



АТА-АНАЛАРДЫ
ПЕДАГОГИКАЛЫҚ
ҚОЛДАУ ОРТАЛЫҒЫ



СЫНЫП ЖЕТЕКШІСІНЕ
АРНАЛҒАН

АТА-АНАЛАРДЫ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ҚОЛДАУ ОРТАЛЫҒЫ

ҚЫЗМЕТІНІҢ ҮЗДІК ТӘЖІРИБЕЛЕРІ

ӘДІСТЕМЕЛІК МАТЕРИАЛДАР МЕН
ТӘЖІРИБЕЛІК ӘЗІРЛЕМЕЛЕР ЖИНАҒЫ



Отбасы мен мектептің
ынтымақтастығы



Ата-ананы қолдау
арқылы балаға
қолдау көрсету



Бала тәрбиесі мен
дамуына арналған
тиімді тәсілдер



Әр баланың қауіпсіздігі
мен әл-ауқаты



*Бала болашағы үшін
бірге әрекет етеміз!*



Алматы, 2026

«ӨРКЕН» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты» КеАҚ ғылыми-әдістемелік кеңесі ұсынған 2026 жылғы 10 тамыздағы № 8 хаттама негізінде.

Сынып жетекшісіне арналған «Ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығының үздік тәжірибелері» жинағы. Алматы: «Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты» КеАҚ, 2026 - 215 б.

Рецензенттер:

1. Қадырова.С.Ө – Алматы қаласындағы І. Жансүгіров атындағы №130 гимназияның сынып жетекшісі.
2. Джаханов Р.И. – Алматы қаласындағы «№ 34 гимназия» КММ директоры, орыс тілі мен әдебиеті пәнінің мұғалімі, психологиялық-педагогикалық білім беру магистрі, педагог-шебер.
3. Тюкачева Е.В. – филология ғылымдарының кандидаты, Алматы қаласындағы «Спорттағы дарынды балаларға арналған мектеп-интернат-колледжі» КММ орыс тілі мен әдебиеті пәнінің оқытушысы.

Жинаққа ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығында (АПҚО) өткізілген, 1–11-сынып оқушыларының ата-аналары қызығушылық танытқан сабақтар енгізілді. Оларда баланың физикалық, эмоционалдық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатына қатысты мәселелер қарастырылады.

АПҚО жұмысының жыл сайынғы мониторингі ата-аналарды әсіресе баланың қауіпсіздігі, қауіпсіз мінез-құлық дағдылары, зорлық-зомбылықтың алдын алу, цифрлық қауіпсіздік және ерекше білім беру қажеттіліктері бар балаларды қолдау мәселелері қызықтыратынын көрсетті.

Жинақтағы сабақ сценарийлері, кейстер, чек-парақтар мен әдістемелік ұсынымдар сынып жетекшісінің ата-аналармен жұмысын ұйымдастыруға және сабаққа дайындалу уақытын қысқартуға көмектеседі. Сондай-ақ, білім алушылардың қауіпсіздігіне қатысты тәрбие жұмысын тиімді жүргізуге мүмкіндік береді.

МАЗМҰНЫ

КІРІСПЕ	4
I Бөлім. Отбасының қазіргі қажеттіліктеріне сай ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығының (АПҚО) қызметін дамыту	5
1–4-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ	11
Тақырыбы: «Бала қауіпсіздігі – ересектердің қамқорлығы»	
Тақырыбы: «Балаңыз төтенше жағдай кезінде әрекет етуге дайын ба?»	26
Тақырыбы: «Түсінемін, қолдаймын: ерекше білім беру қажеттілігі бар балаға ата-ана қалай көмектесе алады?»	40
Тақырыбы: «Ерекше білім беру қажеттілігі бар жасөспіріммен өзара түсіністік орнату»	54
Тақырыбы: «Баланың жеке қауіпсіздігі және оны зорлық-зомбылықтан қорғау»	68
Тақырыбы: «Баланың цифрлық қауіпсіздігі: интернеттегі қауіптен қалай қорғаймыз?»	83
Тақырыбы: «Ненің дұрыс, ненің бұрыс екенін – өзім білемін!»	98
Тақырыбы: «Ережені білсең, интернет – досың»	111
Тақырыбы: «Бақытты ана болудың сыры»	117
5–9-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ	130
Тақырыбы: «Әке болу – бала бақытының бастауы»	
Тақырыбы: «Жасөспірімді зорлық-зомбылықтан қорғау: сенім мен жеке кеңістікті құрметтеу»	138
Тақырыбы: «Қазіргі жасөспірім: алаңдататын белгілер және одан қорғау жолдары»	150
5–9-сынып оқушылары мен ата-аналарына арналған бірлескен сабақ	156
Тақырыбы: «Зорлық-зомбылыққа жол жоқ: жеке шекаранды біл, өзінді қорғай біл!»	
Тақырыбы: «Цифрлық әлем: қауіпсіздікті қалай сақтаймыз?»	168
10–11-сынып оқушылары мен ата-аналарына арналған бірлескен сабақ	177
Тақырыбы: «Жеке шекара және қолдау: жасөспірімге қиындықтарды жеңуге қалай көмектесеміз?»	
Тақырыбы: «Жасөспірімді интернеттегі қауіп-қатерден қалай қорғаймыз?»	194
Қосымша	201

КІРІСПЕ

Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2026 жылғы 29 қаңтардағы № 56 қаулысымен бекітілген «Қазақстан балалары» 2026–2030 жылдарға арналған тұжырымдамасында балалардың әл-ауқатын арттыруға және білім беру ұйымдарында қауіпсіз орта қалыптастыруға ерекше мән берілген. Бұл жұмыста ата-ананың (заңды өкілдің) бала тәрбиесіне араласуы, оның қауіпсіздігіне көңіл бөлуі және түрлі қауіптің алдын алуға ат салысуы маңызды.

Қазақстанның білім беру ұйымдарында ата-аналарды педагогикалық қолдау орталықтарының (бұдан әрі – АПҚО) жұмыс істеп келе жатқанына үш жыл болды. Осы уақыт ішінде атқарылған жұмыстардың нәтижесі орталықтар қызметінің тиімділігін көрсетіп, алдағы міндеттерді айқындауға негіз болды.

Педагогикалық қолдаудың **мақсаты** – *баланың әл-ауқаты мен үйлесімді дамуына негіз болатын позитивті ата-ана мәдениетін қалыптастыру.*

«Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институтының балалардың әл-ауқаты деңгейін мониторингтеу және диагностикалау департаменті АПҚО жұмысына жыл сайын зерттеу жүргізеді. Зерттеу нәтижесі ата-аналардың білім беру үдерісіне белсенді араласа бастағанын көрсетті. Сауалнама, сұхбат және фокус-топтарда ата-аналар теориялық мәліметтен қарағанда күнделікті өмірде қолдануға болатын нақты кеңестер мен практикалық тәсілдерге көбірек мән беретіні байқалды. Әсіресе бала тәрбиесі, оның психоэмоционалдық дамуы мен қауіпсіздігіне қатысты тақырыптарға сұраныс жоғары.

Ата-аналар нақты өмірлік жағдайлар қарастырылатын сабақтарды, тренингтерді және психологтер қатысатын кездесулерді пайдалы деп бағалайды. Ақпаратты хабарлама, бейнематериал және онлайн-модуль түрінде ұсыну да ата-аналарға материалды оңай қабылдап, қажет кезінде қолдануға мүмкіндік береді.

I Бөлім.

Отбасының қазіргі қажеттіліктеріне сай ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығының (АПҚО) қызметін дамыту

Қазіргі ата-аналарға бала тәрбиесіне қатысты мәселелерді мектеппен ашық талқылап, қажетті кеңес алып, туындаған қиындықтардың шешімін бірге іздеу маңызды. Сондықтан ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығының (бұдан әрі – АПҚО) жұмысы жүйелі кездесулер, практикалық сабақтар мен бірлескен талқылаулар арқылы жүргізіледі.

АПҚО ата-аналар мен педагогтерді ортақ мақсатқа біріктіреді. Ол – әр баланың сапалы білім алуына, жан-жақты дамуына және өзін қауіпсіз сезінуіне қолайлы жағдай жасау. Орталықта ата-аналардың бала тәрбиесіне қатысты білімі мен дағдыларын жетілдіруге, сондай-ақ отбасы мен мектеп арасындағы байланысты нығайтуға мән беріледі. Ата-ана мен педагог бірін-бірі түсініп, бала тәрбиесінде ортақ ұстанымды басшылыққа алса, туындаған мәселелерді де бірлесе шеше алады. Мұндай жағдайда бала үйде де, мектепте де қажетті қолдауды сезінеді.

Ата-аналардың пікірлеріне қарағанда, олар баланың өзін-өзі ұйымдастыруы, эмоционалдық тұрақтылығы, жеке шекарасын белгілеуі мен қорғай білуі, қауіпсіз мінез-құлқы және төтенше жағдайда дұрыс әрекет етуі сияқты дағдыларды дамытуға ерекше мән

береді. Денсаулық пен дұрыс тамақтану, танымдық қабілеттер, менталды математика, шығармашылық ойлау және өзін-өзі бағалау мәселелеріне де қызығушылық танытады. АПҚО сабақтарына қатысатын ата-аналар саны артып, ата-ана мен бала бірге қатысатын сабақтар жиі өткізіле бастады. Сонымен қатар әр отбасының ерекшелігін ескеру, сабақ тақырыптарын түрлендіру және әкелерді бала тәрбиесіне белсенді араластыру қажеттілігі әлі де өзекті.

Алдыңғы жылдардағы тәжірибе ескеріліп, АПҚО жұмысына қазіргі отбасының қажеттіліктеріне сай жаңа тәсілдер енгізілді. Негізгі назар әр отбасының жағдайын ескеріп, қажетті қолдау көрсетуге аударылды. Осы мақсатта отбасының ішкі мүмкіндіктерін нығайтуға, ата-аналардың бала тәрбиесіне қатысты білімі мен дағдыларын жетілдіруге, баланың жеке және психологиялық қауіпсіздігін қамтамасыз етуге арналған практикалық сабақтар әзірленді. Ерекше білім беру қажеттіліктері бар балаларды тәрбиелеп отырған ата-аналарды қолдауға да айрықша көңіл бөлінді.

Бұл жұмыс Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2025 жылғы 26 мамырдағы № 123 бұйрығымен бекітілген «Адал азамат» біртұтас тәрбие бағдарламасының міндеттерімен сабақтас. Бағдарламада отбасының бала тәрбиесіндегі орнына, ата-аналарды жүйелі қолдауға және өзара құрметке, жауапкершілік пен ынтымақтастыққа негізделген позитивті ата-ана мәдениетін қалыптастыруға мән берілген.

«Адал азамат» бағдарламасының құндылықтарына сәйкес эмоционалдық тұрақтылық, қауіпсіздік және инклюзивтілік мәселелерін қамтитын вариативтік модульдер әзірленді. Олардың мазмұнында адалдық, жауапкершілік пен қамқорлық сияқты қасиеттерді қалыптастыруға басымдық берілген. Ерекше білім беру

қажеттіліктері бар балалардың ата-аналарына арналған сабақтарда әр баланың қажеттілігін ескеру және оған тең мүмкіндік беру қағидаттары басшылыққа алынған.

Ата-аналардың пікірінше, бала мен ата-ананың бірге қатысуымен өтетін тренингтер өзара түсіністік пен сенімді нығайтуға көмектеседі. Осындай жұмыстардың бірі – 2025–2026 оқу жылында енгізілген *«Ішкі күш»* модулі. Ол эмоционалдық тұрақтылықты сақтауға, өзіне сенімді болуға, эмоцияны реттеуге және дұрыс қарым-қатынас жасауға қажетті дағдыларды дамытуға арналған. Тренинг барысында ата-аналар мен балалар тапсырмаларды бірге орындап, бір-бірін жақсырақ түсінуге, өз мүмкіндіктерін тануға және күйзелісті жағдайда өз эмоциясын басқара білуге үйренді.

Ұсынылған есептерде сабақтардан кейін ата-аналар мен балалардың өзара түсіністігі артып, отбасындағы қарым-қатынастың жақсарғаны көрсетілген. Кейбір балалар ата-анасымен ашық сөйлесіп, сезімдері мен ойларын еркін бөлісе бастаған. Бірқатар ата-ана отбасындағы сенімнің артып, келіспеушіліктің азайғанын атап өткен. Ата-аналардың пікірлері де сабақтардың пайдалы болғанын көрсетеді: *«Мұны бұрын білмегенім өкінішті!», «Маған өте қызықты әрі пайдалы болды, міндетті түрде тағы келемін!», «Осындай кездесулердің өткені қандай жақсы!», «Рақмет, сіздер бізді жақындастыра түстіңіздер!»* Сонымен қатар, ата-аналар эмоцияны реттеу және өзара сенімді қарым-қатынас орнату дағдыларын тереңірек меңгеру үшін мұндай сабақтарды жиі өткізуді ұсынған.

Ата-аналар *«Бала қауіпсіздігі»* вариативтік модуліне ерекше қызығушылық танытқан. Онда баланың цифрлық және физикалық қауіпсіздігі, төтенше жағдайдағы іс-әрекеті, дербестігі мен сыни ойлауын дамыту мәселелері қарастырылады. Сабақтарда нақты

кеңестер беріліп, күнделікті өмірде кездесетін қауіпті жағдайлар кейстер арқылы талқыланады. Бір тақырып бойынша ата-аналар мен балаларға қатар сабақ өткізу қауіпсіздік мәселелерін отбасында бірге талқылауға және қиын жағдайда не істеу керектігін алдын ала келісуге мүмкіндік береді.

«Қауіпсіздік» модулінің мазмұны «Адал азамат» біртұтас тәрбие бағдарламасының негізгі бағыттарына сай келеді. Мұнда қауіпсіздік мәдениетін қалыптастыруға, баланың сыни ойлауын дамытуға және тосын жағдайда дұрыс әрекет ете білуіне мән берілген. Цифрлық қауіпсіздік пен интернеттегі қауіптердің алдын алу мәселелеріне де ерекше назар аударылған.

«Даму жолындағы серіктестік» модулі ерекше білім беру қажеттіліктері бар балаларды тәрбиелеп отырған ата-аналарға арналған. Сабақтарда инклюзия, білім беру ортасын баланың қажеттілігіне бейімдеу, педагогтермен бірлесе жұмыс істеу және баланың жеке оқу бағытын айқындау мәселелері қамтылған.

Сондай-ақ, ата-ананың баласын қабылдауы мен қолдауы, бала тәрбиесіне қатысты білімі мен дағдыларын жетілдіру және эмоциялық қажудың алдын алу мәселелеріне көңіл бөлінеді.

Ерекше білім беру қажеттіліктері бар балалардың ата-аналарын қолдау «Қазақстан балалары» тұжырымдамасында көзделген әлеуметтік әділеттілік пен тең мүмкіндік қағидаттарына сәйкес келеді. Баланың ерекшелігі мен қажеттілігін ескеріп, педагогтермен бірлесе жұмыс істеу отбасы мен мектеп арасындағы байланысты нығайтады.

Жасөспірімдік кезең – бала өміріндегі күрделі әрі сезімтал шақ. Дамуында, оқуында, эмоциялық күйінде немесе әлеуметтік қарым-қатынасында өзіндік ерекшеліктері бар балалар үшін бұл кезеңнің қиындығы арта түсуі мүмкін. Мұндай жағдайда ата-ана баласының

тұйықталуына, сөйлесуден бас тартуына немесе ашулануына алаңдайды. Ерекше білім беру қажеттіліктері бар жасөспірімге педагогикалық қолдаумен қатар, оны түсінетін, қабылдайтын және әрдайым жанынан табылатын ересек адамның қолдауы қажет. Алайда кейде ата-ананың өзі эмоциялық тұрғыдан шаршап, баласына қалай көмектесу керектігін білмей қалады.

АПҚО аясында ерекше білім беру қажеттіліктері бар балалардың ата-аналарына арналған тренингтер ата-аналардың қызығушылығын тудырды. Олар сабақтардың практикалық маңызын ерекше атап өткен. Дәрістен қарағанда еркін әңгіме мен тәжірибеге құрылған мұндай сабақтарда ата-аналар ақпарат алып қана қоймай, өз сезімін түсінуге, тәжірибесімен бөлісуге және баламен қарым-қатынас жасаудың жаңа тәсілдерін меңгеруге мүмкіндік алады. Жинаққа енгізілген сабақтарда тренингтік жаттығулар, бейнеүзінділерді талдау, өмірлік жағдайларды талқылау, «Мен-хабарламасы» тәсілі, рефлексия және үйде қолдануға болатын практикалық тапсырмалар ұсынылған. Материалдар ерекше білім беру қажеттіліктері бар балалар тәрбиеленіп отырған отбасылардың ерекшеліктеріне бейімделіп, құрмет, қолжетімділік, ұлттық құндылықтар мен ізгілік қағидаттарына негізделген.

Жүргізілген талдау вариативтік модульдердің ішінде «*Бала қауіпсіздігі*» модуліне сұраныс жоғары болғанын көрсетті. Бұл қазіргі балалардың интернетте, қоғамдық орындарда және күнделікті өмірде түрлі қауіп-қатерге тап болуымен байланысты. Ата-аналарды әсіресе цифрлық ортадағы қауіпсіздік, төтенше жағдайдағы іс-әрекет, қауіпті мінез-құлықтың алдын алу және баланың психологиялық әл-ауқатын сақтау мәселелері қызықтырады. Осыған байланысты модульде ата-аналардың бала қауіпсіздігіне қатысты білімі мен дағдыларын жетілдіруге, баланың өмірі мен денсаулығына жауапкершілікпен

карауға, сондай-ақ отбасы мен мектеп арасындағы байланысты нығайтуға мән берілген.

Үш жыл ішінде АПҚО ата-аналарға педагогикалық қолдау көрсетіп, отбасы мен мектеп арасындағы байланысты нығайтатын маңызды алаңға айналды. Орталықтың жұмысы позитивті ата-ана мәдениетін қалыптастыруға, ата-ана мен бала арасындағы сенімді қарым-қатынасты нығайтуға, ата-аналардың бала тәрбиесіне қатысты білімі мен дағдыларын жетілдіруге және баланың қауіпсіз, үйлесімді әрі жан-жақты дамуына қолайлы жағдай жасауға ықпал етті.

АПҚО қызметіне жүргізілген мониторинг ата-аналардың күнделікті өмірде кездесетін мәселелерді шешуге көмектесетін, нақты кеңестер берілетін және алған білімді бала тәрбиесінде қолдануға болатын сабақтарды жоғары бағалайтынын көрсетті.

Мониторинг нәтижелері бойынша жинаққа ата-аналар жоғары бағалаған сабақтар енгізілді. Сабақтарды іріктеу кезінде тақырыптың өзектілігі, материалдың түсініктілігі мен күнделікті өмірде қолдануға қолайлылығы, интерактивті жұмыс түрлері мен өмірлік кейстердің қолданылуы ескерілді. Сонымен бірге сабақтардың ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынасты нығайтуға және ата-аналардың бала тәрбиесі мен қауіпсіздігі мәселелеріндегі сенімділігін арттыруға ықпалы назарға алынды.

Жинақтағы материалдарды сынып жетекшілері, педагог-психологтер және білім беру ұйымдарының басқа да мамандары ата-аналар жиналыстары мен АПҚО сабақтарында пайдалана алады. Материалдардың мазмұны қазіргі отбасылардың қажеттіліктеріне сай әзірленген. Олар әр баланың әл-ауқаты мен қауіпсіздігі үшін мектеп пен ата-ананың бірлесе жұмыс істеуіне бағытталған.

1–4-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ Тақырыбы: «Бала қауіпсіздігі – ересектердің қамқорлығы»

Мақсаты: ата-аналарға баланың қауіпсіздігі мен әл-ауқатын қамтамасыз ету жолдарын түсіндіру, қауіптің алдын алу және қауіпті жағдайда дұрыс әрекет ету дағдыларын қалыптастыру.

Міндеттері:

- ата-аналардың бала қауіпсіздігіне қатысты білімін кеңейту;
- балаға төнуі мүмкін қауіп-қатерлерді танып, олардың алдын алу жолдарын түсіндіру;
- қауіпті жағдайда баланың қалай әрекет етуі керектігін үйретудің тиімді жолдарын көрсету;
- ата-аналардың өз әрекетіне мән беріп, баланы қауіпсіз әрі өз бетінше әрекет етуге үйретуіне көмектесу.

