балабақшаға жаңадан келген балаға барлық жағынан көмек беру жаңа ортаға бейімделуге түсіністік таныту ұсынылады.

№41 «Назерке» бөбекжай-балабақша психологі: Айжанова А.К

Алдын алу және ағарту жұмысы Хаттама № 2

«Балалардың жас ерекшеліктері»

Тақырыбы: «Мектеп жасына дейінгі балалардың психологиялық ерекшеліктері»

Мақсаты: Мектеп жасына дейінгі балалардың психологиялық ерекшеліктерін әр жас ерекшеліктеріне тоқталып кеңестер беру.

Формасы: Ата-аналарға педагогтарға кеңес

Жүргізілген күні: 13.10.2025 жыл

Тобы: ата-аналар педагогтар

Кеңес барысы : Мектепке дейінгі кезеңде бала психикасы дамуының негізгі бағыттарын түсіндіру.

3-тен 6 жасқа дейінгі аралықты мектепке дейінгі кезең деп есептейді. Бұл кезде бала алғышқы кезеңмен салыстырғанда тез өсіп, салмағы тез артады. Жоғары жүйке жүйесінің дамуы да жоғарылайды, бойының өсуінде де өзгерістер байқалады. Мысалы, 5 жасында 6-7 см-ге артса, 6 жаста 7-8 см өссе, 7 жасында 10см өседі. Баланың кеуде клеткасының өсуіне байланысты аяғы мен дене пропорциясы өзгереді. Бұлшық еттері дамиды, денесі кішкене кезеңмен салыстырғанда сымбатты бола бастайды. Қимыл қозғалысының дамуы бұлшық етінің дамуына үлкен әсерін тигізеді. Сонымен қатар қанайналым жүйесінің жұмысында да өзгерістер байқалады. Жүрегінің көлемі 4 жас пен 1 жасты салыстырғанда 4-5 есе артады. Сәбилік кезеңмен салыстырғанда қан тамырларының соғуы да жиілейді. 5-6 жаста қан тамырларының соғуы төмендейді, бірақ ересек адаммен салыстырғанда баланың қан тамырының соғуы жиі болады. 7 жасқа келгенде бас миы салмағы артады, яғни 3 жаста 1200 грамм болса, 7 жаста 1250 грамм болады. 3 жасқа дейін баланың екінші сигналдық системасының дамуы психикасының дамуына өзіндік сепігін тигізеді. Өйткені бала құрбы-құрдастарымен, айналасындағы үлкен адамдармен жиі-жиі тілдік қарым-қатынаста болады, бұның өзі баланың логикалық ойлауына ерік сапасы мен есінің, қабылдауы мен қиялының, зейінінің дамуына әсер етеді. Соның нәтижесінде баланың алдыңғы кезеңдермен салыстырғанда қоршаған ортамен қарым-қатынасы артып, жас кезеңіне тән өзіндік ерекшелігі қалыптасады.

3 жастан кейінгі кезең сәбилік кезеңнен мектепке дейінгі өту кезеңі деп есептеледі. Осы кезде бала заттармен өз бетінше әрекет етуге талпынады, бірақ әлі де болса үлкендер тарапынан қамқорлық күтеді. Сөйлеуі дұрыс дамып жетілуіне байланысты, сөзі анық емес, түсініксіз болады.

4 жасқа келгенде денесінің бұлшық етінің күші артып, ептілігі, икемділігі, қозғалысқа икемділігі байқалады. Доптың немесе басқа бір заттарды нысанаға лақтырып қағып алуды үйренеді, бірақ көргені мен естігенін ұзақ есінде сақтап, өз мағынасында тез жаңғыртып бере алмайды. Рөлдік ойындарын да күнделікті көріп жүргендерін ғана бейнелейді.

