

«Шапағат» бөбекжай- балабақшасы» МКҚК

Тақырыбы:

«Сыбайлас жемқорлыққа жол жоқ»

(Тренинг)

Педагог- психолог: М.Абдуалиева

2024- 2025 оқу жылы

Тренинг тақырыбы: «Мен және менің ұжымым»

Тренинг мақсаты:

- өмірде адамнан асқан құндылық жоқ екендігін түсіндіре отырып, бақытты өмір сүру үшін өзін-өзі психологиялық тұрғыдан дайындауға;
- жеке қасиеттерін білуге тәрбиелей отырып, дұрыс қарым-қатынасқа түсу мәдениетін және жағымды «Мен» концепциясын қалыптастыру.

Тренинг міндеттері:

- адамдар арасындағы қарым - қатынастың мәнін түсіну;
- өз бойындағы жағымды және жағымсыз қасиеттерін білу, түзетуге көмектесу;
- сыныптағы өз орнын және өзінің ортасын танып білуіне көмектесу;
- сыныпта белсенді жұмыс жасауға түрткі, ниетті қалыптастыру;

I. Ұйымдастыру кезеңі.

II. Тренингтің мақсат-міндеттерін хабарлау.

III. Негізгі бөлім.

а) Амандасу – «Көңілді сөз» жаттығуы.

б) «Автопортрет» жаттығуы.

в) «Сиқырлы қобдиша» жаттығуы.

Сергіту сәті

д) «Өрмекші торы» жаттығуы.

IV. Қорытынды бөлім.

а) «Теңізге саяхат» релаксация жаттығуы.

б) «Қайта байланыс» жаттығуы.

Тренингтің жүру барысы:

I. Ұйымдастыру кезеңі /амандасу, тренингке қатысуға келгендерге алғыс айту/

II. Тренингтің мақсат-міндеттерін хабарлау

- Тренинг ағылшынның «Тот Райн» - ойын, жаттығу деген сөзінен шыққан. Бүгінгі топтық-психологиялық тренинг тәжірибелік-психологиялық әдіс ретінде, коррекцияның негізгі құралы ретінде де қолданылады. Мақсаты әр адам бақытты өмір сүру үшін өзін-өзі психологиялық тұрғыдан дайындауға, жеке қасиеттерін білуге тәрбиелей отырып, дұрыс қарым-қатынасқа түсу мәдениетін, жағымды «Мен» концепциясын қалыптастыру.

Сондықтан тренингке барлықтарыңыздың белсенді, шын ниетпен қатысуларыңызды сұраймын.

III. Тренингке дайындық, ережесімен таныстыру.

- Тренинг – ойын, ал әрбір ойын ережелерді қажет етеді.

IV. Негізгі бөлім.

а) Амандасу – «Көңілді сөз» жаттығуы.

Нұсқау: - шеңбер жасап отырып, қасында отырған адамға қарап көңіл көтеретін бір сөз айту.

Мысалы: сен бүгін өте әдемісің, көйлегің қандай әдемі...

б) «Автопортрет» жаттығуы.

Нұсқау:

- әр қатысушыға парақ беріледі, өз сипаттамасын тек бір жағына ғана жазу керектігі және 2 минуттан кейін парақтың келесі жағына есімдері көрсетілген беттерді тренер жинап алынатындығын ескертеді.

Жаттығу шарты:

- сізді таныс емес адаммен кездесу күтіп тұр делік, ол бірден сізді тану үшін өзіңізді сипаттап жазыңыз. Көпшіліктен өзіңізді ерекшелендіріп тұратын белгілеріңізді табыңыз.

Бет-әлпетіңізді, жүрісіңізді, сөйлеу мәнеріңізді, киім киісіңізді, зейінді аударарлықтай ым-ишараларыңыз болса т.б...

Рефлексия: Жазылған автопортреттер бір бірден таратылып оқылады, бұл кімнің портреті екенін анықтау керек.

в) «Сықырлы кобдиша» жаттығуы.

Нұсқау:

- қатысушылар шеңбер құрып отырады. Ортада сықырлы кобдиша тұрады.

Сыйлықтар қағазға жазылған адамгершілік қасиеттер.

Жаттығу шарты:

- кобдишадан әр қатысушы кезекпен бір сыйлықты тандап алып, ішінде жазылған сөзді лайықты деп санаған адамға сыйлайды. Сыйлықтар үлестірілгеннен кейін, шеңбер бойынша өзінің сыйлығын айтады.

Рефлексия: сонымен, қоршаған орта да осы қасиетке сізді лайық деп таныса, жеке-жеке қошемет көрсетейік. Сыйлықтарыңыз құтты болсын!

Сергіту сәті

д) «Өрмекші торы» жаттығуы.

Нұсқау:

- қатысушылар шеңбер құра отырады. Ойынға барлығы қатысуы тиіс. Жіп кімнен ілініп басталса, сонымен аяқталып өрмек жиналу керек.