Ұлттық құндылықтар мен тұлғалық қасиеттер: сүйіспеншілік, мейірімділік, қамқорлық, өзара түсіністік, әділдік, жауапкершілік.

Жоспар

I. Кіріспе бөлім. Тақырыптың өзектілігі.

II. Негізгі бөлім

2.1. Шағын дәріс. Бейнероликті көру және талқылау.

2.2. «Бала қауіпсіздігінің негізгі ережелерін білесіз бе?» тақырыбындағы ой қозғау.

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс: жағдаяттарды талдау, іс-әрекет жоспарын құру, бейнероликтерді көру.

3.2. Жұптық жұмыс.

IV. Қорытынды бөлім

Рефлексия.

Ата-аналарға арналған жадынама.

Күтілетін нәтижелер

Сабақ соңында ата-аналар:

- балаға төнуі мүмкін қауіп-қатерлер және олардың алдын алу жолдары туралы білімін толықтырады;
- қауіпті жағдайда балаға не істеу керектігін түсіндіре алады;
- түрлі жағдаяттарда қауіпсіз әрекет ету жолдарын анықтай алады;
- сабақта алған білімдері мен кеңестерін күнделікті өмірде қолдана алады.

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Кіріспе бөлім

Педагог: Сәлеметсіздер ме, құрметті ата-аналар! Бүгінгі сабағымыздың тақырыбы – «Бала қауіпсіздігі – ересектердің қамқорлығы».

Әр ата-ана үшін баласының амандығынан маңызды нәрсе жоқ. Біз баламыздың үйде де, мектепте де, көшеде де қауіпсіз болғанын қалаймыз. Оған ненің қауіпті екенін айтып, сақ болуды ескертіп отырамыз. Бірақ бала қауіпсіздігі тек оны қауіптен қорғаумен шектелмейді. Бала біртіндеп өз қауіпсіздігіне жауап беруді де үйренуі керек. Ол қауіпті жағдайды байқай білуі, одан сақтануы және қажет кезде кімнен көмек сұрау керектігін білуі қажет.

Күнделікті өмірде күтпеген жағдайлар да болады. Өрт, жер сілкінісі, су тасқыны немесе басқа да төтенше жағдай кезінде бала ата-анасының жанында болмауы мүмкін. Сондықтан мұндай кезде не істеу керектігін оған алдын ала түсіндіріп, бірге пысықтап отырған жөн.

***Төтенше жағдай** – адамдардың өмірі мен денсаулығына қауіп төндіретін, табиғи құбылыс, апат немесе басқа да оқиға салдарынан туындайтын жағдай.*

Тақырыптың өзектілігі

Әлемнің, соның ішінде Қазақстанның тұрақты дамуы адамдар мен қоғамның түрлі төтенше жағдайларда өз қауіпсіздігін қамтамасыз ете білуіне де байланысты. Ал балалардың амандығы ересектердің ұдайы назарында болуы тиіс.

Психологиялық зерттеулерге сүйенсек, адам қауіп төнгенде үш түрлі әрекет етеді: **қарсы тұрады, қашады немесе қимылсыз қалады**. Егер қауіпке қарсы тұра алса, қарсы әрекет етеді. Қарсы тұра алмай, өзін құтқару қажет болса, қашады. Ал бұлардың ешқайсысына мүмкіндік болмаса, қимылсыз қалады немесе тығылады.

Қазіргі қазақстандық отбасылар баланың дұрыс тәрбие алып, жан-жақты дамуына және әл-ауқатына қолайлы жағдай жасау үшін не істей алады? Баланы қауіптен қалай қорғауға болады?

Әрине, әр ата-ана баласымен бұл туралы сөйлеседі. Бейтаныс адам жақындаса, не істеуге болмайтынын, қауіп төнгенде қалай әрекет ету керектігін қайта-қайта ескертеді. Бірақ іс жүзінде балалардың көбі бейтаныс қарияның азық-түлігін үйіне дейін жеткізіп беруге келісуі немесе жертөледегі құбырға кіріп кеткен марғауды шығаруға баруы мүмкін. Олар қылмыскерді қарапайым адамнан ажырата аламын деп ойлайды. Алайда ата-анасының телефон нөмірін жатқа білмеуі, подъезге бейтаныс адам кіргенде лифтіден алыстамауы, көшеде қауіп төнсе де, ұялғаннан қашпауы немесе айқайлап көмек сұрамауы мүмкін. Әлеуметтік желіде 25 жастағы адамның «дос болуға» ұсыныс жібергеніне қуанып қалуы да ықтимал. Ал интернеттегі мәселе немесе

көшеде кездескен «күдікті адам» туралы ата-анасына ұрыс естуден немесе тыйым салынады деп қорқып, айтпауы мүмкін.

Балаға түрлі жағдайда қалай әрекет ету керектігін үйрету үшін тәрбиені тек «Қой!», «Кім көрінгенмен араласпа!», «Айтқанды тыңда!», «Болмайды!», «Сөйлеспе!», «Жақындама!», «Жауап берме!» деген тыйымдармен шектемеу керек. Қиын жағдайда дұрыс әрекет ете білу баланы жағымсыз салдардан сақтауға көмектеседі.

Ең дұрысы – баланың мұндай жағдайда қалай әрекет ететінін іс жүзінде тексеріп көру. Одан да тиімдісі – қажетті әрекеттерді бірнеше рет қайталап, әдетке айналдыру. Яғни балаға түрлі жағдайда не істеу керектігін нақты үйрету.

II. Негізгі бөлім

Бейнероликті көру және талқылау

https://www.youtube.com/watch?v=HmQ851drH_Q

Қорытынды. Баласын қауіптен қорғау, оның өмір сүруіне қолайлы жағдай жасау ата-анаға табиғатынан тән. Бұл баланы табиғи апаттардан, адам әрекетінен және техникадан туындайтын қауіптерден сақтауды да қамтиды.

Қауіпсіздік – отбасы мүшелерінің барлығы ұстанатын ережелер жиынтығы. Осы ережелерді сақтай отырып, ата-ана баланы ойланып әрекет етуге тәрбиелейді әрі асығыс, орынсыз әрекеттерден сақтануға үйретеді.

Ата-ананың басты міндеттерінің бірі – баланы өзіне де, айналасындағы адамдарға да жауапкершілікпен қарауға, қауіпті алдын ала байқап, ажырата білуге, жеке басының қауіпсіздік ережелерін сақтауға және төтенше жағдайда не істеу керектігін білуге үйрету.

«Бала қауіпсіздігінің негізгі ережелерін білесіз бе?» ми шабуылы

Педагог: Құрметті ата-аналар, төмендегі сұрақтарға «Иә» немесе «Жоқ» деп жауап беріңіздер.

1. Жол жүру ережелерін үнемі сақтайсыз ба?
2. Үйден шығарда электр құралдарының сөндірілгенін, газ бен судың жабылғанын тексересіз бе? Балаңызды да осыған үйреттіңіз бе?
3. Балаңызға электр құралдары мен газ плитасын пайдалану ережелерін үйреттіңіз бе?
4. Балаңыз жедел қызметтердің телефон нөмірлерін біле ме?
5. Балаңыздың көзінше ойланбай жасалған әрекетке барасыз ба? Мысалы, бейтаныс су айдынына шомыласыз ба немесе жұқа мұздың үстімен жүресіз бе?
6. Балаңыздың бос уақытын қайда және кіммен өткізетінін білесіз бе?
7. Балаңызға төтенше жағдайда, мысалы, лифтіде қалып қойса немесе үйден газдың иісін сезсе, не істеу керектігін түсіндірдіңіз бе?

Қорытынды. Ересек адам да, бала да өз қауіпсіздігін қалай сақтау керектігін білуі қажет. Ересектердің міндеті – баланы қауіптен қорғау ғана емес, оны түрлі қиын және қауіпті жағдайларда дұрыс әрекет етуге үйрету. Бала төтенше жағдайда абдырап қалмай, өзіне қауіп төндірмейтін әрекетті таңдай білуі керек.

Адам баласы ерте заманнан-ақ өз өмірі мен амандығын сақтаудың жолдарын білген. Мұндай ұстанымдар халқымыздың ұлттық құндылықтары мен тұрмыс-тіршілігінен де көрініс тапқан.

Ұлы далада өмір сүрген ата-бабаларымыз ғасырлар бойы күнделікті тіршілікке қажетті өзіндік ережелер қалыптастырған. Мысалы, *еркіндік* қазақ халқы үшін ежелден маңызды құндылық болған. Көшпелі өмір салтын ұстанған қазақ отбасы қажет кезде бір күннің ішінде киіз үйін жинап, басқа ауылға немесе кең даладағы жаңа

қонысқа көшіп отырған. Оларды бір жерге байлап ұстайтын ештеңе болмаған.

Бұл құндылық бүгінгі өмірімізде бар ма? *(Ата-аналардың жауаптары)*

Өзара көмек. Біреу қиындыққа тап болса, бүкіл ауыл болып қол ұшын берген. Үй салу, азық-түлік дайындау немесе жұттан кейін мал басын қайта көбейту болсын, қандай көмек қажет болса да, жұрт бір-бірін жалғыз қалдырмаған.

Бүгінде біз өзара көмекті қалай көрсетіп жүрміз? *(Ата-аналардың жауаптары)*

Даналық пен білім қазақ халқының дәстүрлі тұрмысында, әсіресе көшпелі мал шаруашылығында айқын көрінеді.

Жайлаудан қыстауға көшу қазақ тұрмысында тіршілікке тікелей байланысты дәстүр болған. Қазір су тасқыны жиілеген кезде көнекөз қариялар бұрынғы өмірді еске алып: «Ертеде мыңдаған жылқы мен қой даланы басып өтіп, жерді қопсытатын. Қопсыған жер қар суы мен ылғалды жақсы сіңіретін. Мал иелері өзара келісіп, малын белгілі бір жерге дейін айдап барып, кейін өз жайылымына қайтаратын. Бұл жылқыны шынықтыру үшін ғана емес, ең алдымен **жерді қопсытып**, жас шөптің өсуіне және көктемгі ылғалдың топыраққа сіңуіне жағдай жасау үшін істелген. Сондықтан мұндай су тасқыны болмаған. Қазір жердің беті қатайып, арамшөптің тамыры жайылып кеткендіктен, ылғалды сіңірмейді», – дейді.

Өзіңді қауіптен сақтау үшін не істеуге болмайды? Қазақ халқы ерте кезден өзінің және жақындарының амандығын қалай сақтаған? Адамға пышақ, мылтық кезенбе. Шелектегі суға аузыңды батырма. Пышақтың жүзін жалама. Отты, ошақты аттама.

Педагог: Елімізде тұратын басқа халықтарда да осындай мақал-мәтелдер немесе тыйым сөздер бар ма? Ой бөлісейік.
(Ата-аналардың жауаптары)

Қорытынды. Даналық, білім, өзара көмек сияқты ұлттық құндылықтар қиын және төтенше жағдайда қалай әрекет ету керектігін айқындауға көмектеседі. Бұл құндылықтар сырттан келген жоқ. Олар халқымыздың тарихы мен мәдениетінде қалыптасқан, бүгінгі өмірімізбен және болашаққа деген ұмтылысымызбен сабақтас. Сондықтан олар еліміздің барлық азаматына ортақ.

Педагог: Енді төрт топқа бөлінуді ұсынамын.

Топтық жұмыс

Ата-аналар төрт топқа бөлініп, берілген жағдаяттарды талдайды. Жағдаят мәтіндері жазылған қағаз, әр топқа таратылады.

Ата-аналар 10 минут ішінде берілген жағдайға сай іс-әрекет жоспарын құрады. Әр топ өз жоспарын таныстырып болған соң, педагог дайын әрекет жоспарын таратады. Ата-аналар оны өздері құрастырған жоспармен салыстырып, қорытынды жасайды.

1-практикалық тапсырма. Жаздаят

Бала үйде жалғыз қалған кезде, кенеттен өрт шықты. Бала өзін қауіптен сақтау үшін не істеуі керек? Әрекет ретін құрастырыңыз.

Педагог ұсынатын әрекет жоспары (ата-аналар өз жұмыстарын таныстырғаннан кейін қағазға басылып таратылады)

- ✓ Бала түгіннің иісін сезсе немесе отты байқаса, дереу пәтерден шығып, 101 немесе 112 нөміріне хабарласуы керек.
- ✓ Өрт шыққаны жайында ата-анасына хабарлау керек.
- ✓ Жанында қарт адамдар немесе кішкентай балалар болса, олардың қауіпті жерден шығуына көмектесу керек.
- ✓ Пәтерден шыққанда лифтіні пайдаланбай, баспалдақпен түсу керек.

- ✓ Айналаны түтін басса немесе жарық болмаса, баспалдақтың жақтауынан ұстап жүру керек. Мүмкіндік болса, қолорамал, шарф немесе киімнің жеңін сулап, сонымен мұрынды жауып тыныстаған жөн.
- ✓ Жеке заттарды жинауға уақыт жоғалтпау керек. Ең бастысы – пәтерден немесе үйден тезірек шығу.
- ✓ Бөлмеден шыққанда өрттің әрі қарай таралуын баяулату үшін есікті мықтап жабу керек.
- ✓ Сабыр сақтап, үрейге берілмеу керек.

2-практикалық тапсырма. Жаздаят

Демалыс кезінде ата-анасы жұмысқа кетті. Бала үйде жалғыз қалды. Бір кезде есік қоңырауы соғылды. Есіктің ар жағындағы бейтаныс адам өзін анасының өтінішімен келгенін айтты. Бала не істеуі керек?

Педагог ұсынатын әрекет жоспары (ата-аналар өз жұмыстарын таныстырғаннан кейін қағазға басылып таратылады)

- ✓ Есік қоңырауы соғылса, алдымен: «Кім?» – деп сұрап, есіктің көзшесінен қарау керек.
- ✓ Электрик немесе сантехник келсе, ал ата-анасы олардың келетінін алдын ала айтпаса, басқа уақытта келуін сұрап, есікті ашпау керек.
- ✓ Бейтаныс адамға үйде жалғыз екенін айтпау керек. Ата-анасының қолы бос емес екенін, қазір есікке келе алмайтынын айтуға болады.
- ✓ Үйден шығар алдында есіктің көзшесінен қарап алу керек. Баспалдақ алаңында бейтаныс адамдар тұрса, олардың кеткенін күткен жөн.
- ✓ Үйге кірерде есікті кілтпен ашпас бұрын жан-жағына қарап, маңайда бөтен адамның жоқ екеніне көз жеткізу керек.

3-практикалық тапсырма. Жаздаят

Бала үйіне жалғыз қайтып келе жатыр. Оның қауіпсіздігі үшін қандай әрекеттерді орындауы керектігін анықтаңыз.

Педагог ұсынатын әрекет жоспары (ата-аналар өз жұмыстарын таныстырғаннан кейін қағазға басылып таратылады)

- ✓ Бала үйіне жалғыз қайтып келе жатса, артынан біреудің еріп келе жатпағанына назар аударуы керек.
- ✓ Ата-анасы үйде болса, домофон арқылы хабарласып, алдынан шығуын сұрауы керек.
- ✓ Ата-анасы үйде болмаса, подъезге бейтаныс адаммен бірге кірмеу керек. Біраз уақыт сыртта күткен жөн.
- ✓ Бейтаныс адам кетпей қойса, қарсы кездескен ересек адамға ол туралы айту керек.
- ✓ Бала подъезге жалғыз кіріп, бейтаныс адамды көрсе, бірден сыртқа шығып, өзі танитын көршілердің біреуі келгенше күтуі керек.
- ✓ Қараңғы уақытта подъезге жалғыз кірмеу керек. Ата-анасынан алдынан шығуын сұраған дұрыс.
- ✓ Егер подъезде біреу баланы кенеттен ұстап алса, қатты дауыстап: **«Көмектесіңіздер!»** – деп айқайлап, босап шығуға және қашуға тырысу керек. Қарсыласып, тістеп, есіктерді қағып, айналадағы адамдардың назарын аударуға тырысқан жөн.

4-практикалық тапсырма. Жаздаят

Көшеде балаға бейтаныс адам жақындап, көмек сұрады. Баланың қауіпсіздігі үшін қалай әрекет етуі керектігін анықтаңыз.

Педагог ұсынатын әрекет жоспары (ата-аналар өз жұмыстарын таныстырғаннан кейін қағазға басылып таратылады)

- ✓ Бала бейтаныс адамнан алысырақ тұрып, қатты әрі анық дауыспен: **«Мен сізді танымаймын! Көмекті ересек адамнан сұраңыз!»** – деуі

керек. Бала ересек адамның көмек қажет болса, басқа ересек адамға жүгіне алатынын білуі тиіс.

- ✓ Егер бейтаныс адам өзін ата-анасының танысымын деп таныстырса: «Мен сізді танымаймын. Ата-анам сіз туралы ештеңе айтқан жоқ», – деп жауап беру керек.
- ✓ Егер ол: «Ата-анаң қарсы болмайды» немесе «Ата-анаң ештеңе білмейді» десе, бала онымен ешқайда бармайтынын анық айтуы керек.
- ✓ Егер бейтаныс адам баланың соңынан қалмай қойса, жақын жердегі дүкенге, дәріханаға, сұлулық салонына немесе адамдар бар басқа жерге кіріп, сатушыға не кассирге болған жағдайды айту керек.
- ✓ Егер бейтаныс адам баланы ұстай бастаса, қатты айқайлап, көмекке шақыру керек.
- ✓ Егер бейтаныс адам көлігіне отыруды ұсынса, келіспеу керек.

Қорытынды. Балаға қауіпсіздік ережелерін кішкентай кезінен үйрете бастаған дұрыс. Мұны баланы қорқытпай, күнделікті өмірде түсінікті етіп айтып отырған жөн. Кішкентай балалармен қауіпті жағдайларды ойын арқылы көрсетіп, ондай кезде не істеу керектігін бірге пысықтауға болады. Мың рет айтқаннан, бір рет көрсеткен тиімді. Сондықтан ата-ана бала қауіпсіздігіне күн сайын көңіл бөліп отырғаны жөн.

Үйдің бала үшін қаншалықты қауіпсіз екенін де тексеріп отыру қажет: электр сымдары мен асүй жабдықтары дұрыс па, сөрелер мен суреттер берік ілінген бе, дәрі-дәрмек пен тұрмыстық химия бала қолы жетпейтін жерде тұр ма?

Балаға йод, дәке сияқты алғашқы көмекке қажетті заттарды дұрыс пайдалануды үйрету керек.

Өзіңізге мына сұрақты қойып көріңіз: *қауіпті жағдайға тап болсаңыз, қалай әрекет етесіз?* Абдырап қаласыз ба, біреуге көмектесуге асығасыз ба, әлде сабыр сақтап, қауіптен шығу үшін не істеу керектігін еске түсіруге тырысасыз ба? 100 жағдайдың 80-інде балалар да ата-анасының әрекетін қайталайды. Сондықтан баланы үрейге берілмеуге үйрету маңызды. «*Бәрі жүгірді, мен де жүгірдім*» деген әрекет әрдайым дұрыс бола бермейді. Алдымен жағдайды бағалап, өзінді қауіптен сақтаудың ең жылдам әрі дұрыс жолын табуға тырысу қажет.

Педагог: Құрметті ата-аналар, сіздерге төтенше жағдайда не істеу керектігі жазылған жадынаманы ұсынамыз.

«Балаңыз нені білуі керек?» чек-парағы

Әлемнің кез келген жерінде, кез келген уақытта зауытта немесе оқ-дәрі қоймасында апат болуы, қауіпті табиғи құбылыс, зілзала немесе басқа да төтенше жағдай орын алуы мүмкін. Мұндай жағдайлар адам шығынына және қоршаған ортаға зиян келтіруі ықтимал.

Осындай төтенше жағдайда ата-ана мен бала не істеуі керек?

Бұл кезде ата-ананың міндеті қандай?

Қалада, ауылда немесе елді мекенде техногендік сипаттағы қандай төтенше жағдайлар болуы мүмкін? *(Ата-аналардың жауаптары)*

Қауіпсіздікті қамтамасыз етудің әлемдік тәжірибесі төтенше жағдай кезінде халықтың не істеу керектігін біліп, саналы әрекет етуінің маңызды екенін көрсетеді. Мысалы, Жапонияда әр отбасында төтенше жағдайға арналған қажетті заттар салынған сөмке болады.