5 жасқа келгенде қимыл-қозғалысының нақты дамуына байланысты, жүру, жүгіру, секіру, қабырғадан өрмелеу, еңбектеу, шаңғы, шана, велосипед тебуді үйренеді. Үлкендермен еркін қарым-қатынас жасауына байланысты баланың грамматикалық сөздік өоры молайып, тәрбиешінің айтқан сөздерін жақсы түсініп, оған өзінің түсінігі бойынша жауап береді. Осы кезде тәрбиешінің тапсырмасын және қарапайым еңбек әрекеттерін де орындайды. Үлкендердің басшылығымен көптеген әдет-дағдыларды меңгеру де бала психикасының дамуына көп ықпалын тигізеді. Ертегі және әңгімедегі кейіпкерлерге өзінше баға беріп, талдау жасайды, соның нәтижесінде қиял, ойлау, есте сақтауының дамығандығын байқаймыз. Бала ұжыммен бірігіп, ойнап, еңбек әрекеттерінің нәтижесінде өзінің жасаған жұмысына эмоциялық баға беріп, эстетикалық талғамы артады. Бала 6 жасқа келгенде ерекше қарқынмен дамып, дене бітімі күрделенеді, Барлық органдарының жұмыс істеу қабілеті артады, оқу әрекетін орындағанда да, қағаз-қарындашпен де еркін

әрекет ете алатын болады. 6 жасқа келгенде сөздің тура және жанама мағынасын түсінеді. Бұл жаста ойынның мазмұнын күрделеніп, өмірдегі барлық шындықты бейнелеуді көздейді.

Мектеп жасына дейінгі балалардың темперамент типінің ерекшелігінің мәні

Темпераменттің табиғи қарапайым көріністері балалық шақта жақсы байқалады. Бала өскен сайын оның сыртқы ортамен қарым-қатынасы күрделене түседі де, оның айналасындағы үлкендерден алатын әсері де мол болады. Соған байланысты темпераменттің өзгеріске түсетін ерекшеліктері бүркемеленеді. Темперамент баланың жеке басының реакциясының негізгі түрі болып келетін қасиет. Балалық шақта сол таза күйінде де кездеседі. Бірте-бірте өмір сүру барысында саналық өзгеріске түсіп отырады. Даму барысында темпераменттің бір белгісінің әлсіреп, екіншісінің күшеюі салдарынан мінез-құлықтың кейбір жақтарының өзгеріске ұшырап отыруы да ықтимал. Даму барысында туындайтын осындай сапалы өзгерістердің осы күрделі үрдісінің бәрі сайып келгенде тұрмыс-салтына әрекеттері мен тәрбиесіне тәуелді. Өйткені өмір жағдайлары темпераментке материалдық негіз болып табылатын жүйке жүйесінің өзгешеліктеріне ықпал жасайды. Мысалы бір жағдай психикалық үрдістердің әсерлілігі мен эмоциялық қозуына ағысы мен күшінің дамуына жағдай туғызуы, ал басқа жағдайлыр керісінше психикалық даму қарқынын баяулатып, оның белсенділігін басып, тежеуі мүмкін.

И.П.Павлов шартты рефлексдер әдісі арқылы жоғарғы жүйке қызметінің және жүйке жүйесінің, негізгі қозу және тежелудің заңдылықтарын ашты. Жүйке жүйесінің негізгі күші тепе-теңдік қозғалғыштығы бойынша төрт тип те жиі ұшырасады. Бұлардың үшеуін күшті тип, біреуін әлсіз тип деп атайды. Мысалы күшті типтің біріншісі *ұстамсыз тип*. Олардың жұмыс істеу қабілеті күшті, қозу тежелу үрдістері бір-бірімен сәйкес келмейді. Қозу типі басым келіп отыратын ерекше қозғалыстағы тип күшті типтің екіншісі *ширақ тип*. Мұның қозу мен тежелу үрдістері бір-біріне тең келіп тез алмасып отырады. Күшті типтің үшіншісі қозу мен тежелу үрдістері баяу көрініп отырады. Ұстамсыз тип -холерик, сангвениктерде ширақ тип, қозу мен тежелуі тең, қозғалысы баяу – флегматик, жүйке жүйесі әлсіз тип – меланхолик деп анықталған. Бір топтағы немесе сыныптағы балалардың ішінде әртүрлі темперамент типтерінің өкілдері кездеседі. Кеңес психология ғылымының профессоры Вольф Соломонович Мерлин темпераменттің көрінуі туралы сапалы психологиялық қорытынды таблица жасады.