Жаттығу шарты:

Топта бірін-бірі жақын танығандықтан, әр кім 1-ші өзінің достарына айтар тілегін, қошеметін, жағымды қылықтарын білдіріп жіпті саусағына іледі, өрмек тоқылды. 2-ші кері бағытта, бірақ сол ізбен достарының бойына қажет емес қасиеттерін, қылықтарын айту. Өрмекті жию.

Рефлексия: Айтылған тілектер мен сынды қабылдаймыз ба? Сын орынды айтылды ма? Бұл жаттығудың мақсаты да сол, сын түзелмей, мін түзелмейді – дегендей, айтылған ескерте, сындарды түзете білейік. Болдырмайық.

IV. Қорытынды бөлім.

а) «Теңізге саяхат» релаксациялық жаттығу»

Бұл медитативтілік техника денедегі қысымды түсіруге бағытталған, музыкамен орындалады.

Жүргізуші:

Жайланып отырыңыз, көзіңізді жұмыңыз. Терең демалыңыз, денеңізді бос ұстаңыз, денеңізді ауырлап бара жатқандай және оны теңіз толқынының лебі ұрып жатқандай сезініңіз. Өзіңізді жартастың үстінде тұрмын деп есептеңіз және алысқа

көз жіберіңіз. Сіздің алдыңызда көгілдір теңіз, ашық аспан және күн. Теңіз бірқалыпты дем алып, асау толқандары жағаға соғылып, қайтадан кейін қайтуда.

Теңіз толқындарының шуын естіп, толқындарға қызыға қарап, жағалаудағы теңіздің тұзды ауасын жұтып тұрсыз. Өз бойыңыздағы басқан ауыртпалықтан бір сәтке болса да арылғандайсыз. Сіздің рухыңыз жайлылық сезіміне толы. Сіз төменге түсіп, аяғыңызды шештіңіз, жалаң аяқ құмның қызуы мен жұмсақтығын сезіне отырып жүгірудесіз.

Міне сіз судың жанына келдіңіз, толқындар сіздің аяғыңызды жуып жатыр, су жып - жылы әрі жұп - жұмсақ. Сіз қолдарыңызды бос тастап, басыңызды шалқайттыңыз.

Күн сәулесі мен жеңіл самал жел сіздің бетіңізді өбуде, теңіз толқындарының тамшылары сіздің денеңізді баурап алғандай. Ерніңізде теңіздің тұзды суының керемет дәмі және бақыт күлкісі. Сіз өзіңізді кішкентай бала сияқты сезініп, жүгіргіңіз, секіргіңіз, су шашып ойнағыңыз, күлгіңіз келеді. Өзіңізге осы бірнеше минут ішінде не істегіңіз келсе, соны істеуге рұқсат етіңіз.

Сіздің қайтатын уақытыңыз болды. Міне сіз тағы да жардың басында тұрсыз. Сізге демалыс пен бақыт сыйлаған ғажайып әлемге алғысыңызды айтыңыз.

Көздеріңізді асықпай ашыңыз!

Қандай сезімде болдыңыз? Не сезіндіңіз?

б) «Қайта байланыс» жаттығуы

а) Қатысушылар шеңбер құра отырады да, допты әр қайсысы кезекпен кезек ала отырып тренингтің өткізілуіне байланысты өз ойларын білдіреді:

- Тренингте ең бірінші не ұнады? - Не ұнаған жоқ? - Өзің жаңадан не білдің?

б) "Алған әсеріңіз қандай?" - үлестірмелі карточкалар /смайликтер/ арқылы анықтау.

в) тренингке қатысушыларға рахмет айта отырып, тренингті аяқтау.

«Шапағат» бөбекжа
менгерушісі *Олжа*

**2024 -2025 оқу жылына арналған «Шапағат» бөбекжай-
балабақшасының» сыбайлас жемқорлыққа қарсы күресі
туралы іс-шаралар жоспары.**

№	Іс- шаралар тақырыбы	Орындауға жауаптылар	Орындау мерзімі
1	Сыбайлас жемқорлыққа қарсы күрестің 2024-2025 оқу жылына арналған жоспарын әзірлеу және бекіту	Әдіскер Г.Аманова	Қыркүйек
2	Тренинг «Сыбайлас жемқорлыққа жол жоқ»	Психолог М.Абдуалиева	Қазан
3	Ұйымдастырылған іс-әрекет «Сыбайлас жемқорлық қоғам дерті»	«Балдәурен» ересек топ тәрбиешілері	Қаңтар
4	Баяндама «Сыбайлас жемқорлыққа қарсы күрес — баршамызға ортақ іс»	Әдіскер Г.Аманова	Наурыз
5	Дөңгелек үстел «Сыбайлас жемқорлық - мемлекетке төнген қауіп » (инспектормен кездесу өткізу)	Тәрбиешілер	Сәуір