«Балаларды төтенше жағдайға қалай дайындау керек?»
бейнеролигі: <https://youtu.be/rbP1c7CDHl8>

Төтенше жағдай кезіндегі бала қауіпсіздігі ережелерінің аукционы

Жұптық жұмыс

Әр жұп бір карточкадан алып, онда көрсетілген төтенше жағдай кезінде не істеу керектігі туралы ережелерді дайындайды. Әр жұпқа өз жұмысын таныстыруға 5 минут беріледі. Ережелерді қимылмен көрсетуге, шағын көрініс қоюға немесе суреттер арқылы түсіндіруге болады. Сондай-ақ «бала – ата-ана» рөлдік жағдаятын көрсетуге болады.

Әрбір жұп басқа жұптардың жауабын толықтыра алады. Ең белсенді қатысқан жұп жеңімпаз атанады.

Ережелерді таныстыру кезінде пайдалануға тұрмыстық заттар, киімдер мен жиһаздар бейнеленген қиынды суреттер ұсынылады.

Жұптық жұмыс

1-карточка. Жер сілкінісі кезінде не істеу керек?

Педагогке арналған жауап-нұсқа. Ғимараттың теңселгенін сезсеңіз, күшейген гуіл мен сынған әйнектің дауысын естісеңіз, үрейге берілмей, ғимараттан тез шығыңыз. Сыртқа шыққан соң ғимараттарға жақын тұрмай, ашық жерге барыңыз. Егер ғимараттан шыға алмасаңыз, қауіпсіз жерге: ішкі қабырғаның жанына, бұрышқа немесе тіреуіш бағанның қасына тұрыңыз. Мүмкіндік болса, үстелдің астына тығылып, терезелер мен ауыр жиһаздардан алыс болыңыз. *(1-қосымша)*

2-карточка. Дауыл немесе қатты жел кезінде не істеу керек?

Педагогке арналған жауап-нұсқа. Үйде болсаңыз, терезеден алыс тұрып, газ бен электр құралдарын өшіріңіз. Төтенше жағдайлар қызметінің хабарламаларын мұқият тыңдап, берілген нұсқауларды орындаңыз.

Далада болсаңыз, ор, шұңқыр немесе сай сияқты ықтасын жерге паналап, жерге жата қалып, барынша төмен болуға тырысыңыз.

3-карточка. Көпқабатты үйдің баспалдағын түтін басса, не істеу керек?

Педагогке арналған жауап-нұсқа. Мұндай жағдайда пәтерден шықпай, өрт сөндіру және құтқару қызметіне хабарласып, өрт сөндірушілердің келуін күткен дұрыс. Шүберек, сүлгі немесе жайманы сулап, есіктің саңылауларын барынша тығыз бітеңіз. Кіреберіс есікке де су сеуіп отырыңыз. Түтін басқан бөлмеде дымқыл мата, қолорамал немесе бірнеше қабатталған дәке арқылы тыныстаңыз. Балконға шықсаңыз, артыңыздан есікті мықтап жабыңыз.

Лифтіні пайдалануға, баспалдақпен өз бетіңізше түсуге, арқанмен немесе жаймамен төмен түсуге болмайды. (2-қосымша)

4-карточка. Сіз үйден алыс жерде, көшеде жүрсіз. Кенет алыстан жарылыс дауысы естілді. Бірнеше минуттан кейін дабыл қағылды. Не істейсіз?

Педагогке арналған жауап-нұсқа. Дерее теледидарды немесе қолжетімді байланыс құралдарын қосып, төтенше жағдай туралы хабарламаны тыңдаңыз және берілген нұсқауларды орындаңыз.

Жарылыс қаупі төнсе, терезелерден, әйнекті есіктерден, өткелдер мен баспалдақтардан алыс жерге етпетіңізден жатып, басыңызды қолыңызбен қорғаңыз. Жарқылға немесе отты шарға қарамаңыз, көзге зақым келуі мүмкін.

Эвакуация туралы хабар берілсе, дерее жақын жердегі паналау орнына барып, құтқарушылардың нұсқауларын орындаңыз.

Педагог: Енді балалардың қауіпсіздігін қамтамасыз етудегі атананың рөліне қатысты мына ойларды бірге жалғастырып көрейік:

1. Егер ата-аналар төтенше жағдайда не істеу керектігін өздері білсе, онда ...
2. Егер ата-аналар балаға өз ісімен үлгі көрсетсе, онда ...
3. Егер ата-ана баласымен үнемі сөйлесіп, тығыз қарым-қатынаста болса, онда ...

III. Қорытынды бөлім

Рефлексия

Балаларға міндетті түрде үйрету қажет деп санайтын үш маңызды қауіпсіздік ережесін атаңыз.

Педагог: Балалар – біз үшін ең қымбат жан. Кейде олардың өмірі біздің дұрыс айтқан сөзіміз бен дұрыс жасаған әрекетімізге байланысты болады. Сондықтан баланың жасын және эмоциялық ерекшеліктерін үнемі ескеріңіз. Бала өзі сенетін ересек адамның қандай жағдайда да жанынан табылып, көмек көрсететініне сенімді болуы керек. Сіздерге **«Ата-аналарға арналған нұсқаулықты»** ұсынамын. Өзіңізді де, балаңызды да сақтаңыз!

АТА-АНАЛАРҒА АРНАЛҒАН НҰСҚАУЛЫҚ

Балаға қарапайым қауіпсіздік ережелерін үйретіңіз

- ✓ Бала өзінің аты-жөнін және ата-анасының аты-жөнін білуі керек.
- ✓ Мектеп жасындағы бала ата-анасының және жедел қызметтердің телефон нөмірлерін білгені жөн.
- ✓ Сауда орталығында, вокзалда, әуежайда және басқа да қоғамдық орындарда берілетін хабарландыруларды мұқият тыңдау керек.

Көпшілік арасында өзін қалай ұстау керектігін білуі керек

- ✓ Адамдар легіне қарсы жүрмеу.
- ✓ Жерге түсіп кеткен затты көтеруге тырыспау.

- ✓ Құлап қалса, дереу жиырылып, басын қолымен қорғау, жақын тұрған тіреуіштен немесе ересек адамнан ұстап, мүмкіндігінше тез тұру.
- ✓ Бейтаныс ғимаратқа кіргенде эвакуация жоспарына назар аударып, шығатын есіктердің қай жерде екенін біліп алу.
- ✓ Қауіпті жағдайда ересектерден көмек сұрауға ұялмау. Полиция қызметкеріне, күзетшіге, дүкен сатушысына немесе мекеме қызметкеріне жүгінуге болады.

Өрт шығып, бөлмені түтін басса

- ✓ Жасырынбау.
- ✓ Жақын жердегі қауіпсіз шығатын есікке қарай мүмкіндігінше тез жүру.
- ✓ Лифтіні пайдаланбау.

Жер сілкінсе

- ✓ Алдын ала белгіленген қауіпсіз жерге бару.
- ✓ Баспалдаққа жүгіріп шықпау.
- ✓ Лифтіні пайдаланбау.

Қатты түтіндеген жағдайда

- ✓ Мүмкіндік болса, киімді немесе матаны сумен сулау.
- ✓ Мұрын мен ауызды дымқыл матамен жабу.
- ✓ Түтін азырақ болатын еденге жақын жермен қозғалу.

Жерге тастап кеткен немесе күдік тудыратын заттарға ешқашан қол тигізбеу керек

Бала мұндай затты байқаса, бірден ересектерге айтып, одан қауіпсіз жерге алыстауы керек.

Ата-анасы жанында болмаса, бала басқа ересектердің жанында болып, қауіп сейілгенше олардың нұсқауларын орындауы керек.

5–9-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ
Тақырыбы: «Балаңыз төтенше жағдай кезінде әрекет етуге дайын ба?»

Мақсаты: ата-аналарға баласын төтенше жағдайға алдын ала дайындаудың жолдарын түсіндіру, қауіп төнген кезде баланың өзін қорғауына және дұрыс әрекет етуіне көмектесетін қажетті білім мен дағдыларды қалыптастыру.

Міндеттері

Мотивациялық:

- ата-аналарға баланы төтенше жағдайға алдын ала дайындаудың маңызын түсіндіру;
- баласына қауіп төнген кезде не істеу керектігін үйретуге ата-аналардың назарын аудару;
- ата-аналардың бала қауіпсіздігіне жауапкершілікпен қарауына ықпал ету.

Танымдық:

- ата-аналарға қандай төтенше жағдайлар болуы мүмкін екенін және олардың ерекшеліктерін түсіндіру;
- баланы төтенше жағдайға дайындаудың негізгі жолдарымен таныстыру;
- төтенше жағдай кезінде отбасы қайда және кімге көмекке жүгіне алатыны туралы ақпарат беру.

Практикалық:

- ата-аналарға баласына қауіпсіздік ережелерін күнделікті өмірде үйретудің тиімді жолдарын көрсету;
- төтенше жағдай кезінде абдырап қалмай, дұрыс әрекет ету дағдыларын қалыптастыру;

- ата-аналарды төтенше жағдайда өз әрекетін саралап, жіберілген кателерді ескеріп, алдағы уақытта дұрыс шешім қабылдай білуге үйрету.

Ұлттық құндылықтар мен тұлғалық қасиеттер

1. Қауіпсіздік: баланың өмірі мен денсаулығын қорғауға жауапкершілікпен қарау.

2. Бірлік және өзара көмек: төтенше жағдайда бір-біріне көмектесу, қиындықты бірлесе еңсеру және айналасындағыларға қолдау көрсету.

3. Жауапкершілік: баланы қауіп төнген жағдайда дұрыс әрекет етуге алдын ала үйрету және төтенше жағдай кезінде қабылдаған шешімдері мен әрекеттеріне жауапкершілікпен қарау.

4. Отбасы құндылықтары: қиын жағдайда отбасы мүшелерінің бір-біріне қолдау көрсетуі, баланың өзін қауіпсіз сезінуіне жағдай жасау және отбасы бірлігін сақтау.

5. Білім мен сауаттылық: қауіпсіздік ережелерін білу, төтенше жағдайда не істеу керектігін үйрену және осы бағыттағы білімді үнемі толықтырып отыру.

Жоспар

1. Кіріспе
2. Негізгі бөлім
3. «Аяқталмаған сөйлем» қысқаша тесті
4. Бейнеролик көру
5. Ми шабуылы
6. Топтық практикалық жұмыс
7. «Төтенше жағдай: ата-ана және бала» рөлдік ойыны
8. Рефлексия: «Қауіпсіздік тұмары»
9. Қорытынды

Күтілетін нәтижелер:

- **Қарым-қатынас дағдыларын меңгереді:** ата-ана қиын жағдайда да баламен сабырлы сөйлесіп, оны тыңдай алады және қолдау көрсете біледі.
- **Баламен туындаған келіспеушілікті дұрыс шеше алады:** ата-ана жағдайды ушықтырмай, мәселені баламен бірге талқылап, екі жаққа да қолайлы шешім табудың тиімді тәсілдерін қолдана алады.
- **Балаға дұрыс қарым-қатынас жасаудың маңызын түсінеді:** ата-ана күрделі жағдайда да баламен сыйластыққа негізделген қарым-қатынасты сақтаудың маңызды екенін түсінеді. Бұл баланың ата-анасына деген сенімін сақтауға және өз ойын ашық айтуына мүмкіндік береді.
- **Өз эмоциясын басқара алады:** ата-ана қиын немесе келіспеушілік туындаған кезде ашуға берілмей, өз сезімін бақылап, асығыс шешім қабылдамай әрекет ете алады.

Әдістері: проблемалық жағдаяттарды талдау, ауызша, көрнекі және интерактивті оқыту әдістері.

Ресурстар: интерактивті тақта, маркерлер, ата-аналарға арналған жадынамалар, ватман.

Сабақ ұзақтығы – 60 минут.

ПЕДАГОГКЕ ҰСЫНЫС

Сабақ басталғанға дейін 5–8-сынып оқушылары арасында алдын ала сауалнама жүргізу қажет.

Ата-аналарға арналған сауалнама

Төтенше жағдай – белгілі бір аумақта апат, қауіпті табиғи құбылыс, жұқпалы аурудың таралуы, табиғи немесе басқа да апат

салдарынан қалыптасқан, адамдардың өмірі мен денсаулығына қауіп төндіретін жағдай.

1. Төтенше жағдайлардың қандай түрлерін білесіз?
2. Біздің қалада (ауылда, елді мекенде) қандай табиғи немесе техногендік төтенше жағдайлар болуы мүмкін?
3. Өрт, жер сілкінісі, су тасқыны және басқа да төтенше жағдайлар кезінде не істер едіңіз? Өз әрекетіңізді сипаттаңыз.

САБАҚ БАРЫСЫ

Кіріспе сөз. Педагог: Қайырлы күн, құрметті ата-аналар! «Балаңыз төтенше жағдай кезінде әрекет етуге дайын ба?» тақырыбындағы сабағымызға қош келдіңіздер!

Бүгін біз балалардың қауіпсіздігіне қатысты маңызды мәселелерді талқылаймыз. Төтенше жағдай кезінде балаға қалай әрекет ету керектігін алдын ала үйрету жолдарына тоқталып, ата-анаға қажет болатын пайдалы ақпарат пен практикалық тәсілдерді қарастырамыз.

Кіріспе. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының деректеріне сүйенсек, балалардың жазатайым жағдайға ұшырауына олардың жас ерекшеліктеріне байланысты әртүрлі себептер әсер етеді. 4 жасқа дейінгі балалар қоршаған ортаны өз бетінше танып-білу кезінде жарақат алуы мүмкін. 5–10 жаста жазатайым жағдайлар көбіне баланың ойнап жүріп қауіпсіздік ережелерін сақтамауынан немесе абайсыз әрекетінен болады. Ал 10–14 жастан бастап достарының арасында өзін көрсетуге, мықтылығын дәлелдеуге ұмтылу қауіпке әкелуі мүмкін.

10–12 жаста баланың қызығушылығы артып, белсенділігі мен дербестігі күшейеді. Ол жаңа нәрселерді байқап көруге ұмтылады, қатарластарының арасында өз орнын табуға және өзін көрсетуге тырысады. 10–13 жастағы балалардың белсенділігі мен тәуекелге

баруға бейімділігі кей жағдайда жазатайым оқиғаларға себеп болуы мүмкін.

Жасөспірімдік кезеңде баланың мінез-құлқы мен көңіл күйінде де өзгерістер байқалады. Ол өзіне сенімсіздігін кейде дөрекі сөйлеу немесе өзін батыл етіп көрсету арқылы жасыруы мүмкін. Ағзадағы физиологиялық өзгерістер де жасөспірімнің көңіл күйіне және мінез-құлқына әсер етеді. Осы кезеңде бала тез ашулануы, көңіл күйі жиі өзгеруі немесе асығыс әрекет етуі мүмкін.

Сондықтан балаға төтенше жағдай кезінде не істеу керектігін алдын ала үйрету маңызды. Қауіп төнген сәтте бала абдырап қалмай, өзін қорғаудың қарапайым жолдарын біліп, кімнен және қалай көмек сұрау керектігін түсінуі қажет.

Бүгінгі сабақта баланы осындай жағдайларға қалай дайындауға болатынын және ата-ана ретінде қандай дағдыларға назар аудару керектігін бірге қарастырамыз.

Ал сіз балаңыздың төтенше жағдай кезінде қалай әрекет ететінін білесіз бе?

Енді сіздерге «**Аяқталмаған сөйлем**» атты қысқаша анонимді тест ұсынамын. Бұл тапсырма бүгінгі тақырыпқа назар аударуға және баланы төтенше жағдайға дайындауда сіз үшін қандай мәселелер маңызды екенін анықтауға көмектеседі.

Педагог: Тестті орындауға бірнеше минут уақыт бөліңіздер.

1.1. «Аяқталмаған сөйлем» әдісі бойынша тест өткізу

Нұсқаулық:

- Қағаз бен қалам алыңыз.
- Сіздерге бірнеше аяқталмаған сөйлем ұсынылады.
- Әр сөйлемді көп ойланбай, ойыңызға бірінші келген жауаппен аяқтаңыз.

1. Біздің қалада (ауылда, елді мекенде) болуы мүмкін төтенше жағдайлар – ...

2. Төтенше жағдай кезінде баламның қауіпсіздігіне қатысты мені ең көп алаңдататыны – ...

3. Төтенше жағдай кезінде баламның ... білгенін қалаймын.

4. Баламды төтенше жағдайға дайындау үшін мен ...

5. Төтенше жағдай кезінде баламның қауіпсіздігі үшін менің жасай алатын ең маңызды әрекетім – ...

Педагог: Енді жауаптарыңызды бірге талқылап, оларды алдын ала жүргізілген сауалнамадағы балаларыңыздың жауаптарымен салыстырып көрейік. (Балалардың жауаптары оқылып, ата-аналардың жауаптарымен салыстырылады және бірге талқыланады.)

Қорытынды: Сауалнама нәтижесі балалардың төтенше жағдай кезінде қалай әрекет ету керектігін толық білмейтінін көрсетуі мүмкін. Сондықтан ата-аналарға баласына қауіп төнген кезде өзін қалай ұстау керектігін алдын ала үйретіп, қауіпсіз әрекет ету жолдарын бірге пысықтау маңызды.

3. Бейнеролик көру (3 минут)

Педагог төтенше жағдайлардың түрлері және мұндай кезде қалай әрекет ету керектігі көрсетілген қысқаша бейнероликті ұсынады. Бейнероликтен кейін ата-аналармен бірге көрген материалды талқылайды.

Бейнеролик: <https://www.youtube.com/watch?v=JUNu19Dro24>

Педагог: Бала төтенше жағдайға тап болған кезде абдырап қалмай, не істеу керектігін білуі маңызды. Сондықтан қазір бірге қауіпсіздік ережелерін анықтап, балаға алдын ала нені үйрету керектігін қарастырайық.

Ми шабуылы. «Төтенше жағдай кезінде баланың қауіпсіздігін қамтамасыз ету» жадынамасын құрастыру.

Ата-аналар өрт, жер сілкінісі, су тасқыны және басқа да төтенше жағдайлар кезінде бала білуі тиіс негізгі қауіпсіздік ережелерін ұсынады.

Ата-аналардың жауаптары «Аяқталмаған сөйлем» тапсырмасындағы 3, 4 және 5-сұрақтарға берген жауаптарымен байланыстырыла отырып талқыланады.

Педагог: Сіздер үшін үйде сақтауға болатын чек-парақ түріндегі жадынама дайындалды.

АТА-АНАЛАРҒА АРНАЛҒАН ЖАДЫНАМА

«Төтенше жағдай кезінде баланың қауіпсіздігін қамтамасыз ету»

1. Төтенше жағдай кезінде отбасы мүшелері бір-бірін оңай тануы үшін алдын ала арнайы құпия сөз ойластырып қойыңыз.

2. Балаңызға үйінің мекенжайын, ата-анасының және жақындарының телефон нөмірлерін, сондай-ақ жедел қызмет нөмірлерін жаттатыңыз. Оларды есінде сақтағанын мезгіл-мезгіл тексеріп отырыңыз.

3. Өрт шыққанда немесе түтіннің иісі сезілгенде тығылып қалуға болмайтынын түсіндіріңіз. Бала қауіпсіз шығатын жолмен ғимараттан мүмкіндігінше тез шығуы керек. *Өрт кезінде лифтіні пайдалануға болмайды.*

4. Балаға түтін басқан жерде мүмкіндігінше еңкейіп немесе еденге жақын қозғалу керектігін түсіндіріңіз. Мұрын мен аузын дымқыл матамен жабуға болады. Ең бастысы – түтін басқан жерден тезірек шығып, қауіпсіз жерге жету.

5. Балаңызға көшеде немесе басқа ғимаратта қараусыз жатқан күмәнді заттарды ұстауға, ашуға немесе орнынан қозғауға болмайтынын үйретіңіз. Егер төтенше жағдай кезінде ата-анасы жанында болмаса, қауіпсіз жерге барып, жауапты ересек адамнан көмек сұрауы керек.

6. Бала ата-анасынан адасып қалса немесе көмек қажет болса, полиция қызметкеріне, қауіпсіздік қызметкеріне, дүкен қызметкеріне немесе баласы бар ересек адамға жүгінуге болатынын түсіндіріңіз.

7. Жер сілкінісі кезінде үйде қай жер қауіпсіз екенін және дүмпу кезінде қалай әрекет ету керектігін балаңызбен алдын ала талқылаңыз. Дабыл сөмкесінің қайда тұрғанын көрсетіңіз. Үйден қауіпсіз шығу жолын отбасыңызбен бірге алдын ала пысықтап қойыңыз.