Сангвеник Күшті қозғалғыш тепе-теңдік тип. Реакция туғызу қабілеті жоғары. Кейде әлсіз нәрсеге де, қатты мардымсыз бір нәрсеге де ашуланып қалады. Оның мимикасы қимыл қозғалысы белсенді. Өмір жағдайының өзгеруіне тез бейімделгіш. Өзінің көңілі ауған іс-әрекетіне барлық ынтасымен кіріседі. Іс-әрекеттің бір түрінен екінші түріне тез ауысып, бейімделіп кетеді. Оның бет бейнесінен көңіл-күйі, адамға деген ықылас-сезімділік көрініп тұрады. Өзінің зейіні тез шоғырланады. Ұшқыр ойлы, өткір тілді, бірақ әлі де түйсінуі өте сезгіш. Жоғарғы табалдырығы төмен жарық тітіркендіргіштер мен дыбысты жақсы ажырата алмайды. Белсенді, күшті, қайратты, батыл, үнемі мен айтамын деп қолын жиі көтеріп отырады. Ол тірбиеге тез үйренеді. Өзінің сезгіш ерік күші жақсы дамыған, өзін көпшілік ортада жақсы ұстайды. Жылдам қимылдайтын, тез сөйлейтін, жаңаны тез қабылдағыш, зейінді, айналасындағылармен тез тіл табысып кететін, көпшілік ортада да өзін еркін көңілді ұстайтын тип.

Холерик Бұл күшті тип. Кез келген ісе барлық күш жігерімен кіріседі. Белсенді бірақ реакция туғызу қабілеті белсенділігіне қарағанда басымырақ. Сондықтан да бетімен кеткен ұстамсыз, шыдамсыз, күйгелек, сангвеник сияқты тез икемделгіш емес.

Флегматик Күшті, тепе-теңдігі бір қалыпты, тыныш тип. Эмоциялық қозу бір қалыпты, жайбарақат, оның жарқырып қуануы да, қайғыруы да қиын. Бүкіл тотағы балалар бір затқа қатты күліп жатса, ол өзінің сабырлы қалпын сақтап қала береді. Тіпті үлкен қолайсыздық пен сәтсіздікке жолықса да өзін байсалды ұстайды. Эмоциялық күйі бет бейнесінен байқалмайды. Қимыл-қозғалысы, сөйлеген сөзі бірқалыпты, қайрат-жігері күшті, жұмысқа қабілеттілігімен ерекшеленеді. Реакция туғызғаннан белсенділігі басымырақ, шыдамды, өзін – өзі ұстай білуімен ерекшеленеді. Тапқырлығы, зеректігі жоғары, зейінін жылдам шоғырландыра алмайды. Икемсіз әрекеттің жаңа түріне үйрену жаңа ортаға бейімделіп күтуі қиын жүзеге асады. Тез тіл табысып кете алмайды. Өз пікірін сыртқа шығарып айтуға да қиналады.

Меланхолик Әлсіз тип, өте сезімталдығы жоғары, тез жараланғыш, оларды әлсіз тітіркендіргіштер мазалайды. Сондықтан да сәл ұсақ түйектің барлығына қатты мұңаяды немесе ашуланады. Бұлар болмашы нәрсеге көзіне жас алып, жылай алады. Мимикасы, қимыл-қозғалысы мәнерсіз болады, сөйлегенде дауысы естілмейді, жай жылайжы, сирек күледі. Белсенділігі төмен

сабақта қолын ирек көтереді. Оның өзінде бір көтеріп, бір түсіріп, өзін-өзі күмәнданып отырады. Қорқақ, жалтақ, ерік күші әлсіз, табансыз жұмсақ қабілетсіз, тез шаршайды. Зейіні ырықсыз, тез ауытқып кетеді, психологиялық шапшаңдығы баяу. Мектепке дейінгі кезеңде темперамент типтерін ажыратуда жас ерекшеліктерін білудің маңызы зор. Сол сияқты жүйке жүйес қызметі қасиеттерінің тұрақсыздығын да ескеріп, басшылыққа алу керек. Мысалы жүйке жүйесі қызметінің типі адамда іштен туа қалыптасады және оны түгелдей өзгеріске ұшырату неғайбыл. Дегенмен Н.Н.Павлов жүйке жүйесі қызметі типтерінің жекелеген қасиеттерін өзгертуге болатындығын тәжірибе жүзінде дәлелдеген. Мысалы қозу процесі тежелуінен басым, күшті, ұстамсыз типі анықталады. Жаттығу арқылы өзінің тежелу үдерісі күшін біршама арттырып, оны қозу үдерісімен теңестіруге болатындығы дәлелденген. И.П.Павлов күшті қозғалғыш типтерді жаттықтыру арқылы тежелу үдерісінің күшін арттырып, бір-бірімен теңестіруге болады деген қорытындыға келеді.