8. Балаңызға қажет жағдайда *112 бірыңғай жедел қызмет нөміріне*, сондай-ақ полицияға, өрт сөндіру және жедел медициналық жәрдем қызметтеріне қалай хабарласу керектігін үйретіңіз.

9. Қауіпсіздік ережелерін балаға бір рет айтып қою жеткіліксіз. Оларды бірге қайталап, төтенше жағдайда не істеу керектігін алдын ала пысықтап отырған дұрыс.

Педагог: Енді осы тақырып бойынша топтық тапсырма орындауды ұсынамын.

4. Топтық жұмыс

1. Топтарға бөлу (Қатысушылар берілген белгілер көрсетілген карточкаларды таңдап, сол белгілер бойынша топтарға бірігеді).

1-топ: От	2-топ: Су	3-топ: Жер	4-топ: Ауа
			

«Алты қадам – үш сөйлем» әдісі

Әр топқа табиғи апат кезіндегі төтенше жағдайлар туралы бейнеролик ұсынылады. Өз тобыңызға берілген табиғи апат түріне сәйкес тапсырманы орындаңыз.

Бейнероликтегі ақпаратты пайдаланып, төтенше жағдайда орындалатын алты әрекетті анықтаңыз және оларды үш сөйлеммен жеткізіңіз.

Сондай-ақ осыған ұқсас төтенше жағдайға әкелуі мүмкін басқа қандай табиғи апаттарды білетініңізді айтыңыз.

1-топ: От	2-топ: Су	3-топ: Жер	4-топ: Ауа
			
https://www.youtube.com/watch?v=bgAaP8hKalo	https://www.youtube.com/watch?v=gWxUAEJle7E	https://www.youtube.com/watch?v=llEXpDEbG5A	https://www.youtube.com/watch?v=26vDL8Eihnc

1-қадам. Төтенше жағдайдың негізгі белгілері және оның жиі орын алатын аймақтары.

2-қадам. Төтенше жағдай кезінде ересектердің әрекет ету тәртібі.

3-қадам. Төтенше жағдай кезінде ата-ана баласының қауіпсіздігін қалай қамтамасыз етуі керек?

4-қадам. Баланы төтенше жағдайға алдын ала дайындаудың жолдары.

5-қадам. Апаттан сақтануға қатысты халық даналығы: мақал-мәтелдер, нақыл сөздер және ырым-тыйымдар.

6-қадам. Қорытынды.

Педагог: Топтық жұмыста айтылған ақпарат пен ұсыныстар сіздер үшін пайдалы болды ма?

Енді баланы төтенше жағдайға дайындау бойынша алған білімдерімізді әрі қарай толықтырып, іс жүзінде қолданып көрейік. Ол үшін рөлдік ойынға қатысуды ұсынамын.

5. «Төтенше жағдай: ата-ана мен бала» рөлдік ойыны

«Төтенше жағдай: ата-ана мен бала» рөлдік ойыны сабақта алған білімді іс жүзінде қолдануға арналған. Ойын барысында ата-ана мен бала түрлі төтенше жағдайларда бірге әрекет етіп, қауіп төнген кезде не істеу керектігін үйренеді.

Мақсаты мен міндеттері

1. **Алған білімді іс жүзінде қолдану:** төтенше жағдайға барынша жақын ортада дұрыс әрекет етуге үйрету.
2. **Төтенше жағдайда әрекет ету дағдыларын қалыптастыру:** қауіп төнген кезде жағдайды дұрыс бағалап, тез шешім қабылдауға және қауіпсіз әрекет етуге үйрету.
3. **Ата-ана мен бала арасындағы өзара түсіністікті нығайту:** қиын жағдайда бір-бірін қолдап, бірлесіп әрекет етуге үйрету.
4. **Дайындық деңгейін анықтау:** ата-ана мен баланың әртүрлі төтенше жағдайларда дұрыс әрекет етуге қаншалықты дайын екенін анықтау.

Рөлдік ойынның барысы

1. **Дайындық.** Педагог ойынның шартын түсіндіреді және қатысушыларға рөлдерді бөледі. Әркім өз қалауы бойынша, үш «ата-ана мен бала» жұбы қатысады. Әр жұпқа төтенше жағдайлардың біріне

байланысты тапсырма беріледі. Мысалы: үйдегі өрт, жер сілкінісі, қоғамдық орында адасып қалу.

2. **Ойын барысы.** Әр жұп өзіне берілген жағдайды сахналап көрсетеді. Қатысушылар төтенше жағдайда қалай әрекет ететінін көрсетіп, сабақта алған білімдерін қолданады.

3. **Бақылау және қолдау.** Педагог пен көмекшілер қатысушылардың әрекетін бақылайды. Қажет болған жағдайда кеңес береді және дұрыс әрекет ету жолдарын түсіндіреді. Ойын соңында әр жағдай бірге талқыланады.

1-карточка. «Үйдегі өрт». Үйде өрт шықты. Ата-ана мен бала мұндай жағдайда не істеуі керек? Ата-ана баласына не істеу керектігін айтып, алдын ала белгіленген эвакуация жолымен үйден қауіпсіз шығуына көмектеседі.

2-карточка. «Жер сілкінісі». Жер сілкінісі басталды. Үйде болған кезде ата-ана мен бала не істеуі керек? Қай жерде қауіпсіз болған дұрыс? Төтенше жағдайға арналған сөмке алдын ала дайындалған ба? Ата-ана баласын сабырға шақырып, жер сілкінісі кезінде қауіпсіз жерде болуына көмектеседі. Дүмпулер тоқтағаннан кейін жағдайға қарай қауіпсіз жерге шығу жолын көрсетеді.

3-карточка. «Таудағы сел». Бала достарымен бірге тауға шықты. Кенеттен сел жүре бастады. Осындай жағдайда бала не істеуі керек? Жорыққа шығар алдында балаңызға және оның достарына сел қауіпі туралы қандай кеңес берер едіңіз? Селдің белгілерін қалай байқауға болады? Қауіп төнген жағдайда қай бағытқа қарай қозғалу керек? Қауіпсіз жерге қалай жетуге болады? Осы сұрақтарды балаңызбен бірге талқылаңыз.

АТА-АНАЛАРҒА АРНАЛҒАН ЧЕК-ПАРАҚ

Төтенше жағдайда баланың қауіпсіздігі

Бала нені білуі керек?

- Отбасыңызға ортақ *құпия сөз* ойластырып қойыңыз. Оны тек отбасы мүшелері білуі керек. Егер балаңызды алып кетуге сіздің орныңызға басқа адам келсе, бала одан құпия сөзді сұрасын. Құпия сөзді білмесе, онымен бірге кетпеуі керек.
- Кішкентай баланы үйде, көлікте немесе көшеде жалғыз қалдырмаңыз.
- Балаңыз өз аты-жөнін, үйінің мекенжайын, ата-анасының телефон нөмірлерін жатқа білсін. Сондай-ақ 112, 101, 102, 103 нөмірлерін есте сақтағаны жөн.
- Қиналған немесе адасып қалған жағдайда кімнен көмек сұрауға болатынын балаға алдын ала айтып қойыңыз. Полиция қызметкеріне, күзетшіге, дүкен қызметкеріне, мұғалімге немесе сенім артуға болатын ересек адамға барған дұрыс.
- Балаңыз сізге қорықпай бәрін айта алатынын білсін. Оны алаңдатқан, қорқытқан немесе күмән тудырған жағдай болса, жасырмай айтуға үйретіңіз.
- Бала адасып қалса, ата-анасын өзі іздеп жан-жаққа кетпеуі керек. Тұрған жерінде қалып, полиция қызметкерінен, күзетшіден немесе басқа сенімді ересек адамнан көмек сұрағаны дұрыс.
- Балаға көшеде жалғыз жүргеннен қарағанда достарымен немесе ересек адаммен бірге жүрген қауіпсіз екенін айтып түсіндіріңіз.
- Бала бейтаныс адаммен бірге ешқайда бармауы, оның көлігіне отырмауы керек. Бейтаныс адам ұсынған тәтті, сыйлық немесе ақшаны да алмауға үйретіңіз.

- Балаңыз сізден сұрамай біреудің үйіне бармасын. Бейтаныс адам қызықты жерге апаратынын айтса немесе көмек сұраса да, онымен бірге кетуге болмайтынын түсіндіріңіз.
- Қай жерде ойнауға болатынын балаңызбен алдын ала келісіп алыңыз. Қауіпті, қараусыз немесе ата-анасы рұқсат етпеген жерде ойнамауы керек.
- Бала үйде жалғыз қалатын жаста болса, есікті іштен құлыптап жүруді білсін. Есіктің ар жағындағы бейтаныс адамға үйде жалғыз екенін айтпау керектігін де ескертіңіз.
- Балаға **112, 101, 102, 103** нөмірлеріне қоңырау шалуды үйретіңіз. Қай кезде қандай қызметке хабарласу керектігін бірге талқылап, бірнеше рет қайталап көріңіз.

Ең бастысы. Бала қандай жағдай болса да, қауіп төнсе немесе не істерін білмей қалса, бұл туралы ата-анасына бірден айта алатынын білуі керек.

Қорытынды:

1. **Ойынды бірге талқылау.** Рөлдік ойыннан кейін педагог қатысушылардан қандай әрекет дұрыс болғанын, қай жерде қиналғанын сұрайды. Қате әрекеттер болса, дұрыс жолын бірге қарастырады.

2. **Қауіпсіз әрекеттерді қайталау.** Педагог төтенше жағдайда ең алдымен не істеу керектігін тағы бір рет еске салады. Ата-аналарға бұл ережелерді үйде балаларымен бірге қайталап отыру ұсынылады.

3. **Ой бөлісу.** Қатысушылар ойын кезінде не қиын болғанын, қандай жаңа нәрсе білгенін және нені есте сақтағанын айтады.

4. **Сабақты қорытындылау.** Педагог төтенше жағдайға алдын ала дайын болған маңызды екенін атап өтеді. Бала қауіп төнгенде не істеу керектігін біліп қана қоймай, ата-анасынан немесе басқа сенімді ересек адамнан көмек сұрай алуы керек.

Бейнеролик: <https://youtu.be/39MqHfYvz9Y> үйде өрт шыққан кезде бір жасар інісін құтқарып қалған он жасар бала туралы бейнеролик.

4) Рефлексия. «Қауіпсіздік тұмары» *(түрлі түсті қағаздарды алдын ала дайындап қояды.)*

Педагог: Қазір әрқайсыңызға қағаздан жасалған «Қауіпсіздік тұмарын» беремін. Осы тұмарға қауіпсіздік ережелерін еске түсіретін белгі салыңыз немесе қысқаша жазып қойыңыз. Мысалы, оттың суреті өрт кезіндегі сақтықты, су тамшысы су тасқыны кезінде не істеу керектігін, ал ағаш қатты жел кезінде қауіпсіз жер табу керектігін білдіруі мүмкін. Тұмарларыңыз дайын болған соң, бір-біріңізге сыйлап, таңдаған белгіңіздің мағынасын айтып беріңіз.

(Ата-аналар тұмарларын бір-біріне сыйлап, салған суреті немесе жазған сөзі нені білдіретінін түсіндіреді.)

Педагог: Бүгінгі сабақтан есіңізде не қалды? Төтенше жағдай туындаса, балаңызға не істеу керектігін үйрете аласыз ба? *(Ата-аналардың жауаптары тыңдалады.)*

Қорытынды. *Педагог:* Бүгін белсенді қатысқандарыңызға рақмет! Қолдарыңыздағы «Қауіпсіздік тұмары» қауіпсіздік ережелерін әрдайым есте ұстауға себеп болсын. Ең маңыздысы, төтенше жағдайға қалай әрекет ету керектігін балаңызбен алдын ала сөйлесіп, бірге үйреніңіз.

Сіздерге күнделікті өмірде қажет болатын жадынамаларды ұсынамын.

«Ақпаратты меңгерген адам жағдайды дұрыс бағалап, саналы әрекет ете алады» деген ой бар. Сондықтан балаңызға қауіпсіздік туралы қажетті ақпаратты түсіндіріп, оны дұрыс қолдануға үйретіңіз.

(1–5-қосымшалар)

1–4-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ

Тақырыбы: «Түсінемін, қолдаймын: ерекше білім беру қажеттілігі бар балаға ата-ана қалай көмектесе алады?»

Мақсаты: ата-аналарға ерекше білім беру қажеттілігі бар баланың көңіл күйін түсінуге, қиындық кезінде қолдау білдіруге және күнделікті қарым-қатынаста баланың ерекшелігін ескеруге көмектесу.

Міндеттері:

- ерекше білім беру қажеттілігі бар баланың қандай жағдайда қиналуы, алаңдауы немесе өзіне сенімсіз болуы мүмкін екенін түсіндіру;
- ата-аналарға баланы мұқият тыңдау, оның көңіл күйін түсіну, сөзбен демеу және сабырмен сөйлесу жолдарын көрсету;
- үйде баланың оқуына, өз ойын айтуына және айналасындағы адамдармен тіл табысуына көмектесетін қарапайым тәсілдермен таныстыру.

Күтілетін нәтижелер:

Сабақ соңында ата-аналар:

- баланың көңіл күйіндегі өзгерістерді байқап, оның неден қиналып жүргенін түсінуге тырысады;
- баламен сөйлескенде сын айтудың орнына қолдау білдіретін сөздерді қолданады;
- баланың оқуына, өз ойын жеткізуіне және басқа адамдармен араласуына көмектесетін тәсілдерді біледі.

Ұлттық құндылықтар мен тұлғалық қасиеттер: құрмет, қамқорлық, өзара көмек, жанашырлық, жауапкершілік, төзімділік, теңдік.

Жоспар

1. Тақырыпқа кіріспе. Ерекше білім беру қажеттілігі бар бала үшін ата-ананың қолдауы неліктен маңызды?
2. Фильмнен үзінді көру және ой бөлісу.
3. «Ойыма не келеді?» жаттығуы.
4. «Ата-ананы не алаңдатады?» ми шабуылы
5. Ақпараттық бөлім.
6. Карточкалар бойынша топпен жұмыс.
7. Сұрақ-жауап.
8. Сабақты қорытындылау.
9. «Балаға жылы тілек» жаттығуы.

Қолданылатын әдістер: әңгімелесу, жағдаяттарды бірге талдау, бейнематериал көру, топпен жұмыс, сұрақ-жауап, тәжірибелік тапсырмалар.

Ресурстар: интерактивті тақта, карточкалар, маркерлер, стикерлер, қаламдар, қағаз, таймер немесе сағат, «Сын айтпай, қолдау білдірудің 5 тәсілі» жадынамасы.

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

Өткізу түрі: топтық жұмыс.

САБАҚ БАРЫСЫ

1. Тақырыптың өзектілігі. «Ерекше білім беру қажеттілігі бар балаға ата-ананың қолдауы неліктен маңызды?»

Педагог: Қайырлы күн, құрметті ата-аналар! Ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығындағы бүгінгі кездесуге қош келдіңіздер! Бүгін сіздермен әр ата-ананы толғандыратын маңызды

тақырып туралы әңгімелескім келеді. Ол – *ерекше білім беру қажеттілігі бар балаңызды түсіну, қабылдау және әрдайым жанынан табыла білу.*

Әр ата-ана баласының бақытты, өзіне сенімді болып өскенін, оқуда жетістікке жеткенін қалайды. Дегенмен дамуында өзіндік ерекшелігі бар балаға кейбір нәрселерді үйрену немесе орындау қиынырақ болуы мүмкін. Мұндай кезде баланың өзі де қиналады, ата-анасы да алаңдайды.

Бала кейде сабақта берілген тапсырманы түсінбей қалуы, ақпаратты қабылдауға көбірек уақыт жұмсауы мүмкін. Қатарластарымен тіл табысуы қиын болып, өзін ортаға бөтен сезінетін кездері де кездеседі. Кейбір балалар тез шаршайды, көңіл күйін басқара алмай қиналады немесе ішіндегі ойын сөзбен жеткізе алмайды.

Осындай сәтте балаға ата-анасының түсіністігі мен жылы сөзі ерекше қажет.

Ата-анасының оны қалай қабылдайтыны, қиындыққа тап болғанда не айтатыны, қалай көмектесетіні бала үшін өте маңызды. *«Қолыңнан келеді», «Асықпа, бірге жасап көреміз», «Қиналып тұрғаныңды түсініп тұрмын»* деген қарапайым сөздердің өзі балаға күш береді. Өзін түсінетін, қандай жағдай болса да қасынан табылатын адамы бар екенін сезінген бала өзіне де көбірек сене бастайды.

Алайда ата-ананың өзі де кейде не істерін білмей қалуы мүмкін:

«Неге балам бұлай істейді?»

«Мен дұрыс істеп жүрмін бе?»

«Мені тыңдамаса немесе ештеңе айтпай тұйықталып қалса, қалай көмектесемін?»

Мұндай сұрақтардың туындауы заңды. Өйткені сіз балаңызға көмектескіңіз келеді, бірақ кей жағдайда неден бастау керектігін білмеуіңіз мүмкін.

Бүгін осы сұрақтарға жауап іздеп көреміз. Балаңыздың мінез-құлқының себебін түсінуге, оны қиналған кезде қолдауға және өзара түсіністікті сақтауға көмектесетін тәсілдер туралы сөйлесеміз.

Бүгінгі мақсатымыз – сіздерге бәріне бірдей дайын кеңес беру емес. Әр баланың мінезі, мүмкіндігі, қажет ететін көмегі әртүрлі. Сондықтан ең алдымен өз балаңызды тыңдап, оның нені қажет ететінін түсіне білу маңызды.

Енді әңгімемізді бастамас бұрын бір сұраққа жауап беріп көрейік:

«Мен балам үшін қандай адам болғым келеді?»

Бір сәт ойланып, ойыңызды бір сөзбен немесе қысқа сөйлеммен айтып көріңіз. Мысалы: **«әрдайым жанынан табылатын», «сенетін адамы», «сабырлы», «түсіне білетін», «қолдайтын», «мейірімді».**

(Қатысушылар кезекпен жауап береді. Педагог жауаптарды тыңдап, айтылған маңызды сөздерді қайталап отырады.)

Рақмет! Жауаптарыңыз әртүрлі болғанымен, бәріңізге ортақ бір тілек бар: **балаңызды жақсы көріп қана қоймай, оны түсіне білу, қандай болса да қабылдау және қажет кезінде жанынан табылу.** Бүгінгі кездесуімізді осыған арнаймыз.

I. Көркем фильмнен үзінді көру және ой бөлісу

Қатысушыларға 2017 жылы шыққан «Ғажайып» (Wonder) фильмінен үзінді көрсетіледі. Фильм Огги Пуллман есімді бала туралы. Оггидің бет әлпетінде туа біткен ерекшелік бар. Ол ұзақ уақыт үйде оқып, кейін алғаш рет мектепке барады.

Үзіндіде Оггидің мектептегі алғашқы күні көрсетіледі. Мектепке келгенде балалар оған таңырқай қарайды. Кейбірі өзара сыбырласып,

кейбірі одан алшақ жүруге тырысады. Сабақта мұғалім әр оқушыдан өзін таныстыруды сұрайды. Огги көптің көзіне түспеуге тырысып, қысылып отырады. Ал Джулиан есімді оқушы оған әдейі ыңғайсыз сұрақтар қояды. Үзілісте де, асханада да Огги көбіне жалғыз қалады. Оның қобалжып, өзін жайсыз сезініп отырғаны байқалады.

Үзіндіні көргеннен кейін: Педагог ата-аналарды әңгімеге шақырады. Сұрақтарды флипчартқа жазып қоюға немесе карточкамен таратуға болады.