Кейде ұстамсыз типтің бірнеше варианты болатынын ескеру керек. Өйткені қозу үдерісі шегіне жетіп, тежелуі әлсірейтін тип те болуы мүмкін, немесе екі үдеріс те күшті, бірақ қозуы шамадан тыс келетін тип те ұшырасады. Сөйтіп уақыт өткен жай қайталап отыратын жаттығулар арқылы ұстамсыздықты кейіннен біршама түзетуге болатындығын дәлелдейтін ерекше фактілерді жиі кездестіреміз, яғни жаттақтыру арқылы нерв жүйесінің әлсіз типін шынықтыруға болады. Баланың қолайлы тәжірибенің нәтижесінде кез келген қиындықты ойдағыдай жеңе алатындығы сөзсіз. Баланың жеке басының дамуы мен қалыптасуына тек жасының өсуі ғана емес, сонымен қатар темпераментінің де ықпалы бар.

№41 «Назерке» бөбекжай-балабақша психологі: Айжанова А.К

Алдын алу және ағарту жұмысы

«Балалардың психологиялық денсаулығын қалай сақтауға болады?»

Хаттама № 4

Тақырыбы: «Балалардың психологиялық денсаулығын қалай сақтауға болады?»

Мақсаты: Баланың физикалық және психологиялық денсаулығын нығайту және

3-5 жас аралығындағы баланың салауатты өмірінің қалыптасуындағы басты фактор оның қимыл-қозғалыс әрекетінің қаншалықты дұрыс жолға қойылғандығымен байланысты туралы кеңес беру.

Қатысқандар: Ата-аналар және педагогтар.

Формасы: Баядама оқылды және психологиялық кеңес беру

Мерзімі: 23.10.2025 жыл

Жиналыс барысы : Мектеп жасына дейінгі шақта дені сау тұлғаны қалыптастыру физикалық тәрбие беру мен оның тұлғасын, тіл табысу мен креативтілікті, өзін-өзі бағалау адекваттылығын, автономдылығын, өзін-өзі басқаруын дамытуға әсер ететін, гигиеналық ұйымдастырылған және арнайы жасалған әлеуметтік ортада, бағытталып дамуымен әрекетті байланысын қамтамасыз ету болып табылады. Мектепке дейінгі шақта тәрбиелік жұмыстар жасалу кезінде баланың өз денсаулығына деген позитивті күтім жасау динамикасы байқалады. 5-тен 7 жасқа дейінгі жас аралығы баланың өз денсаулығына деген саналы қарым-қатынасын және физикалық мүмкіндіктері мен психологиялық дамуын қалыптастырудың қолайлы уақыты болып саналады. Балада өз денсаулығына деген жасампаз ұстанымын қалыптастырудың маңызды алғышарттары болып, салауатты өмір салтына қажеттілігі болуымен шарттанады, ол ерекше шарттар қатарын орындау кезінде қалыптасады, олардың бәрі баламен, оның өз физикалық қабілеттерін рефлексиялау және олардың денсаулық күйімен байланысты болып келеді. Бала ағзасының қозғалыс белсенділігіне қажеттілігі әр балада әртүрлі және көптеген физиологиялық, әлеуметтік-экономикалық және психологиялық факторларға байланысты болады. Баланың қозғалыс белсенділігіне қажеттілік деңгейі көбінесе тұқым қуалайтын және генетикалық белгілермен анықталады. Ағзаның қалыпты дамуы мен қызмет етуі, денсаулықты сақтау үшін қозғалыс белсенділігінің белгілі бір деңгейі қажет. Бұл аралықта қозғалыс белсенділігінің ең төменгі, оңтайлы және ең жоғарғы деңгейлері болады. Баланың физикалық және психологиялық денсаулығын нығайту дегеніміз – әр баланың бірін-бірі қайталамайтын жеке тұлға екендігін ескере отырып, оның өз өмір жолын таңдауға еркі бар, өзінің табиғи қабілеттерін дамытуға құқығы бар, өзінің «мені» бар сапаларын сақтай отырып, дене дамуын нығайту. Балаға өз қызығушылығы мен сұранысы және мақсаттары бар тұлға деп қарау қажет. Нығайту жүйесі тұлғаның еркін дамуымен, оның физикалық, интеллектуалдық, эмоционалдық,