Талқылауға арналған сұрақтар:

- **Огги сол сәтте не сезінді деп ойлайсыз?** *(Қорқу, жалғызсырау, қысылу, сенімсіздік, үміт.)*
- **Балалардың Оггиге деген қарым-қатынасынан нені байқадыңыз? Ал педагог өзін қалай ұстады?** *(Оны түсінуге тырысты ма? Қолдау көрсетті ме? Әлде байқамай көңіліне тиіп кетті ме?)*
- **Осы көрініс сізге қалай әсер етті?** *(Алаңдау, ренжу, мұңаю, ашулану, баланы қорғағысы келу. Өз балалық шағыңыздағы бір оқиға еске түсуі де мүмкін.)*
- **Егер Огги сіздің балаңыз болса, сол күні үйге келгенде оған не айтар едіңіз?**
- **Балаңыздың мектепте өзін жалғыз сезінбеуі үшін сіз не істер едіңіз?**

II. «Алғашқы ой» жаттығуы

Педагог: Фильмді көріп отырып, Оггидің қандай күйде болғанын сезінуге тырыстық. Кейде баланың сыртқы әрекетін ғана көреміз. Бірақ оның ішінде не болып жатқанын бірден байқай бермейміз. Мысалы, бала тұйықталып кетті. Біз оны «сөйлескісі келмейді» деп ойлауымыз

мүмкін. Ал шын мәнінде ол ренжіп, қорқып немесе ойын қалай айтарын білмей отыруы мүмкін. Енді өз сезімімізге көңіл бөліп көрейік. *«Менің баламның ерекше білім беру қажеттілігі бар»* дегенде ойыңызға ең бірінші не келеді? Көп ойланбаңыз. Бір сөз болуы мүмкін. Бір сезім болуы мүмкін. Тіпті бір бейне немесе түс болуы мүмкін.

Ойыңызға алғаш келгенін жазыңыз.

Тапсырма

- ✓ Бір немесе екі стикер алыңыз.
- ✓ Әр стикерге ойыңызға келген бір сөзді немесе қысқа ойды жазыңыз.
- ✓ Жазып болған соң стикеріңізді флипчартқа жапсырыңыз. Не жазғаныңызды дауыстап айтудың қажеті жоқ.

Барлығы жапсырып болған соң педагог стикерлердегі сөздерді оқиды.

Мысалы: «алаңдау», «жауапкершілік», «сенімсіздік», «ерекшелік», «қиындық», «махаббат», «үміт», «мақтаныш», «шаршау», «сабыр», «қорқыныш», «күш», «кінәлі сезіну», «батылдық».

Педагог: Қараңыздаршы, бір ғана ой қаншама түрлі сезім тудырады. Бір ата-ана баласы үшін алаңдайды. Екіншісі оның болашағын ойлайды. Біреу шаршайды, біреу қорқады. Сонымен бірге баламызға деген махаббат, үміт, мақтаныш та бар. Осының бәрі ата-анаға таныс сезімдер.

Бізден үнемі мықты болу талап етілмейді. Кейде шаршауымыз да, алаңдауымыз да мүмкін. Ең бастысы, сол көңіл күйіміз баламен қарым-қатынасымызға кері әсер етпеуін қадағалау.

Балаға кейде ұзақ ақыл айтудың қажеті жоқ. **«Мен сені түсінемін», «Қиналып тұрғаныңды көріп тұрмын», «Қаласаң, бірге**

ойланып көрейік», «Мен қасындамын» деген қарапайым сөздердің өзі жеткілікті болуы мүмкін.

Бүгін осындай сәттерде баламен қалай сөйлескен дұрыс, оны қалай қолдауға болады деген сұрақтарға тоқталамыз.

III. «Ата-ананы не мазалайды?» - ми шабуылы

Педагог: Бала тәрбиесінде бәрі бірдей оңай бола бермейді. Кейде балаңызды түсінбей қаласыз, кейде қалай көмектесеріңізді білмейсіз. Осындай кез әр ата-анада болады. Сіздерде қалай? Балаңызға қатысты ең көп ойландыратын нәрсе не? Мысалы, сабақ оқыту қиын ба? Балаңыз айтқаныңызды тыңдамай ма? Ашуланып немесе жылап қала ма? Ішіндегі ойын айтпай жүре ме? Басқа балалармен араласуы қиын ба?

Қазір әрқайсыңыз өзіңізді мазалап жүрген бір мәселені қысқаша айтып көріңіз. Көп ойланып, сөзді әдемілеп айтудың қажеті жоқ. Қалай ойлайсыз, солай айтыңыз. *(Педагог айтылған жауаптарды флипчартқа жазады. Ата-ананың айтқан сөзін мүмкіндігінше өзгертпей жазады.)*

Ата-аналардың әдеттегі жауаптары:

- «Үй тапсырмасын жасағысы келмейді».
- «Зейіні жиі бөлінеді».
- «Не болғанын айтпай, үндемей қалады».
- «Айтқаны болмаса, айқайлап кетеді».
- «Таңертең киініп, мектепке жиналуымыз қиын».
- «Балалармен тіл табыса алмай жүр».
- «Тапсырма берсем, жылап қалады».
- «Сен мені түсінбейсің дейді».
- «Ескерту айтсам, бірден ренжіп қалады».

- «Қателесуден қорқады».
- «Мен бәрібір істей алмаймын дейді».
- «Басқа балаларға қарап, өзінің көңілі түсіп кетеді».

Педагогтің қорытынды сөзі: (7–10 жауап айтылғаннан кейін.)

Педагог: Рақмет. Айтқандарыңызға қарасақ, бір ата-ананы баласының сабағы ойландырса, енді бірін мінезі немесе көңіл күйі алаңдатады. Баласының қатарынан қалмай, басқа балалармен араласып, өзін жақсы сезінгенін бәріңіз де қалайсыздар.

Бірақ кейде «Не десем екен?», «Қалай көмектессем екен?», «Қазір сөйлескен дұрыс па, әлде біраз күткенім жөн бе?» деп ойланып қаламыз. Бүгін осындай жағдайларда не істеуге болатынына тоқталамыз. Бала ашуланса, онымен қалай сөйлескен дұрыс? Өзіне сенбесе, не айтуға болады? Сабақтан қиналса, көмекті неден бастаған жөн? Қатарластарымен тіл табыса алмай жүрсе, ата-ана не істей алады?

Осының бәрін нақты мысалдар арқылы бірге талқылаймыз.

IV. Ақпараттық бөлім

Педагог: Ашық айтқан ойларыңызға рақмет. Жауаптарыңыздан бала үшін алаңдау, шаршау, кейде не істеріңізді білмей қалу сияқты сезімдер байқалады. Енді баланың кейбір әрекеттерінің себебіне тоқталайық. Кейде біз: «Неге ол бұлай істейді?» деп ойлаймыз. Ал оның себебін түсінсек, «Оған қазір қалай көмектесе аламын?» деген сұраққа жауап табу оңайырақ болады.

1-слайд. Ерекше білім беру қажеттілігі бар бала ақпаратты қалай қабылдайды?

Кейбір балаларға айналасынан келетін ақпаратты қабылдап, түсіну үшін көбірек уақыт қажет болуы мүмкін.

Сондықтан бала:

- қатты дыбыстан, жарықтан немесе адам көп жерден тез шаршауы;
- айтылған тапсырманы бірден түсінбеуі;
- ұзақ түсіндірілген ақпараттың ең маңызды тұсын ажырата алмауы;
- тапсырманы орындап отырып, әрі қарай не істеу керектігін ұмытып қалуы мүмкін.

Мысалы:

Педагог: «Дәптерлеріңді ашыңдар, бүгінгі күнді жазыңдар, 3-жаттығуды орындаңдар», – деп тапсырма береді. Бала осы нұсқаудың алғашқы бөлігін ғана есінде сақтап, әрі қарай не істеу керектігін түсінбей қалуы мүмкін. Бұл оның тапсырманы орындағысы келмегенінен емес. Бала бірден қабылдап, түсініп үлгермеген болуы мүмкін. Мұндай жағдайда тапсырманы бөліп, асықпай айтқан дұрыс.

2-слайд. Балаға көңіл күйін реттеу неге қиын болуы мүмкін?

Кейбір балаларға ашуын басу, көңілі қалғаннан кейін қайта іске кірісу немесе сәтсіздікті сабырмен қабылдау қиын болады. Олар қателесіп қалудан, сын естуден немесе өзін басқа балалармен салыстырудан қорқуы мүмкін.

Мысал:

Бала: «Мен мектепке бармаймын!» – дейді. Бір қарағанда, бұл қырсықтық сияқты көрінуі мүмкін. Бірақ оның артында: «Тағы да қолымнан келмей қалса ше?», «Балалар тағы күле ме?», «Тағы да қиын болса ше?» деген қорқыныш жатуы мүмкін.

Сондықтан баланың айтқан сөзіне ғана емес, оны неге айтып тұрғанына да мән берген жөн.

3-слайд. Баланың әрекетінің астарында не жатыр?

Бала кейде сезімін сөзбен айтып жеткізе алмайды. Сондықтан ол айқайлауы, ашулануы, жылауы немесе ешкіммен сөйлеспей қоюы

мүмкін. Мұндай кезде бірден: «Мінезінді көрсетпе!», «Неге тағы басталды?» деудің орнына: «Не болды?», «Саған не қиын болып тұр?», «Қазір саған қалай көмектесейін?» деп сұрап көрген дұрыс.

Яғни: «Балам неге осындай?» деп емес, «Ол маған осы әрекетімен нені білдіргісі келіп тұр?» деп ойлап көріңіз. Баланың әр әрекетін әдейі жасалған қылық деп қабылдамай, оның себебін түсінуге тырыссақ, өзіміздің де әрекетіміз өзгереді. Бірден жазалаудың орнына не болғанын анықтаймыз. Ашуланудың орнына сабырмен сөйлесуге тырысамыз. «Өзі істеуі керек» деп күтпей, қажет кезде көмектесеміз.

Қосымша (уақыт болған жағдайда):

Ерекше білім беру қажеттілігі бар балаларда кездесуі мүмкін қиындықтарға қысқаша тоқталуға болады:

Баланың іс-әрекеті	Оның себебі неде болуы мүмкін?
Тапсырманы орындамайды	Шаршаған болуы мүмкін, қателесуден қорқады немесе тапсырманы түсінбеген
Айқайлап, есікті қатты жабады	Ашуы басылмай тұр, қатты шаршаған немесе айналасында болып жатқан жағдай оған ауыр тиіп тұр
Жылайды немесе үндемейді	Бір нәрсеге ренжіген, алаңдап жүр немесе не сезіп тұрғанын сөзбен айта алмайды
Қарым-қатынастан қашады	Өзін өзгелерден бөлек сезінеді немесе басқалардың өзі туралы не ойлайтынына алаңдайды

V. Карточкалармен топтық жұмыс

Мақсаты: ата-аналарға баланың іс-әрекетіне қарап, оның көңіл күйін түсінуге, қиын сәтте балаға не айтып, қалай көмектесуге болатынын үйрету.

Педагог: Біз баланың кейбір әрекеттерінің артында қандай себеп жатуы мүмкін екенін айттық. Енді бірнеше жағдайды бірге талдап көрейік. Бала жыласа, ашуланса, сабақ оқудан бас тартса немесе

ешкіммен сөйлеспей қойса, ата-ана не істей алады? Қандай сөз баланы жұбатады? Ал қандай сөз жағдайды одан әрі қиындатып жіберуі мүмкін? Қазір осы сұрақтарға нақты жағдайлар арқылы жауап іздейміз.

Қажетті құралдар:

- жағдаяттар жазылған карточкалар, әр топқа 1–2 карточка;
- таза қағаздар мен маркерлер;
- «Не айтуға болады? Нені айтпаған дұрыс?» жадынамасы.

Жаттығудан кейін таратылады.

Қатысушылар 3–4 адамнан шағын топтарға бөлінеді. Әр топқа бір жағдаят жазылған карточка беріледі.

Әр топ берілген жағдайды оқып, мына сұрақтарды талқылайды:

- Бала осы кезде не сезініп тұр?
- Ата-анасы оған не айтса немесе не істесе болады?
- Қандай сөздерді айтпаған, қандай әрекеттерді жасамаған дұрыс?

Талқылауға 5–6 минут беріледі. Уақыт аяқталған соң әр топ өзіне берілген жағдайды таныстырып, қандай шешімге келгенін қысқаша айтып береді.

Карточкалар

1-жағдаят. Бала бөлмесіне кіріп алып, үй тапсырмасын орындаудан бас тартады: «Маған бәрібір! Орындамаймын! Мен онсыз да дым білмеймін ғой!» – дейді.

2-жағдаят. Бала мектептен жылап келеді: «Менімен ешкім дос болмайды. Бәрі мені мазақтайды», – дейді.

3-жағдаят. Бала ашуланып, дәптерін жерге лақтырып жібереді: «Мектепті жек көремін! Бәрің мені жайыма қалдырыңдар!» – деп айқайлайды.

4-жағдаят. Бала бұрын өзі қызығып барып жүрген үйірмесіне енді барғысы келмейді. «Неге барғың келмейді?» – деп сұрасаңыз, үндемейді.

5-жағдаят. Бала ақырын ғана: «Мен де басқа балалар сияқты болғым келеді. Бәрі сияқты...» – дейді де, теріс қарап кетеді.

Жадынама. Топтық жұмысқа көмек

Балаға:

- «Мен қасыңдамын».
- «Қателесіп қалсаң, ештеңе етпейді».
- «Сенің қазір не сезініп тұрғаның мен үшін маңызды».
- «Кел, бірге жасап көрейік».
- «Сен жалғыз емессің» - **деп айтыңыз.**

Мынадай сөздерді:

- «Сонда не болыпты? Жыламашы!»
- «Өзіңнен болды».
- «Түк болмаған нәрсені үлкейтіп отырсың».
- «Басқалар да солай жүр ғой» - **айтпаңыз.**

Педагог: Жағдаяттарды талқылау кезінде байқаған боларсыздар, баланың ашулануы, жылауы, үндемей қалуы немесе ештеңе істегісі келмеуі бекер емес. Ол қорқып жүруі, қатты шаршауы, өзін жалғыз сезінуі немесе ішіндегі ойын айта алмай қиналуы мүмкін.

Ата-ана әр жағдайда мінсіз әрекет етуге міндетті емес. Ең маңыздысы – баланың сізге келе алатынын, сіздің оны тыңдайтыныңызды және түсінуге тырысатыныңызды білуі.

VI. «Сұрақ-жауап» жаттығуы

Педагог: Біз бірнеше жағдайды бірге талқылап, бала қиналған кезде не айтуға, не істеуге болатынын қарастырдық. Енді өздеріңізді

мазалап жүрген сұрақтарға кезек берейік. Ата-ана болған соң кейде: «Осындай кезде не істеймін?», «Дұрыс жасап жүрмін бе?», «Баламды қалай түсінсем болады?», «Оған көмектесемін деп жүріп, керісінше қиындатып жатқан жоқпын ба?» деген ойлар келеді.

Осындай сұрақтарыңызды қазір жасырмай жазып көріңіздер. Аты-жөніңізді жазудың қажеті жоқ.

Қатысушыларға тапсырма

1. Бір карточка немесе парақ алыңыз.
2. Балаңызға қатысты өзіңізді мазалап жүрген бір сұрақты жазыңыз. Аты-жөніңізді жазбаңыз.

Сұрақты былай бастауға болады:

«Баламның неге ... екенін түсіне алмай жүрмін».

«Мені ... алаңдатады».

«Балам ... кезде не істеген дұрыс?»

«Ол ... кезде қалай сөйлесерімді білмей қаламын».

«Кейде ... қатты шаршаймын».

Жазып болған соң қағазды бүктеп, қорапқа немесе себетке салыңыз. *(Егер қатысушылар саны аз болса және ата-аналар бір-бірімен еркін сөйлесе алса, сұрақтарын қағазға жазбай-ақ қоюларына болады.)* Педагог қораптан сұрақтарды бір-бірден алып оқиды. Әр сұраққа қысқаша жауап береді. Ата-ананың сезіміне құрметпен қарап, сынамай, түсінікті тілмен жауап берген жөн.

Қажет болған жағдайда педагог: «Осындай жағдай сіздерде де болды ма? Сіз не істедіңіз?» – деп басқа ата-аналардың пікірін сұрай алады. Қалаған қатысушылар өз тәжірибесімен бөліседі.

Ата-аналардан қойылуы мүмкін сұрақтар:

- «Балам: “Мен ешкімге керек емеспін”, – десе, не істеймін?»

- «Кейде қатты шаршап, балама ұрысып қоямын. Кейін өзім өкінемін. Мұндай жағдайда не істеген дұрыс?»
- «Балам телефоннан шықпайды. Айтқанымды тыңдамайды. Не істесем болады?»
- «Мектепте баламды түсіне бермейді. Мұғалімдер “жалқау” дейді. Не істей аламын?»
- «Балам өскенде де өз бетінше ештеңе істей алмай қала ма деп қорқамын. Оны өздігінен әрекет етуге қалай үйретемін?»

Жақсы ата-ана болу – ешқашан қателеспей емес. Балаңызды тыңдап, түсінуге тырысып, қажет кезінде жанынан табыла білу маңызды.

Сабақты қорытындылау

Педагог: Сонымен, бүгінгі кездесуімізді аяқтайтын уақыт та келді. Осы бір сағатта баламыз туралы ғана емес, өзіміз туралы да біраз ойландық. Әркім өз жағдайын еске түсірді, сұрағын қойды, өзгелердің пікірін тыңдады. Тағы бір ойланып көретін нәрсе: **осы кездесуден кейін балаңызға деген қарым-қатынасыңызда нені өзгертіңіз келеді?**

Төмендегі екі сұраққа жауап беріңіз:

1. Бүгін қандай ой түйдім?

2. Балама қатысты нені өзгертуге тырысамын?

Жауабыңызды қағазға қысқаша жазып қойыңыз. Қалаған адам кейін өз ойын айтып бере алады. *(Қатысушыларға қағаздар таратылады. Жауап жазуға бірнеше минут уақыт беріледі.)*

VII. Қорытынды. Рефлексия

«Балаңа не айтар едің?» жаттығуы

Педагог: Ал енді балаңызды көз алдыңызға елестетіңіз. Ол қазір сіздің алдыңызда отыр. Екеуіңіз ғана қалдыңыздар. Оған дәл қазір қандай сөз айтқыңыз келеді?

Мүмкін: **«Мен сені жақсы көремін».**

Мүмкін: **«Мен саған сенемін».**

Немесе көптен бері айтқыңыз келіп жүрген басқа бір сөзіңіз бар шығар. Сол сөзді қағазға жазыңыз. Бір ғана сөйлем болса да жеткілікті. Ең бастысы, шын көңіліңізден шықсын. *(Қатысушыларға қағаз таратылады. Қаласаңыз, баяу әуен қоюға болады.)*

Мысалы:

- «Балам, мен сені жақсы көремін».
- «Қандай жағдай болса да, маған келе аласың».
- «Қиналсаң, маған айт. Бірге шешеміз».
- «Қателесуден қорықпа. Мен саған сенемін».
- «Сенің тырысып жүргеніңді көріп жүрмін».

Педагог: Күнде бәрі ойдағыдай бола бермейді. Кейде балаға ренжиміз, кейде өзіміз шаршаймыз. Бір-бірімізді түсінбей қалатын кез де болады. Сондай сәтте асықпай, балаңызға түсіндіріңіз. Кейде оған ақыл айтудан бұрын тыңдау керек. Кейде сұрақтың астына алудың орнына құшақтау керек. Ал кейде: **«Балам, мен қасындамын»**, – деген бір ауыз сөздің өзі жеткілікті. Бүгінгі кездесуге келгендеріңізге рақмет. Балаңызбен арадағы жылылық пен сенім әрдайым сақталсын.

5–9-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ
Тақырыбы: «Ерекше білім беру қажеттілігі бар жасөспіріммен өзара түсіністік орнату»

Мақсаты: ата-аналардың ерекше білім беру қажеттіліктері бар жасөспіріммен қарым-қатынас жасау дағдыларын дамыту, жанжалдың

алдын алуға, өзара сенім мен эмоциялық жақындықты сақтауға ықпал ету.

Міндеттері:

- ата-аналарды ерекше білім беру қажеттіліктері бар жасөспірімдердің жас ерекшеліктерімен және эмоциялық даму ерекшеліктерімен таныстыру;
- белсенді тыңдау, «Мен-хабарламаларын» қолдану және қысым көрсетпей қарым-қатынас жасау тәсілдерін үйрету;
- жасөспіріммен қарым-қатынас барысында ата-аналардың өз әрекеттерін саналы түрде бағалауына және эмоциялық тұрақтылығын сақтай білуіне ықпал ету.

Күтілетін нәтижелер:

- ата-аналар ерекше білім беру қажеттіліктері бар жасөспірімдердің мінез-құлық ерекшеліктерін және жанжалдың туындау себептерін түсінеді;
- жасөспірімге қолдау көрсету және онымен қарым-қатынас жасау тәсілдерін меңгереді;
- күнделікті өмірде кездесетін жағдайларды талдап, оларға орынды әрекет ету жолдарын таңдауды үйренеді.