психологиялық, моральдық-еріктік және құндылық қабілеттерінің үйлесімді дамуы үшін бүкіл адамзат цивилизациясының мәдени жетістіктері негізінде дамуы жүзеге асу үшін жағдай жасайды. Мектепке дейінгі кезең – бала ағзасының

өте қарқынды дамитын кезеңі. Яғни осы жас шамадағы баланың ағзасының барлық жүйке жүйелері мен дене мүшелерінің және жүйкелік-психикалық дамуы қалыптаса түсетін кезі. Ал жекелеген жүйелер, мүшелер - жүрек, тамыр, жүйке психологиялық тыныс алу, имуналдық жүйелері толыққанды жетілмесе, онда бала ағзасының қорғаныс күші және ауруға қарсылықты көрсете алуы әлі де жеткіліксіз болып келеді. Бала аз қимыл-әрекет жасағанда ауруға жиі ұшырайды. Сондықтан да мектепке дейінгі ұйымда осы денсаулық сақтау іс-шаралары міндетті түрде кешенді және жүйелі түрде жүргізілуі қажет. Сонда ғана жаңа өсіп келе жатқан өскелең ағза сыртқы факторлар әсеріне төтеп бере алатын болады. Мектепке дейінгі білім беру ұйым әрекетінің басым бағыттарының бірі - әр баланың физикалық және психикалық денсаулығын сақтауға жағдай жасау, балалардың дұрыс эмоционалдық саулығын сақтау, әрбір баланың ерекшелігін сақтауға, педагогикалық сүйемелдеуіне жағдай жасау болып табылады. Осының бәрі – денсаулық сақтау кеңістігі немесе білім беру мекемесінің денсаулық сақтау ортасы деген түсінікке жатады. Денсаулық сақтау ортасы дегеніміз – баланы икемді дамытатын, қысым көрсетпейтін орта, оның негізіне балалардың эмоционалды жайлы ортасы мен жағымды күн тәртібі жатады. Қазіргі кезде денсаулық сақтау кеңістігі әлеуметтік-гигиеналық және психологиялық-педагогикалық, әдеп-этикалық, экологиялық, денсаулықты сауықтыру білім беру жүйелерінің кешенді шаралары деп қарастырылады. Осы кешенді шаралар баланың отбасында, балабақшада, тұрмыстық ортада аман-сау дамуына, психологиялық және физикалық денсаулығына жағдай жасайды.

Қорытынды:

Мектепке дейінгі жаста баланың денсаулығының өмір бойы қалыптасуы орындалады. Бұл жаста дене тәрбиесінің ұйымдастырылуы баланың алдағы уақыттағы дамуына әсерін тигізеді. Осы жас аралығында баланың өзіндік қасиеттері, оқу әрекетіне қызығушылығы және баланың қабілеттері ашыла бастайды. Мектепке дейінгі балалардың жасында дене шынықтырудың қалыптасуы оқу-тәрбие үрдісінде қоршаған ортаны танып білуде, жолдастарына және өзіне деген оң көзқарастық орнатады. 3-5 жас аралығындағы баланың салауатты өмірінің қалыптасуындағы басты фактор оның қимыл-қозғалыс әрекетінің қаншалықты дұрыс жолға қойылғандығымен байланысты. Себебі, қимыл қозғалыс жаттығулары бұлшық еттерге қан жүгіртіп, ағза қорегін арттырады. Балалар үшін қозғалыс әрекеті үлкен мұқтаждық болып табылады. Қозғалыс - бала үшін үлкен бір қуаныш көзі, сондықтан да қимыл күші оның денесін нығайтумен қатар психикалық дамуына үлкен әсерін тигізеді. Сондықтан мектеп жасына дейінгі балалардың мұндай қозғалыстарын дұрыс жоспарлап, оны іске асыру балалардың қимыл дағдыларын дұрыс

қалыптастыруға, саналы қозғалыстарды көбейтуге, ағзаның бейімделу қабілетіне және психологиялық тұрғыда қалыпты дамуына әсер етеді.