Ұлттық құндылықтар мен тұлғалық қасиеттер: құрмет, қамқорлық, өзара көмек, жанашырлық, жауапкершілік, төзімділік, тең құқықтылық.

Жоспар

1. Тақырыптың өзектілігі. «Ерекше білім беру қажеттіліктері бар жасөспірімнің ата-анасы болу: нені білу маңызды?»
2. Фильмнен үзінді көру және талқылау.
3. «ЕББҚ бар жасөспірім ата-ананың көзімен» жаттығуы.

4. Карточкалармен топтық жұмыс. Жасөспірімнің шын мәнінде не айтқысы келетінін қалай түсінуге болады?

5. «Мен-хабарламалары» жаттығуы: өз сезімін кінә артпай және сын айтпай қалай жеткізуге болады?

6. Қорытындылау: «Бүгін өзім үшін не түйдім? Нені басқаша жасап көремін?»

7. Рефлексия. «Жасөспірімге жылы лебіз».

Әдістері: интерактивті әңгіме, бейнеүзіндіні талқылау, шағын дәріс, жағдаяттарды талдау.

Ресурстар: бейнеүзінді көрсетуге арналған ноутбук, проектор және дыбыс құрылғысы, флипчарт, маркерлер, стикерлер, тапсырма жазылған карточкалар, қалам, қағаз, үлестірме материалдар (жадынамалар, кестелер, нұсқаулықтар).

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

Өткізу түрі: топтық сабақ.

САБАҚ БАРЫСЫ

1. Тақырыптың өзектілігі. «Ерекше білім беру қажеттіліктері бар жасөспірімнің ата-анасы болу: нені білу маңызды?»

Педагог: Қайырлы күн, құрметті ата-аналар! Бүгінгі кездесуге келгендеріңізге рақмет. Бүгін біз маңызды әрі күнделікті өмірде жиі кездесетін мәселе – **жасөспірімдік кезең және ерекше білім беру қажеттіліктері бар жасөспіріммен қарым-қатынас** туралы әңгімелесеміз.

Жасөспірімдік кезеңнің өзі оңай емес. Бұл уақытта баланың бойында: гормондық өзгерістер, көңіл күйдің құбылуы, өзін іздеу, қарсылық білдіру, сезімталдық, қырсықтық, өз бетінше әрекет етуге ұмтылу. Сонымен қатар жасөспірім әлі де жақындарының қолдауы мен түсіністігіне мұқтаждық секілді әртүрлі өзгерістер көрінеді.

Ал жасөспірімде сенсорлық, эмоциялық, қарым-қатынас немесе танымдық ерекшеліктер болған жағдайда, бұл кезеңнің қиындығы арта түседі. Мұндай өзгерістерді қабылдап, оларға бейімделу **жасөспірімнің өзіне де, ата-анасына да оңайға соқпайды.**

Ата-аналардан мынадай сөздерді жиі естиміз:

– *«Мені мүлде тыңдамайды».*

– *«Бір-бірімізді түсінбей жүргендейміз».*

– *«Онымен қалай сөйлесерімді білмеймін. Не айтсам да, ашуланып шыға келеді».*

– *«Маған ештеңе айтпайды».*

Сізге де таныс жағдайлар ма? Мұндай қиындықтарды көптеген ата-ана бастан өткереді. Дегенмен жасөспірімді түсінуге және онымен тіл табысуға үйренуге болады. Ол үндемей қалса да, **оның көңіл күйі мен айтқысы келгенін түсінуге** болады. Бұрын әңгіме жиі жанжалмен аяқталса да, **бір-біріңізді тыңдап, түсінуге мүмкіндік беретін қарым-қатынас құруға** болады.

Бүгін біз соған көмектесетін қарапайым әрі күнделікті өмірде қолдануға болатын тәсілдерді бірге қарастырамыз.

Ортақ әңгіме құруға арналған сұрақ

Алдымен шағын шеңбер құрып, бір сұраққа жауап беріп көрейік. Жауабыңызды **бір сөзбен немесе қысқа сөз тіркесімен** айтыңыз: **«Мен жасөспірім балам үшін қандай ата-ана болғым келеді?»**

(Қатысушылар кезекпен: «сабырлы», «ашық», «парасатты», «сенім білдіретін», «артық бақыламайтын», «мейірімді», «түсіністікпен қарайтын», «икемді» және т.б. деп жауап береді. Педагог жауаптарды қолдап, мұқият тыңдайды.)

Педагог: Сіздер атаған осы қасиеттерді қарым-қатынаста бағыт беретін құндылықтар деуге болады. Біз ата-ана ретінде баламызды

тәрбиелеуге, үйретуге, дұрыс жол көрсетуге тырысамыз. Бірақ кейде жасөспірімге ең керегі – **ата-анасының сабырмен тыңдап, түсіністік танытып, «Мен сенің жаныңдамын» деп қолдау білдіруі.**

Бүгінгі жұмысымызда осыған ерекше назар аударамыз.

2. Көркем фильмнен үзінді көру және талқылау

Қатысушыларға 2017 жылы жарық көрген **«Ғажайып» (Wonder)** фильмінен үзінді көру ұсынылады. Фильмнің басты кейіпкері Огги қиын күнді бастан өткереді: достарының әрекетінен көңілі қалып, өзін жалғыз әрі дәрменсіз сезінеді, ұялады. Кешке үйіне келген соң басынан өткен жағдайды анасына айтып береді. Анасы оның сөзін бөлмей тыңдап, қолдау білдіреді. Осы сәтте ана мен бала арасында сенімге негізделген жақын қарым-қатынас орнайды.

Педагог: Қазір біз қиын күнді бастан өткерген жасөспірімнің анасына өз сезімдерін айтып отырған сәтін көреміз.

Көру барысында мына сұрақтарға назар аударыңыздар:

- **Жасөспірім қандай сезімде болды?**
- **Анасы өзін қалай ұстады?**
- **Олардың ашық сөйлесуіне және бір-біріне сенім білдіруіне не ықпал етті?**

Пікір алмасуға арналған сұрақтар:

– Сіздің ойыңызша, осы сәтте жасөспірім қандай сезімдерді бастан өткерді? *(Мысалы: қорқыныш, жалғыздық, реніш, көңіл қалу, өзін әлсіз сезіну.)*

– Оның анасына ішкі сезімін ашық айтуына не көмектесті? *(Мұқият тыңдау, асықтырмау, қысым жасамау, сабырлы сөйлеу, шыдамдылық, баланы бар қалпында қабылдау.)*

- Анасы баласын қалай тыңдады?
- Оның сөзін бөлді ме?

- Бірден ақыл-кеңес беруге тырысты ма?
- Басқа балалармен салыстырды ма?
- Осы көріністі ата-ана ретінде көргенде қандай сезімде болдыңыз? *(Жанашырлық, өкініш, толқу, ата-ананың рөлін тереңірек түсіну, баласын осылай тыңдай білуге ұмтылу.)*
- Осы көріністен өз балаңызбен қарым-қатынаста қолдануға болатын қандай ой түйдіңіз?

3. «Ассоциациялар» жаттығуы. ЕББҚ бар жасөспірім ата-ананың көзімен

Педагог: Енді бір сәт өз ойыңызға назар аударып, мына сұрақтарға жауап беріп көріңіз:

Ерекше білім беру қажеттіліктері бар жасөспірім балаңыз туралы ойлағанда:

- **қандай сезімде боласыз?**
- **ойыңызға қандай сөздер немесе бейнелер келеді?**

Бұл тест емес. Мұнда дұрыс немесе бұрыс жауап жоқ. Ойыңызға алғаш келген 1–2 сөзді жазыңыз. Ол сезім, бейне, теңеу, түс, дыбыс немесе қимыл болуы мүмкін.

Ең бастысы – жазған сөзіңіз жасөспірім балаңызды тәрбиелеу барысында өзіңіз бастан кешіретін сезімдеріңізді білдірсе болғаны.

Қатысушыларға нұсқаулық:

1. Стикер немесе карточка алыңыз.
2. **Бір-екі сөзбен** жазыңыз:
 - балаңыз туралы ойлағанда туындайтын ассоциацияны;
 - онымен қарым-қатынас кезінде сезінетін көңіл күйіңізді;
 - ол туралы ойлағанда көз алдыңызға келетін бейнені.

(Мысалы: «дауыл», «нәзіктік», «күрескер», «жұмбақ», «от», «қамал», «айқай мен тыныштық», «жарылыс», «алшақтау», «күту», «махаббат пен алаңдау».)

3. Стикерді залдың ортасындағы флипчартқа жапсырыңыз.

(Тапсырма тыныштықта орындалады. Қалауыңызға қарай баяу әуен қосуға болады.)

Педагог: Қараңыздаршы: алаңдау да, күш те, абдырау да, махаббат та, күрес те әртүрлі сезімді бәріміз бір сәтте сезінудеміз. Мұның бәрі жасөспірімнің ата-анасы болудың қаншалықты жауапты әрі кейде қиын екенін көрсетеді.

Сонымен бірге бұл – баламызды түсінуге, оған жақын болуға деген ұмтылысымыздың көрінісі.

Педагог: Қараңыздаршы, қаншама түрлі сезім мен ой жазылған. Мұнда алаңдау да, абдырау да, махаббат та, үміт те, күрес те бар. Жасөспірім баланы тәрбиелеу оңай емес. Кейде оны түсіну қиын, кейде ата-ананың өзі де не істерін білмей қалады.

Соған қарамастан, әр ата-ана баласымен жақын болып, оны түсініп, қолдау көрсете білгісі келеді. Бүгін біз осы қарым-қатынасты қалай сақтауға болатынына бірге назар аударамыз.

1-слайд. Жасөспірімдік кезең – барлығына тән күрделі кезең

- Гормондық өзгерістер, эмоциялық күйдің тұрақсыздығы
- Дербестікке ұмтылу және өзіне сенімсіздік
- Көңіл күйдің құбылуы - жасөспірімдік кезеңге тән қалыпты жағдай, оны «мінезінің бұзылуы» деп қабылдамаған жөн

2-слайд. ЕББҚ бар жасөспірімнің жағдайын не қиындатуы мүмкін?

- Мазасыздықтың жоғары болуы

- Мектептегі, үйдегі талаптар мен айналасындағылардың күтуінен шаршау
- Шу, жарық, жанасу сияқты сыртқы әсерлерге сезімталдық
- Ұялу, сын есту немесе сәтсіздікке ұшыраған кезде өз сезімін игере алмау

Мысал: Жасөспірім мектептен келіп, ешкіммен сөйлеспестен сөмкесін тастай салып, бөлмесіне кіріп, есігін жауып алады. Ата-анасы: «Бұл не қылғаның?» – деп ренжиді.

Ал жасөспірімнің сол сәттегі ішкі күйі мүлде басқаша болуы мүмкін: «Бүгінгі күн маған өте ауыр тиді. Мені тағы да басқалармен салыстырды. Сабақты түсінбей қалдым. Тағы да өзімді өзгелерден бөлек сезіндім».

3-слайд. Жасөспірім айта алмағанын әрекетімен білдіруі мүмкін

- **Айқайлау:** «Маған назар аударшы!»
- **Үндемеу:** «Қателесіп қалудан қорқамын».
- **Ашулану:** «Бәрінен шаршадым, маған қиын болып тұр».
- **Тұйықталу:** «Не істерімді білмеймін».
- **«Қаламаймын»:** «Қолымнан келмей тұр».
- **«Сен мені түсінбейсің!»:** «Мені қабылдамай қоясың ба деп қорқамын».

4-слайд. Жасөспірімге ең алдымен не қажет?

- Өзін еркін сезініп, ойын ашық айта алатын, сөгіс естімейтін орта
- Сынап, кінәлауға асықпай, оны тыңдай білетін ересек адам
- Ата-анасының сабырлы қолдауы: «Мен сенің жаныңдамын. Саған қазір қиын екенін көріп тұрмын. Айтқың келсе, мен сені тыңдауға дайынмын».

Көрнекі материалға арналған қысқаша ой:

Жасөспірімнің іс-әрекеті	Оған не себеп болуы мүмкін?	Ата-ана не істей алады?
Айқайлайды, дөрекі сөйлейді	Қатты шаршау, мазасыздық	Сабыр сақтау, жауап беруге асықпау, «Мен-хабарламасын» қолдану
Үндемейді, сөйлесуден қашқақтайды	Реніш, өзін түсінбей қалады деген қорқыныш	Қыстамау, жанында екенін білдіру, уақыт беру
Тұйықталып қалады	Күйзеліс, шаршау, өзін шет қалғандай сезіну	Түсіністік таныту, сөйлесуге мәжбүрлемей, байланыста болу
Сын айтылғанда бірден ашуланады	Өзіне деген сенімсіздік, сыннан қорқу	Қолдау көрсету, нәтижеге ғана емес, баланың талпынысы мен еңбегіне де мән беру

4. Карточкалармен топтық жұмыс. Жасөспірімнің айтқысы келгенін қалай түсінуге болады?

Мақсаты: ата-аналарға ЕББҚ бар жасөспірімнің ашуланып немесе ренжіп айтқан сөздерінің себебін түсінуге, оның көңіл күйін байқауға және баламен сенімді қарым-қатынасты сақтауға көмектесетін жауап түрлерін қолдануға үйрету.

Педагог: Кейде жасөспірімнің мінезін түсіну қиын. Ол ашуланып: «Мазамды алма!», «Сен мені түсінбейсің!», «Өзім білемін!» деуі мүмкін. Кейде ештеңе айтпай, тұйықталып қалады.

Мұндайда біз көбіне оның қалай сөйлегеніне мән береміз. Ал сол сөзді *неге айтты, оған не әсер етті, неге көңілі толмай жүр* деген жағына назар аудара бермейміз.

Қазір осындай жағдайларды бірге талдап көрейік. Жасөспірімнің айтқан сөзіне ғана емес, **оның сол сәттегі жағдайына да мән беріп**, ата-ана ретінде қалай жауап берген дұрыс екенін ойластырамыз.

Қажетті материалдар:

- жасөспірімдердің сөздері жазылған карточкалар;
- А4 парақтары мен маркерлер;
- «Қолдау сөздері» жадынамасы *(жаттығудан кейін таратылады)*.

Нұсқаулық: Қатысушылар 3–4 адамнан шағын топтарға бөлінеді. Әр топқа жасөспірімнің сөзі жазылған бір карточка беріледі.

Тапсырма:

- жасөспірімнің бұл сөзді не себепті айтуы мүмкін екенін анықтаңыздар;
- сол сәтте оның қандай сезімде болуы мүмкін екенін талқылаңыздар;
- ата-ананың қалай жауап бергені дұрыс екенін ұсыныңыздар;
- жауап бергенде кінәламауға, ұрыспауға және бірден ақыл айтпауға тырысыңыздар.

5–6 минуттан кейін әр топ берілген жағдай бойынша өз ойын айтып, ата-ананың жауап нұсқасын ұсынады.

Карточкалардағы сөздер:

1. «Мазамды алма, мені ешкім түсінбейді!»
2. «Басқалардың бәрі жақсы, тек менде ғана осындай!»
3. «Маған ештеңе керек емес!»
4. «Мен не істесем де, саған жақпайды!»
5. «Сен мені жақсы көрмейсің де, үнемі ұрсасың!»
6. «Менің мүлде болмағаным жақсы еді!» *(Мұндай сөзді елеусіз қалдыруға болмайды. Оған байыппен қарау қажет.)*

Топтық жұмыс үлгісі

Жасөспірімнің сөзі: «Сен бәрібір мені түсінбейсің!»

Жасөспірім неге бұлай айтуы мүмкін?

- ата-анасы оның ойын түсінбейді деп ойлайды;

- бұрын өзін тыңдамай қойған немесе сөзіне мән бермеген кездер болған;
- өзін түсініп, қандай жағдайда да қолдағанын қалайды.

Ата-ананың жауабы: «Кейде сені түсінбей қалатын кезім болуы мүмкін. Бірақ сенің не ойлап, не сезініп жүргенің мен үшін маңызды. Мен сені тыңдаймын».

Топтық жұмыстан кейін

Педагог: Көріп отырғанымыздай, жасөспірім кейде қиналып жүргенін ашық айта алмайды. Ренішін ашумен білдіруі, дауыс көтеруі немесе мүлде сөйлеспей қоюы мүмкін. Осындай кезде баланың сөзіне ашумен жауап беруге асықпаған дұрыс. Алдымен оның неге бұлай айтып тұрғанын түсінуге тырысыңыз.

Әр жағдайға дайын жауап табу да міндетті емес. Кейде балаға: «Саған қазір оңай емес екенін түсініп тұрмын. Қаласаң, сөйлесейік. Мен сені тыңдаймын» – деп айтудың өзі маңызды.

5. «Мен-хабарламасы» жаттығуы: өз сезіміңді кінәламай, сын айтпай жеткізу

Педагог: Кейде шаршап немесе ашуланып тұрған кезде баламызға: «Сен мені мүлде сыйламайсың!», «Телефоннан бас алмайсың ғой!», «Мені әбден шаршаттың!» – деп айтып қаламыз.

Мұндай сөздер көбіне баланың намысына тиіп, қарсылық туғызады. Ол бізді тыңдаудың орнына өзін ақтап, ашулануы немесе үндемей қалуы мүмкін.

Осындай кезде өз сезімімізді баланы кінәламай жеткізуге көмектесетін қарапайым тәсіл бар. Ол – «Мен-хабарламасы».

«Мен-хабарламасының» үлгісі

Мен не сезіндім? + Оған не себеп болды? + Мен үшін не маңызды? / Мен не қалаймын?

Мысалы: «Сабағыңды орындамағаныңды көрсем, алаңдаймын. Сабаққа дайын барғаныңды қалаймын».

«Ұзақ уақыт үндемей жүрсең, уайымдаймын. Жағдайыңның қалай екенін білгім келеді».

«Үйдегі шаруаның бәрін жалғыз істегенде шаршаймын. Маған көмектессең деймін».

Қатысушыларға нұсқаулық

1. Әр қатысушыға карточка беріледі. Қатысушы баласымен келіспей қалған кезде жиі айтатын бір сөзін жазады. *Мысалы: «Ойынды қашан қоясың?», «Тағы да бәрін бүлдірдің!», «Мені әдейі ашуландырып тұрсың!»*

2. Сол сөзді баланы кінәламай, «Мен-хабарламасы» түрінде айтып көріңіз.

3. Қалаған қатысушы өз нұсқасын топқа оқып береді.

Мысалдар:

✓ «Сен мені сыйламайсың!» → «Мен сөйлеп тұрғанда кетіп қалсаң, ренжимін. Сөзімді соңына дейін тыңдасаң екен».

✓ «Сенде жауапкершілік жоқ!» → «Кешігетініңді айтпасаң, уайымдаймын. Аман-есен жүргеніңді біліп отырғым келеді».

✓ «Мені әбден шаршаттың!» → «Қазір қатты шаршап тұрмын. Біраз тынығып алып, кейін сабырмен сөйлесейік».

Жұппен немесе шағын топпен жұмыс. Қатысушылар 2–3 адамнан топтасады. Әрқайсысы баласына ашуланған кезде жиі айтатын бір сөйлемін келтіреді. Топ мүшелері сол ойды кінәламай, «Мен-хабарламасы» арқылы жеткізудің нұсқасын бірге ұсынады.

Әр қатысушыға 1–2 минут беріледі. Қажет болса, педагог көмектеседі.

Педагог: «Мен-хабарламасын» қолданғанда біз балаға «Сен жамансың», «Сен кінәлісің» деген баға бермейміз. Оның орнына өзіміздің не сезінгенімізді және неге алаңдап отырғанымызды айтамыз.

Мысалы, «Саған шыдау мүмкін емес!» деген сөз баланы ренжітуі мүмкін. Ал «Мен қазір қатты шаршадым. Кейін сөйлесейік» десек, өз жағдайымызды түсіндіреміз.

Осындай сөздер баламен сабырлы сөйлесуге, бір-бірімізді тыңдауға және жанжалды ушықтырмауға көмектеседі.

6. Қорытындылау: «Бүгін өзім үшін не түйдім? Нені басқаша жасап көремін?»

Педагог: Бүгін біз жасөспіріммен қарым-қатынаста жиі кездесетін жағдайлар туралы сөйлестік. Оның ашулануының, үндемей қалуының немесе дөрекі жауап беруінің себебін түсінуге тырыстық. Баланы тыңдау, асықпай жауап беру және өз сезімімізді кінәламай жеткізу жолдарын қарастырдық.