№41 «Назерке» бөбекжай-балабақша психологі: Айжанова А.К

Алдын алу және ағарту жұмысы

Хаттама № 5

Педагогтарға психологиялық кеңес

Тақырыбы: «Баланың әлеуметтік желіге тәуелділігі»

Мақсаты: Қазіргі уақытта ұялы телефонның балаларға зиянды әсері әлеуметтік желіге тәуелділігі туралы педагогтарға кеңес беру

Формасы: Психологиялық кеңес баяндама слайд

Жүргізілген күні 20.11.2025 жыл

Тобы: 25 Педагогтар

Барысы :Ұялы телефон тек байланыс құралы ғана емес, сонымен қатар ақпарат алу, ойын ойнау, әлеуметтік желілерде уақыт өткізу және түрлі онлайн қызметтерді пайдалану үшін маңызды платформаға айналды. Бірақ ұялы телефонды жиі қолдану балалардың психикалық және физикалық денсаулығына теріс әсер етуі мүмкін. Осыған байланысты ұялы телефонға тәуелділік мәселесі ерекше өзекті болып отыр.

Ұялы телефонға тәуелділік — бұл баланың ұялы телефонды тым көп және ұзақ уақыт бойы қолдануы. Мұндай жағдай баланың өміріне және күнделікті іс-әрекеттеріне кедергі келтіруі мүмкін. Тәуелділік баланың оқу процесіне, әлеуметтік қарым-қатынастарына, физикалық белсенділігіне және жалпы психоэмоционалдық жағдайына теріс әсер етеді.

Балалардың ұялы телефонға тәуелділігі бойынша статистика

- **Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы (ДДСҰ)** деректері бойынша, әлемде балалар мен жасөспірімдердің орташа күнделікті экран алдында өткізу уақыты соңғы жылдары айтарлықтай өскен. 2019 жылы 5-18 жас аралығындағы балалардың 80%-ы күн сайын кемінде 2 сағат бойы ұялы телефонды қолданады.
- **Қазақстанда** да бұл мәселе күн санап өсіп келеді. 2023 жылғы зерттеулер бойынша, елімізде 6 жастан 17 жасқа дейінгі балалардың 70%-ы ұялы телефонды күнделікті қолданады. 10-12 жастағы балалардың 50%-дан астамы ұялы телефонмен 3 сағаттан көп уақыт өткізеді. Бұл көрсеткіш жасөспірімдер арасында әлеуметтік желілер мен онлайн ойындарға деген қызығушылықтың артқанын көрсетеді.

Ұялы телефонға тәуелділіктің себептері

1. **Ақпараттық технологиялардың қолжетімділігі** Қазіргі заманғы балалар мен жасөспірімдер үшін ұялы телефондар мен интернетке қолжетімділік өте жеңіл. Олардың басым бөлігі смартфонды ерте

жастан бастап қолдана бастайды, ал жаңа технологиялар оларды өзіне тартады.

2. **Әлеуметтік желілер мен ойындардың тартымдылығы** Әлеуметтік желілер мен мобильді ойындар балалардың бос уақытын қызықты өткізетін құралдарға айналды. Ұялы телефонда балалар өз достарымен байланысып, ойын ойнап, жаңа ақпараттар ала алады. Мұндай әрекеттер балаларға психологиялық тұрғыдан қуаныш сыйлап, олар ұялы телефонды қайта-қайта қолдануға тырысады.
3. **Қоғамдық факторлар** Балалардың ұялы телефонға тәуелділігінің бір себебі ата-аналардың жұмысбастылығы мен балалардың бос уақытты өз бетімен өткізуі болуы мүмкін. Әлеуметтік желілер мен онлайн ойындар балалардың уақытын алуы, оларға әлеуметтік дағдылар мен өзара әрекеттесу дағдыларын дамытуға мүмкіндік бермейді.
4. **Баланың дамуына әсер ететін факторлар** Ұялы телефонды ұзақ қолдану бала психикасына теріс әсер етуі мүмкін. Мысалы, ұйқының бұзылуы, зейін қоюдың төмендеуі және көңіл-күйдің өзгеруі сияқты мәселелер жиі кездеседі.