Енді бүгінгі кездесуді ой елегінен өткізіп көріңіз.

Бүгін мен өзім туралы нені түсіндім?

Баламды түсінуге көмектесетін қандай ой түйдім?

Ертеңнен бастап қарым-қатынасымызда нені басқаша жасап көремін?

Қатысушыларға нұсқаулық: Қатысушыларға карточка немесе қағаз таратылады. Әр қатысушы екі нәрсе жазады: бүгін маңызды болған бір ойды; үйге барған соң қолданып көргісі келетін бір әрекетті.

Ата-аналардың жауаптары:

- «Балам ашуланса, бірден ұрыспай, алдымен себебін түсінуге тырысамын».
- «Ақыл айтуға асықпай, көбірек тыңдаймын».
- «“Сен тағы да...” деп басталатын сөздерді айтпауға тырысамын».

- «Балам сөйлескісі келмесе, қыстамаймын, біраз уақыт беремін».
- «“Қаласаң, мен сені тыңдаймын” деп айтып көремін».

9. Рефлексия. «Жасөспірімге жылы сөз»

Қорытынды. Педагог: Кездесуімізді аяқтамас бұрын сіздерге шағын тапсырма ұсынғым келеді. Бір сәт балаңызды ойша елестетіңіз. Оның ашуланған немесе сізбен келіспей қалған кезін емес, балаңыздың өзін елестетіңіз.

Енді оған дәл қазір бір ғана жылы сөз айта алсаңыз, не айтар едіңіз? Балаңыз сіздің оны жақсы көретініңізді, түсінуге тырысатыныңызды және қандай жағдай болса да жанынан табылатыныңызды сезінетіндей бір сөйлем ойлаңыз.

Оны балаңызға бүгін айтуыңызға болады. Немесе үйге барған соң хат түрінде жазып беруіңізге болады. Ал қазір сол сөзіңізді карточкаға жазып қойыңыз.

Нұсқаулық: Қатысушыларға карточкалар таратылады. Әр ата-ана бүгін баласына айтқысы келетін бір қысқа сөйлемді жазады.

Мысалы: «Қандай жағдай болса да, мен жаныңдамын», «Сен мен үшін қымбатсың», «Мен сені жақсырақ түсінуге тырысамын», «Қиналып жүрсең, бәрін жалғыз көтерудің қажеті жоқ. Мен бармын» және т.б.

Педагог: Жасөспірім сіздің жылы сөзіңізге бірден жауап бермеуі мүмкін. Тіпті ештеңе болмағандай үнсіз қалуы да мүмкін. Бірақ бала ата-анасының өзін сынамай тыңдағанын, түсінуге тырысқанын, қиын кезде жанынан табылғанын сезеді.

Кейде балаға көп сөздің де қажеті жоқ. «Мен жаныңдамын. Қандай жағдай болса да, маған айта аласың» деген бір ауыз сөздің өзі оған үлкен демеу болуы мүмкін.

1–4-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ

Тақырыбы: «Баланың жеке қауіпсіздігі және оны зорлық-зомбылықтан қорғау»

Мақсаты: ата-аналарға баланың жеке қауіпсіздігін қамтамасыз ету, оның жеке шекарасын құрметтеу, зорлық-зомбылық белгілерін дер кезінде байқау және күмән туғызатын жағдайларда дұрыс әрекет ету жолдарын түсіндіру.

Міндеттері:

- ата-аналарды зорлық-зомбылықтың түрлері және оның балаға тигізетін зардаптары туралы ақпараттандыру;
- баланың жеке қауіпсіздігіне төнетін қауіптерді, соның ішінде физикалық, психологиялық, сексуалдық сипаттағы зорлық-зомбылық пен баланың қажеттіліктеріне немқұрайлы қарауды ажырата білуге көмектесу;
- балаға қауіпті әрекетті немесе жағдайды байқауды, сенімсіздік туғызған жағдайда «жоқ» деп айтуды және ересек адамнан көмек сұрауды қалай үйретуге болатынын түсіндіру;
- бала өзіне қауіп төнген жағдайда не істей алатынын және балаға қатысты зорлық-зомбылық жасалды деген күдік туындаса, ата-ананың қалай әрекет етуі керектігін талқылау;
- баланың жеке шекарасы қалай қалыптасатынын түсіндіру;
- үйде, мектепте және интернетте баланың қауіпсіздігін қамтамасыз етуде ата-ананың не істей алатынын көрсету.

Күтілетін нәтижелер

Сабақ соңында ата-аналар:

- балаға өз қауіпсіздігін сақтауды үйретудің зорлық-зомбылықтың алдын алудағы маңызын түсінеді;

- балаға төнуі мүмкін қауіптерді және зорлық-зомбылықтың негізгі түрлерін (физикалық, психологиялық, сексуалдық сипаттағы зорлық-зомбылық, баланың қажеттіліктеріне немқұрайды қарау) ажырата алады;
- баланың физикалық, психологиялық, ақпараттық, эмоциялық және қарым-қатынас кезіндегі қауіпсіздігін сақтаудың негізгі жолдарын біледі;
- баланың жеке шекарасын құрметтеу және оның шекарасы бұзылған жағдайда дұрыс әрекет ету жолдарын меңгереді.

Жоспар

I. Кіріспе бөлім

- 1.1. Тақырыптың өзектілігі. Педагогтің кіріспе сөзі
- 1.2. «Қазір менің көңіл күйім қандай?» жаттығуы
- 1.3. Шағын дәріс. «Тақырыпқа ену – әңгімелесу – жағдайды сезіну» әдісі

II. Негізгі бөлім

- 2.1. «Ата-ана не істей алады?» топтық жұмысы
- 2.2. Шағын дәріс. «Бастауыш сынып жасындағы қыз балаларға қатысты сексуалдық сипаттағы зорлық-зомбылық: бұл не және ересектер нені білуі керек?»
- 2.3. Шағын топтардағы жұмыс
- 2.4. Ми шабуылы

III. Практикалық бөлім

- 3.1. Топтық жұмыс. Жағдаяттарды талдау
- 3.2. «Бала не сезінеді?» жаттығуы

IV. Қорытынды. Рефлексия

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Кіріспе бөлім

1.1. Тақырыптың өзектілігі. Педагогтің кіріспе сөзі (2 минут)

Педагог: Қайырлы күн, құрметті ата-аналар!

Бала үшін ең жақын, ең сенімді адам – ата-ана. Сіздер балаңызға күн сайын қамқорлық жасап, мейірім мен қолдау көрсетесіздер. Баланың өзін қауіпсіз сезінуі де ең алдымен отбасынан басталады. Бірақ бала өскен сайын оның ортасы кеңейеді. Ол мектепке барады, басқа балалармен және ересектермен араласады, интернетті пайдаланады.

Қазақстанда әр баланың қауіпсіз өмір сүруге, қамқорлық көруге және зорлық-зомбылықтан қорғалуға құқығы бар. Дегенмен балалардың 50%-ы тәрбиелеудің қатыгез тәсілдеріне, ал 21%-ы кибербуллингке тап болатыны туралы деректер бар. Бұл сандардың артында нақты балалардың тағдыры тұр. Сондықтан баланы қорғауда ата-ананың орны ерекше.

Бүгінгі кездесуде біз баланы қорқытып, қауіптің бәрінен сақтандыруды емес, оған қауіпті жағдайды ажырата білуді және сондай жағдайда не істеу керектігін үйретуді қарастырамыз. Бала қай кезде «жоқ» деп айтуы керек? Қауіп төнсе, кімнен көмек сұрай алады? Өзіне ұнамаған немесе қорқытқан жағдайды ата-анасына қалай айта алады? Ал бала осындай жағдайды айтып келгенде, ата-ана не істеуі керек? Осы сұрақтарға бірге жауап іздейміз.

Бала ең алдымен бір нәрсені анық білуі керек: «Қандай жағдай болса да, мен ата-анама айта аламын. Олар мені тыңдайды, түсінеді және көмектеседі».

Осындай сенім бар жерде бала басынан өткен жағдайды жасырып қалмай, ата-анасына айтуға бейім болады.

Енді балалар туралы әңгімеге кіріспес бұрын, өз көңіл күйімізге назар аударып көрейік. Бүгінгі тақырыпты естігенде қандай сезімде болдыңыз? Қазір көңіл күйіңіз қандай?

1.2. «Қазір мен қандай күйдемін?» жаттығуы (5 минут)

Нұсқаулық: Қазір кезекпен өзіңізді қысқаша таныстырып, есіміңізді және осы тақырыпты естігеннен кейінгі көңіл күйіңізді айтып, түсіндіріңіз. Мұнда дұрыс немесе бұрыс жауап жоқ. Бір-біріміздің жауабымызды талқыламаймыз, баға бермейміз. Әркім сол сәттегі көңіл күйін ғана айтады.

Педагог бірінші болып бастайды: «Менің атым – Айгүл. Қазір аздап толқып отырмын. Сонымен бірге бүгінгі әңгімеміз маған қызық».

Қатысушылар айтып болғаннан кейін:

Педагог: Рақмет! Бәріміздің көңіл күйіміз әртүрлі. Біреуіміз алаңдап отырмыз, біреуіміз сабырлымыз, біреуіміз шаршадық, енді біреуімізге бүгінгі тақырып қызық болып отыр. Балаларда да солай. Олар да күн сайын әртүрлі көңіл күйде болады. Бір күні қуанып келсе, келесі күні ренжіп немесе бір нәрсеге алаңдап жүруі мүмкін. Кейде бала қорқып тұрса да, оны бізге айта алмайды. Кейде не болғанын өзі де түсіндіріп бере алмайды. Сондықтан баланың айтқан сөзіне ғана емес, көңіл күйіне, әдеттегі мінезінің өзгеруіне де назар аударған жөн.

1.3. Шағын дәріс. «Сезіну – ой бөлісу – түсіну»

«Балаларға қатысты зорлық-зомбылықты тоқтатайық» бейнеролигін көру https://youtu.be/_kKT2ma0s2s?si=llWPfkey87sQpxXo

Педагог: Бүгін біз өте маңызды мәселе туралы сөйлесеміз. Ол – баланы зорлық-зомбылықтан қорғау.

Ата-ана ретінде біз баламызды қауіптен қорғағымыз келеді. Ол үшін зорлық-зомбылықтың қандай түрлері болатынын, оның

белгілерін қалай байқауға болатынын және күмәнді жағдай туындағанда не істеу керектігін білгеніміз маңызды.

Қыз балалар зорлық-зомбылықтың әртүрлі түріне ерте жастан тап болуы мүмкін. Сондықтан олардың қауіпсіздігіне ерекше көңіл бөлген жөн. Бірақ ұл балалар да мұндай қауіптен тыс емес.

Кейде ұл бала басынан өткен жағдайды айтуға қиналады. Оған «ұл бала жыламайды», «шағымданба», «шыда» деген сөздер де әсер етуі мүмкін. Соның салдарынан бала қорыққанын, ренжігенін немесе біреудің өзіне зиян келтіргенін жасырып қалуы ықтимал. Сондықтан қыз балаға да, ұл балаға да өзіне ұнамаған, қорқытқан немесе жайсыздық тудырған жағдай туралы айтуға болатынын кішкентай кезінен түсіндірген дұрыс.

Зорлық-зомбылықтың бірнеше түрі бар.

Физикалық зорлық-зомбылық – баланы ұру, итеру, шымшу, денесін ауырту немесе оған күш қолдану.

Психологиялық зорлық-зомбылық – баланы жәбірлеу, кемсіту, қорқыту, балағаттау, оған үнемі айқайлау, сынау немесе оның сезіміне мән бермеу. Мұның бәрі баланың жан дүниесіне ауыр тиеді.

Сексуалдық сипаттағы зорлық-зомбылық – баланы сексуалдық сипаттағы әрекеттерге тарту немесе мәжбүрлеу. Бұған баланың денесіне рұқсатсыз қол тигізу, оған сексуалдық мазмұндағы сөздер айту немесе материалдар көрсету және басқа да осындай әрекеттер жатады.

Баланың қажеттіліктеріне немқұрайлы қарау – баланы қажетті тамақпен, киіммен, күтіммен, медициналық көмекпен қамтамасыз етпеу, оған жеткілікті көңіл бөлмеу немесе қауіпсіз жағдай жасамау.

«Балалық шақты еске түсірейік» тапсырмасы

Педагог: Енді бір сәт өз балалық шағыңызды еске түсіріп көріңіз.

Өзіңіз немесе айналаңыздағы бір бала үлкендердің қатты ұрысқанына, қорлағанына, қорқытқанына, күш көрсеткеніне немесе қамқорлықсыз қалғанына куә болған кезіңіз есіңізде ме? Сол кезде қандай сезімде болдыңыз? Ал осындай жағдайды басынан өткерген бала өзін қалай сезінуі мүмкін деп ойлайсыз?

Алдарыңыздағы смайликтердің ішінен сол сезімге сәйкес келетінін таңдаңыз. Қаласаңыз, неге осы смайликті таңдағаныңызды айтып бере аласыз.

Ескерту: ешкім өзінің басынан өткен жеке жағдайды айтуға міндетті емес. Қатысушы қаласа, тек смайликті таңдап қана қоя алады.

«Қызыл карточка» жаттығуы

Педагог: Қазір қолыңызда **«ТОҚТА!»** деп жазылған қызыл карточка бар деп елестетіңіз.

Мен бірнеше жағдайды айтамын. Қай жағдайда «Бұлай жасауға болмайды!» деп тоқтатар едіңіз, ойланып көріңіз.

- ✓ Сізді айтқыңыз келмейтін сырыңызды айтуға мәжбүрлейді.
- ✓ Жылағаныңыз немесе ашуланғаныңыз үшін сізді ұрсады.
- ✓ Сіздің рұқсатыңызсыз денеңізге қол тигізеді.
- ✓ Сезіміңізді білдіргеніңіз үшін сізді кінәлайды немесе мазақтайды.

Педагог: Осындай жағдай сіздің басыңызда болса, қай кезде «Тоқта!» дер едіңіз? Ал балаңыз осындай жағдайда өзін қорғай ала ма?

«Маған бұлай жасауға болмайды», «Маған бұл ұнамайды», «Тоқта!» деп айта ала ма? Қауіп төнгенде кімге барып, кімнен көмек сұрау керектігін біле ме?

Қорытынды: Балаға қауіптің барлық түрін жаттатып қою мүмкін емес. Бірақ оған ең маңызды нәрсені үйрете аламыз: өзіне ұнамаған немесе қорқытқан әрекетке «жоқ» деп айтуға, ол жерден кетуге және сенетін ересек адамнан көмек сұрауға болады.

Бала «Айтсам, ұрсады», «Маған сенбейді», «Өзімді кінәлайды» деп қорықпауы керек. Керісінше, ол: «Басыма қандай жағдай түссе де, ата-анама айта аламын. Олар мені тыңдайды және көмектеседі» – деп сенуі маңызды.

II. Негізгі бөлім (15 минут)

2.1. «Ата-ана не істей алады?» топтық жұмысы

Ата-аналар үш топқа бөлінеді. Әр топқа бір жағдай беріледі.

1-топ. Педагог баланы сыныптастарының көзінше кемсітеді.

2-топ. Ағасы балаға күш көрсетеді.

3-топ. Баланың көңіл-күйі түсіп жүр, ешкіммен сөйлескісі келмейді.

Әр топ берілген жағдайды талқылап, үш сұраққа жауап береді:

1. Бұл жағдай балаға қалай әсер етуі мүмкін?
2. Баланың бойынан қандай өзгерістерді байқауға болады?
3. Ата-ана мұндай жағдайда не істей алады?

Талқылаудан кейін әр топтан бір қатысушы ортақ пікірді айтып, бірге талқылайды.

2.2. Шағын дәріс. «Бастауыш сынып жасындағы қыз балаларға қатысты сексуалдық сипаттағы зорлық-зомбылық: ата-ана нені білуі керек?»

«Балаларға қатысты сексуалдық зорлық-зомбылықтың алдын алу» *әлеуметтік* *бейнеролигін* *көру*

https://youtu.be/rWNxPe_qI3w?si=J8eVEJZ76D4mHc2S

Сексуалдық сипаттағы зорлық-зомбылық дегенде тек күш қолдануды немесе баланың денесіне қол тигізу деп түсінбеу керек. Баланы сексуалдық сипаттағы әрекеттерге араластырудың кез келген түрі оған зиян келтіреді.

Оған:

- ✓ баланың интимдік дене мүшелеріне қол тигізу;
- ✓ баладан шешінуін немесе денесін көрсетуін сұрау;
- ✓ порнографиялық материалдарды көрсету;
- ✓ сексуалдық сипаттағы әрекеттерге немесе «ойындарға» тарту;
- ✓ балаға сексуалдық мағынадағы сөздер айту, орынсыз ұсыныстар жасау жатады.

Неліктен бастауыш сынып жасындағы балаларға ерекше назар аудару керек?

Бұл жаста балалар ересектерге сенеді. Кейде біреудің әрекеті өзіне ұнамай тұрғанын сезгенімен, оның дұрыс емес екенін түсіндіре алмауы мүмкін. Не істеу керектігін де білмей қалатын кездері болады.

Бала басынан өткен жағдайды бірден айта бермеуі мүмкін. Ол қорқуы, ұялуы, өзін кінәлі санауы немесе «ешкімге айтпа» деген сөзге сенуі мүмкін.

Зорлық-зомбылық балаға қалай әсер етуі мүмкін?

Ересек адамға елеусіз көрінген әрекеттің өзі балаға ауыр тиюі мүмкін. Мұндай жағдайдан кейін бала:

- ✓ өзін кінәлі сезінуі немесе ұялуы;
- ✓ мазасызданып, ұйқысы бұзылуы;
- ✓ зейіні бөлініп, үлгерімі төмендеуі;
- ✓ адамдарға сенуден қалуы;
- ✓ өзіне деген сенімін жоғалтуы мүмкін.

Оның әсері бала есейген кезде де байқалуы мүмкін. Сондықтан «ештеңе болмаған шығар», «ұмытып кетеді» деп қарамаған дұрыс.

Бұл қауіп қыз балаларға ғана емес, ұл балаларға да қатысты.

2.3. Шағын топтардағы жұмыс

Нұсқаулық: Қатысушылар 3–5 адамнан шағын топтарға бөлінеді. Әр топқа күнделікті өмірде кездесуі мүмкін жағдайлар жазылған парақ беріледі. Әр жағдайды оқып, төмендегі сұрақтарды талқылайды:

1. Бала бұл жағдайда өзін қалай сезінуі мүмкін?
2. Бұл жерде баланың қауіпсіздігіне қандай әрекет нұқсан келтіріп тұр?
3. Ересек адам не істеуі керек?

1-жағдай

Арман сабақта сөйлеп, бірнеше рет орнынан тұрып кетеді. Педагог ашуланып, баланың иығынан қатты ұстап, күшпен орнына отырғызады. Арман қорқып, жылап қалады. Бірақ мұғалім одан кешірім сұрамайды. (Физикалық зорлық-зомбылық).

2-жағдай

Үзілісте Данияр Алиханмен байқамай соқтығысып қалады. Алихан оны қатты итеріп жібереді. Данияр құлап қалады. Мұғалім мұны көрсе де: «Өздерің шешіндер. Араларыңа түсе беруден шаршадым», – дейді. (Физикалық зорлық-зомбылық).

3-жағдай

Анел дауыстап оқығанда қиналып, баяу оқиды. Мұғалім бүкіл сыныптың алдында: «Балабақшада жүрген жоқсың ғой! Қашан дұрыс оқуды үйренесің?» – дейді. Балалар күле бастайды. Анел ұялып, үндемей қалады. (Психологиялық зорлық-зомбылық).

4-жағдай

Бақылау жұмысынан кейін анасы Санжарға: «Бізді ұятқа қалдырдың! Қашанғы осылай болады? Басқалардың балалары жақсы оқиды, ал сен...» – дейді. Осыдан кейін бала үйде сабақ туралы сөз қозғалса қорқатын болады, тіпті үйіне барғысы келмейді. (Психологиялық зорлық-зомбылық).

5-жағдай

Жасы үлкен бір ер бала қыздарға телефонынан «құпия видео» көрсететінін айтады. Видеода сексуалдық сипаттағы көріністер бар. Қыздар көргісі келмейтінін айтса да, ол видеоны көрсетеді. (Сексуалдық сипаттағы әрекет).