Балаларға ұялы телефонның әсері

1. **Физикалық денсаулыққа әсері** Ұялы телефонды ұзақ уақыт қолдану көздің шаршауына, бас ауруына, мойын мен арқа бұлшықеттерінің ауырсынуына әкелуі мүмкін. Экранға ұзақ қарау балаларда көздің көру қабілетінің төмендеуіне ықпал етеді. Сонымен қатар, ұялы телефонды қолдану балаларды физикалық белсенділіктен айырады, бұл артық салмақтың пайда болуына алып келуі мүмкін.
2. **Психоэмоционалдық әсері** Әлеуметтік желілерде уақыт өткізетін балаларда өзін-өзі бағалаудың төмендеуі және депрессиялық жағдайлар пайда болуы мүмкін. Олар өздерін басқалармен салыстырып, күйзеліс пен көңілсіздікке ұшырауы ықтимал. Сонымен қатар, ұзақ уақыт экранымен жұмыс жасау балаларда ұйқының бұзылуына және жалпы эмоционалдық әлсіздікке себеп болуы мүмкін.
3. **Оқу үлгерімінің төмендеуі** Балалар ұялы телефонды оқу және басқа маңызды іс-шаралармен қатар қолданған кезде, олардың оқу үлгерімі төмендеуі мүмкін. Бұл негізінен балалардың зейін қою қабілетінің нашарлауына байланысты. Әсіресе, ұялы телефонды түнде қолдану ұйқының тапшылығына және концентрацияның төмендеуіне әкеледі.

Баланың ұялы телефонға тәуелділігін қалай болдырмауға болады?

1. **Уақытты шектеу** Баланың ұялы телефонды қанша уақыт қолданатынын бақылау өте маңызды. Күнделікті экран алдында өткізілетін уақытты шектеу және оны тек қажетті жағдайларда қолдануға дағдыландыру қажет. Көбіне балаларға 1-2 сағаттан артық ұялы телефонды қолдануға рұқсат берілмейді.

2. **Баланың назарын басқа қызығушылықтарға аудару** Ұялы телефонды пайдалануды азайту үшін баланың қызығушылығын басқа пайдалы іс-шараларға аудару керек. Спорт, шығармашылық жұмыстар, кітап оқу және басқа да хоббилер баланың интеллектуалды және физикалық дамуына жақсы әсер етеді.
3. **Үлгі болу** Балалар ата-аналарының әрекеттерін қайталайды. Егер ата-ана үнемі ұялы телефонды қолданса, бала да сол тәрізді әдетті қабылдайды. Сондықтан ата-аналар өздеріне де уақыт шектеуін енгізіп, балаларына жақсы үлгі көрсетуі керек.

4. **Техникалық шешімдер** Қазіргі уақытта балалардың экранда өткізетін уақытын бақылап, шектеуге мүмкіндік беретін арнайы қосымшалар мен құрылғылар бар. Бұл қосымшалар ата-аналарға балалардың смартфондарын қанша уақыт пайдаланатынын және қандай контенттерді көретінін бақылауға мүмкіндік береді.

Балалардың ұялы телефонды тым көп қолдануы олардың денсаулығына, оқу үлгеріміне және психоэмоционалдық жағдайына теріс әсер етуі мүмкін. Сондықтан ата-аналар мен қоғам ұялы телефонға тәуелділіктің алдын алу шараларын қабылдап, балаларға қажетті бақылау мен қолдау көрсетуі керек. Ұялы телефонды тек пайдалы мақсатта қолдануды дағдыландыру және баланың қызығушылықтарын дамыту осы мәселенің шешіміне көмектеседі.

Ұсыныс: Ұялы телефонға тәуелділік — бұл қазіргі қоғамның өзекті мәселелерінің бірі. Осы мәселеден өсіп келе жатқан ұрпақты аман алып қалу бізбен сіздің қолыңызда және соны күнделікті қадағалау ата-анаға педагогқа ұсынылады.

№41 «Назерке» бөбекжай-балабақша психологі: Айжанова А.К

Алдын алу және ағарту жұмысы

«Үш жастағы дағдарыс»

Хаттама № 3

Тақырыбы: «Үш жастағы дағдарыс»

Мақсаты: Үш жастағы балаларда кездесетін дағдарыс туралы ата-аналарға кеңес беру.

Қатысқандар: №8 «Көжек» №9 «Балапан» топтарының ата-аналары, тәрбиешілер,

Формасы: Психологиялық кеңес беру

Мерзімі: 18.09.2025 оқу жылы

Қорытынды : Үш жастағы дағдарысты қарастыруға себін тигізетін үш түрлі көзқарас бар: Біріншіден, бұл дағдарыс баланың өтпелі кезеңіне байланысты. Өйткені бала психологиясында бұл кезеңде жаңа-құрылымдар мен саналы ерекшеліктер пайда болады. Бала психикасының дамуындағы дағдарыстың пайда болуын оның жақын арадағы даму аймағына қатысты қасиеттердің өзгеру заңдылығымен ұштасты түрде іздестіру керек болады. □ Үш жастағы дағдарыстың екінші көрінісі – қырсығу. Жағымсыздық қырсығудан өзгеше қылық. Қырсығудың өзін қасарысудан ажырата білу керек. Егер жағымсыздыққа әлеуметтік сипат тән болса, яғни бала ересектердің айтқанына керісінше әрекет жасайтын болса, қасарысу сипаты болғаны. Баланың ызасы өзгермелі болады деп айтуға болмайды. Баланың дағдарысқа ұшырау кезеңіне дейін оның өзіне деген ниет-қылығының себептерін қалайша болатындығына көз жеткізуіміз керек. □ Үшінші сәт – баланың қыңырлық кезеңі. Жағымсыз қылықтар баланың қандай да болсын ересектерге қарсы қарсы бағытталған әрекеттері. Қырсықтықтың қасарысудан айырмашылығы, ол қалайда өзінің қажетін орындауға табандылық көрсетуі. □ Енді төртінші ерекшелік – өзіндік ерік немесе өзімшілдік мінез деп аталады. Бұл баланың дербестік бағытын көрсетеді. Енді бала бәрін өзі істегісі келеді. Талданып отырған дағдарыс түрлерінің бұдан басқаша үш түрі бар деп жүр, бірақ олардың қосымша ғана маңызы бар. Оның біріншісі – қарсылық көрсету. Баланың мінез-құлқындағы бірқатар көріністердің бәрі қарсыласу сипатында болады. Оның мінез-құлқы өзгелерге қарсыласу ерекшеліктермен көрініс беріп, өз маңындағылармен ұрысып, таласып, үнемі ренжису жағдайында болып көрінеді. Баланың атаанасымен қақтығысы әдетке айналды. Осыған орай баланың өзі елеусіз қалады. Мысалы, бұрын тату болған жанұяда бала өз анасына «сен ақымақсың» дейді. Бала өз ойыншықтарын да бағаламауға тырысады, оларды ұстағысы келмейді, оның сөздерінде балағаттау мен кемсіту сөздері пайда болады. Мұндай сөздер орынсыз айтылады. Бұлардан басқа тағы да екі жақты ерекшелік болатынын атап айту керек. Үйдегі жалғыз бала болғандықтан, оның талап-тілектерінің бәрі орындалып, ол нағыз өзінің өктемдігін жүргізуге тырысып бағады. Бұл көрініс әр түрлі жанұяда түрліше болып келетіні байқалады. Ондай бала жанындағы адамдарға айтқанын істетіп, айдауына жүргізгісі келеді, яғни оның шешесі үйден шықпауы тиіс, бала талабы бойынша шешесі бөлмеде болу, талаптарының бәрін оған алып беру керек, ұсынған тағамды жемейді, өзі сүйген тамақты ғана ішеді. Бала айналасындағы адамдарға билік жүргізу үшін неше алуан тәсілдерді табады. Ол барлық талаптары орындалған жағдайда өзгелердің бәріне әмірші болғысы келеді. Ал кейбір жанұяда мұндай сипат қызғаншақтық деп те аталады. Өзінен жасы кіші не үлкен баланы қызғанатын болады. Міне үш жастағы баланың бойында жиі кездесетін мінез нышандары осындай. Бұл ерекшеліктердің бәрі бала тәрбиесіне байланысты пайда болып отырады. □ Дағдарыс кезінде баланың бойында қайта құрылатын психикалық өзгеріс не? Бұл бала маңындағы жақын адамдарына – әкесі мен шешесіне және олардың беделіне деген әлеуметтік көзқарасын білдіреді. Сондай-ақ баланың «Мен» деген өзіндік ерекшелігін танытқысы келіп, оның бойында бірсыпыра мінез-қылықтары пайда болады. Ондай қылықтар ортадағы жағдайды өзгертеді. Бір сөзбен айтқанда, дағдарыс баланың жеке тұлғасы мен оның маңындағы адамдардың өзара

әлеуметтік қарым-қатынасын қайта құрып, оларды өзгертіп отыруға бағытталатын психикалық фактор деп санауымыз керек

Ұсыныс: Ата-ана және топ тәрбиешілеріне үш жастағы дағдарыстан өту үшін балаға бірлесіп отырып көмек беру ұсынылады.

№41 «Назерке» бөбекжай-балабақша психологі: Айжанова А.К