6-жағдай

Қыз бала тәрбиешіге өзін алып кетуге келген отбасының танысы Ержан ағайды құшақтап, сүйгісі келмейтінін айтады. Тәрбиеші: «Қойшы, ол жақсы адам ғой. Барып құшақтап, сүй!» – дейді. (Баланың жеке шекарасын елемеу).

7-жағдай

Мектептің дәретханасында бір бала екінші баланы мазақтап, басқа балалардың көзінше шалбарын тартып түсіреді: «Қарандаршы, ішкімі қандай күлкілі!» – дейді. Бала қатты ұялып, қорқып қалады. (Сексуалдық сипаттағы әрекет).

8-жағдай

Бала мұғалімге ішінің қатты ауырып тұрғанын айтады. Мұғалім: «Өтірік айтпа! Сабақ біткенше отыр», – дейді. Кешке ата-анасы баланың соқырішегі қабынғанын біледі. (Баланың жағдайына немқұрайлы қарау).

9-жағдай

Ата-анасы кешке дейін жұмыста болады. Жеті жастағы бала күн сайын мектептен кейін үйде жалғыз қалып, кешкі сағат онға дейін ата-

анасын күтеді. Жалғыз қалуға қорықса да, анасы ашуланады деп бұл туралы айтпайды. (Баланың қауіпсіздігіне немқұрайлы қарау).

Қорытынды: Балаға зиян келтіретін адам әрдайым бөтен адам бола бермейді. Ол бала жақсы танитын адам да болуы мүмкін: туысы, көршісі, отбасының танысы, мұғалімі немесе жаттықтырушысы. Кейде басқа балалар тарапынан да балаға зиян келтіретін әрекеттер жасалуы мүмкін. Сондықтан баланың мінезіндегі өзгерістерге мән берген жөн.

Неге назар аудару керек?

Бала:

- ✓ белгілі бір адамнан қашқақтай бастаса немесе онымен кездескісі келмесе;
- ✓ бұрын болмаған жерден киімін ауыстырудан немесе шешінуден қорқатын болса;
- ✓ мектепке, үйірмеге немесе белгілі бір жерге барудан бас тартса;
- ✓ жасына сай келмейтін сексуалдық сипаттағы сөздер айтып немесе әрекеттер жасай бастаса;
- ✓ тұйықталып, мазасызданып немесе бұрынғыдан ашушаң болып кетсе;
- ✓ біреудің оған «бұл – құпия, ешкімге айтпа» дегенін айтса, оған назар аудару қажет.

Бұл белгілердің біреуін байқау бала міндетті түрде зорлық-зомбылық көрді дегенді білдірмейді. Бірақ баланың мінезі кенет өзгерсе, оны елеусіз қалдырмаған дұрыс.

2.4. Ми шабуылы

Педагог: Сонымен, баланың қауіпсіздігі үшін ересектер не істей алады? Ойларыңызды ортаға салыңыздар.

Қатысушылардың жауаптары:

- ✓ Үйде бала өзін қауіпсіз сезінетіндей жағдай жасау. Бала қандай жағдай болса да, ата-анасының өзіне сенетінін және көмектесетінін білуі керек.
- ✓ Балаға жеке шекарасы туралы түсіндіру: денесінің қай бөліктері жеке болып саналатынын, оларға кім және қандай жағдайда ғана қол тигізе алатынын жасына сай түсіндіру.
- ✓ Біреудің әрекеті ұнамаса немесе өзін жайсыз сезінсе, ол адам ересек болса да, «*жоқ*», «*тоқта*» деп айтуға болатынын үйрету.
- ✓ Баланың көңіл күйі мен мінезіндегі өзгерістерді байқап жүру. Оның қорқып, тұйықталып немесе белгілі бір адамнан қашқақтай бастағанын елеусіз қалдырмау.
- ✓ Балаға қауіп төнді деген күдік болса, көмекке жүгінуді кейінге қалдырмау.

Қажет болған жағдайда мектептің педагог-психологі мен әлеуметтік педагогіне хабарласқан жөн. Ал балаға қатысты зорлық-зомбылық жасалғаны анықталса немесе оның қауіпсіздігіне нақты қатер төнсе, тиісті органдарға жүгіну қажет.

III. Практикалық бөлім

3.1. Топтық жұмыс. Жағдаяттарды талдау

1-карточка. «Ешкімге айтпа»

Жағдай: Сегіз жастағы қыз анасына отбасылық таныс аға кейде оның интимдік дене мүшелеріне қол тигізетінін айтады. Ол қызға бұл туралы ешкімге айтпауды тапсырып, «бұл екеуміздің ғана құпиямыз» дейді.

Талқылауға арналған сұрақтар:

1. Мұны естіген ата-ана ең алдымен не істеуі керек?
2. Балаға қандай құпияны сақтауға болмайтынын неліктен түсіндіру маңызды?

3. Егер мұндай жағдай мектептен тыс жерде болса, мектеп тарапынан балаға қандай көмек көрсетілуі мүмкін?

2-карточка. «Анасы сенбеді»

Жағдай: Арлан анасына оның ересек жиенінің өзіне тиісетінін айтады. Бірақ анасы: «Не айтып тұрсың? Ол ондай адам емес қой!» – деп сенбейді.

Бір күні кешке бала анасына Сакен ағайдың үйге келгенін қаламайтынын ақырын айтады. Себебін сұрағанда, теледидар көріп отырған кезде оның денесіне қол тигізгенін, ернінен сүйгенін және бұл туралы ешкімге айтпауын талап еткенін айтады. Егер біреуге айтса, «анаңа айтсаң жылайды, сені үйден алып кетеді» деп қорқытқан. Анасы алғашында шошып кетеді. Бірақ біраздан кейін күмәнданып: «Ол ондай нәрсе жасамайды. Өзіңе жақын адам ғой. Мені сені үйде жалғыз қалдырмасын деп өтірік айтып жүрген жоқсың ба?» - деп баласына айтады. Осыдан кейін бала ешкіммен сөйлеспей, тұйықталып қалады. Бірнеше күннен соң түнде төсегіне жіберіп қоятын болды, мектепке де барғысы келмейді.

Талқылауға арналған сұрақтар:

1. Бала болған жағдайды ашық айтқанға дейін оның бойынан қандай өзгерістерді байқауға болатын еді?
2. Анасы неге баласының сөзіне бірден сенбеді деп ойлайсыз?
3. Анасының «Ол ондай адам емес» деп ойлауына не себеп болуы мүмкін?
4. Баланы қорғау және оның жағдайын одан әрі қиындатпау үшін анасы қалай әрекет етуі керек еді?

3-карточка. «Бұл туралы айтудың қажеті бар ма?»

Жағдай: Ата-аналар жиналысында кейбір ата-аналар: «Балалар әлі кішкентай ғой. Сексуалдық сипаттағы зорлық-зомбылық туралы

айтудың не қажеті бар? Біздің балаларымыздың басында ондай жағдай болмайды», – дейді.

Талқылауға арналған сұрақтар:

1. Мұндай тақырыпты мүлде қозғамаудың қандай қаупі бар?
2. Ата-аналармен бұл мәселені баланы қорқытпай, түсінікті әрі әдепті түрде қалай талқылауға болады?
3. Зорлық-зомбылықтың алдын алу туралы ата-аналарға қалай түсіндіруге болады?

Мұндай әрекеттерге, мысалы, баланың рұқсатынсыз денесіне қол тигізу, сексуалдық сипаттағы сөздер айту, жеке кеңістігін бұзу немесе өзі қаламайтын әрекетке мәжбүрлеу жатады.

Бала мұндай жағдайда өзін қалай сезінуі мүмкін? Бала қорқуы, ұялуы, өзін кінәлі сезінуі мүмкін. Кейде ол: *«Мен кінәлімін»*, *«Қорқып жүрмін»*, *«Ешкімге айтқым келмейді»*, *«Осының бәрі тоқтаса екен»* – деп ойлауы мүмкін.

3.2. «Бала не сезінеді?» жаттығуы

Мақсаты: ата-аналарға баланың көңіл күйіндегі өзгерістерді байқауға және оның көмекке мұқтаж екенін білдіретін сөздеріне мән беруге үйрету.

Қатысушыларға баланың атынан айтылған сөздер жазылған карточкалар ұсынылады. Үш ата-ана бір-бір карточкадан таңдап алады.

1. «Үйге барғым келмейді. Үйде қорқамын».
2. «Мені ешкім тыңдамайды».
3. «Не болғанын айтуға қорқамын».

Әр карточка бойынша ата-аналар баланың бойындағы сезімдерді, олай айту себептерін талқылайды.

IV. Қорытынды. Рефлексия

«Балаларды зорлық-зомбылықтан қорғайық» ересектерге арналған ертегі-бейнеролигін көру

<https://youtu.be/Q9v2BF1rdX8?si=LyHadAXshAR-hIIP>

Педагог: Бүгінгі кездесуге қатысып, ой бөліскендеріңіз үшін рақмет! Бүгін біз бала қауіпсіздігіне қатысты маңызды мәселелерді қарастырдық. Зорлық-зомбылықтың түрлері, баланың бойындағы өзгерістерге назар аудару, оның жеке шекарасын құрметтеу және қауіп төнген жағдайда не істеу керектігі туралы әңгімелестік. Балаға барлық қауіптен сақтануды үйрету мүмкін емес. Бірақ оған қауіпті жағдайды байқауды, «жоқ» деп айтуды, ол жерден кетуді және сенетін ересек адамнан көмек сұрауды үйрете аламыз.

«Жарық пен көлеңке» жаттығуы – эмоциялық қорытынды жасауға арналған жаттығу.

<i>Күңгірт түсті гүл күлтесі: ауыр сезімдер</i>	<i>Ашық түсті гүл күлтесі: күш беретін жағымды сезімдер</i>
Ыңғайсыздық	Түсіну
Өзін кінәлі сезіну	Сенімділік
Мазасыздық	Қолдау
Абдырау	Өзгеруге дайын болу
Қайғыру	Табандылық
Өкініш	Ризашылық
Қорқыныш (бала үшін, өзі үшін)	Жігерлену
Дәрменсіздік	Қызығушылық
Қысым	Баланың сезіміне деген құрмет

Қорытынды. Қатысушыларға мына сөйлемдерді жалғастыру ұсынылады:

«Бүгінгі кездесуден өзім үшін түйгенім...»

«Мен өзгерткім келетін нәрсе...»

«Қазір мен ... сезініп отырмын. Осы сезім маған ... көмектеседі деп ойлаймын».

Қатысушыларға ашық және күңгірт түсті *гүл күлтесі түріндегі стикерлер* таратылады. Әр қатысушы қазіргі көңіл күйіне сәйкес күлтеге өз ойын жазып, оны «Көңіл күй тақтасына» жапсырады. Стикерлерден гүлдер құрастырылады. Соңында педагог қатысушылармен бірге тақтаға назар аударып: *«Қай түстегі гүлдер көбірек болды: ашық түстегілер ме, әлде күңгірт түстегілер ме?»* – деп сұрайды. Қатысушылар қалауы бойынша неліктен сол түсті таңдағанын қысқаша айтып бере алады.

1–4-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ

Тақырыбы: «Баланың цифрлық қауіпсіздігі: интернеттегі қауіптен қалай қорғаймыз?»

Мақсаты: Ата-аналарға интернетте балаға қандай қауіп төнуі мүмкін екенін түсіндіру, қауіптің алғашқы белгілерін дер кезінде байқауға және баланы кибербуллингтен, онлайн қауіптен, алаяқтықтан және қорғауға көмектесетін нақты әрекеттерді үйрету.

Міндеттері:

- интернетте балаға төнуі мүмкін қауіп түрлерін – кибербуллингті, онлайн тиісуді, алдауды, қысым көрсетуді және айла-шарғы арқылы ықпал етуді ажырата білуге көмектесу;
- баланың интернеттегі қарым-қатынасына байланысты көңіл күйі мен мінезінде пайда болған өзгерістерді байқауды және оған дұрыс жауап беруді үйрету;
- баланың жеке мәліметтерін, аккаунттары мен құрылғыларын қорғаудың қарапайым әрі маңызды ережелерін түсіндіру;
- интернетте кездесетін қауіптер туралы баламен қорқытпай, тыйым салмай, ашық әрі сенімді сөйлесудің жолдарын көрсету.

Күтілетін нәтижелер

Сабақтан кейін ата-аналар:

- бала интернетте тап болуы мүмкін негізгі қауіптерді: кибербуллингті, интернет-алаяқтықты, алдап-арбауды және қауіпті топтарға тартуды ажырата алады;
- баланың интернетте қандай да бір қиындыққа тап болғанын білдіретін өзгерістерді байқай алады;
- баланың жеке мәліметтерін, аккаунттары мен құрылғыларын қорғаудың негізгі ережелерін біледі және қолдана алады;
- бала кибербуллингке немесе басқа да интернеттегі қауіпке тап болса, қандай әрекет жасау керектігін біледі;
- баланың әр қадамын бақылап, интернетке тыйым салудың орнына онымен қауіпсіздік туралы ашық сөйлесіп, сенімді қарым-қатынас орната алады;
- жағдай күрделі болса, мектеп мамандарына немесе тиісті көмек көрсету қызметтеріне қашан жүгіну керектігін біледі.

Жоспар

I. Кіріспе бөлім

1.1. Тақырыпқа кіріспе

1.2. Қысқаша интерактивті сауалнама

II. Негізгі бөлім

2.1. Интерактивті әңгіме

2.2. Қысқаша сауалнама

III. Практикалық бөлім

3.1. «Менің шешімім: баламның цифрлық қауіпсіздігі» жаттығуы

3.2. «Мен не істер едім?» топтық жұмысы

3.3. Топтық жұмыс. «Қандай бала интернеттегі қауіпке жиі тап болуы мүмкін?»

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Кіріспе бөлім

Педагог: Қазіргі кезде интернет балалардың өмірінің бір бөлігіне айналды. Олар интернеттен ақпарат іздейді, сабақ оқиды, ойын ойнайды, бір-бірімен сөйлеседі, түрлі бейнероликтер көреді.

Интернеттің балаға беретін мүмкіндігі көп. Бірақ оның қауіптері де бар. Бала кибербуллингке, алаяқтыққа, алдап-арбауға, қысым көрсетуге немесе жеке шекарасын бұзатын әрекеттерге тап болуы мүмкін. Сондықтан баланың интернетті пайдаланғанын бақылап қана қою жеткіліксіз. Оған өзін қалай қорғау керектігін де үйрету маңызды.

1.1. Тақырыпқа кіріспе

Педагог: Бүгін біз үш негізгі мәселе туралы сөйлесеміз:

- ✓ Бала интернетте қандай қауіпке тап болуы мүмкін?
- ✓ Оған интернетті қауіпсіз пайдалануды қалай үйретеміз?
- ✓ Бала интернетте қиын жағдайға тап болса, ата-ана не істей алады?

Баланы интернеттегі қауіптен қорғаудың ең маңызды жолдарының бірі – онымен ашық сөйлесу және арада сенім болуы.

Егер бала ата-анасының өзін түсінетініне сенсе, басынан өткен жағдайды жасырып қалмай, көмек сұрауға бейім болады. Ендеше, алдымен балалардың интернеттегі қауіпсіздігі туралы қазір не білетінімізді байқап көрейік.

1.2. Интерактивті қысқа сауалнама

Педагог: Қазір сіздерге бірнеше сұрақ жазылған парақтар таратылады. Бұл жерде дұрыс немесе бұрыс жауап жоқ. Сұрақтарға өз тәжірибеңізге сүйеніп жауап беріңіз. Жауап беріп болған соң парақты теріс аударып, үстелдің шетіне қойыңыз.

1. Баланың интернетте бір қиындыққа тап болғанын неден байқауға болады?

- Интернетте кіммен сөйлесетінін немесе не көретінін айтқысы келмейді.
- Телефонды пайдаланғаннан кейін мазасызданып, ашуланып немесе көңілсіз болып қалады.
- Көңіл күйі аяқ астынан өзгеріп, тәбеті төмендейді.
- Ұйқысы бұзылып, басының ауыратынын жиі айта бастайды.
- Хабарламаларын өшіріп немесе аккаунтын жауып тастайды, бірақ себебін түсіндіргісі келмейді.

2. Балаңыздың интернетте қауіпке тап болғанын білдіретін белгілерді қаншалықты білесіз?

- Жақсы білемін, қандай өзгерістерге назар аудару керектігін түсінемін.
- Кейбір белгілерін білемін, бірақ бұл туралы көбірек білгім келеді.
- Әзірге көп білмеймін, сондықтан толығырақ білгім келеді.

3. Бала интернетте қиын жағдайға тап болса, не істеу керектігін білесіз бе?

- қалай әрекет ету және кімнен көмек сұрау керектігін білемін.
- Жалпы білемін, бірақ кейбір мәселелерді нақтылап алғым келеді.
- Әзірге нақты не істеу керектігін білмеймін.

4. Балаңызға интернетті қауіпсіз пайдалануды қалай үйретесіз?

- Бейтаныс адамдармен сөйлескенде абай болу керектігін түсіндіремін.
- Аты-жөні, мекенжайы, телефон нөмірі, құпиясөзі сияқты жеке мәліметтерін кез келген адамға беруге болмайтынын айтамын.
- Интернетте біреу қорқытса, ренжітсе немесе күмәнді нәрсе сұраса, бұл туралы сенетін ересек адамға айту керектігін түсіндіремін.
- Интернетте кездесуі мүмкін жағдайларды баламмен бірге талқылап, ондай кезде не істеуге болатынын айтамын.

- Қандай жағдай болса да, маған қорықпай айтып келе алатындай қарым-қатынас орнатуға тырысамын.

5. Балаңызға интернетті қауіпсіз пайдалануды қалай үйретесіз?

- Интернетте бейтаныс адамдармен сөйлескенде абай болу керектігін түсіндіремін.
- Жеке мәліметтерін бөтен адамдарға беруге болмайтынын үйретемін.
- Интернетте жағымсыз немесе қорқынышты жағдайға тап болса, кімнен көмек сұрауға болатынын түсіндіремін.
- Интернетте кездесуі мүмкін қауіптерді баламмен бірге талқылап, ондай жағдайда не істеу керектігін айтамын.
- Қандай жағдай болса да, маған қорықпай айтып келе алатындай сенімді қарым-қатынас орнатуға тырысамын.

Педагог: Рақмет! Бұл сұрақтарға сабақтың соңында тағы бір рет ораламыз. Бүгінгі әңгімеден кейін қандай жаңа нәрсе білгенімізді және қай мәселеге көзқарасымыз өзгергенін салыстырып көреміз.

II. Негізгі бөлім

2.1. Интерактивті әңгіме

Педагог: Қалай ойлайсыздар, балалар интернетте кибербуллингке, алаяқтыққа немесе онлайн тиісуге қаншалықты жиі тап болады?

Ата-аналар өз ойларын айтады. Жауаптар тыңдалғаннан кейін экраннан негізгі деректер көрсетіледі.

Инфографикаға арналған негізгі деректер

Кибербуллинг. Еуропаның 11 елінде жүргізілген зерттеуге сәйкес, 11–18 жас аралығындағы әрбір екінші жасөспірім кибербуллингке тап болған.

- *Интернеттегі қысымның күшеюі.* COVID-19 пандемиясы кезінде кибербуллингке тап болған жасөспірімдердің 44%-ы интернеттегі қысымның бұрынғыдан күшейгенін айтқан.
- *Интернеттегі сексуалдық сипаттағы зорлық-зомбылық.* 25 елде жүргізілген зерттеуге қатысқан балалардың 80%-ы интернетте сексуалдық сипаттағы зорлық-зомбылыққа немесе қанауға тап болу қаупі бар екенін айтқан.
- *Кибербуллингке не себеп болады?* АҚШ-та балалардың 61%-ы сыртқы келбетіне байланысты мазақтау мен кемсітуге тап болған. Сонымен қатар баланың нәсіліне, сексуалдық ерекшелігіне немесе дініне байланысты кемсіту жағдайлары да кездеседі.
- *Интернеттегі сексуалдық қанаудан зардап шеккендер.* Мұндай жағдайдан зардап шеккендердің 93%-ы – қыз балалар.

Дереккөз: ЮНЕСКО, 2021. «Балалар мен жастар арасындағы кибербуллингке және интернеттегі зорлық-зомбылықтың басқа да түрлеріне қарсы күрес: негізгі деректер».

UNICEF, 2022: Әрбір бала интернетте зорлық-зомбылықтан, қанаудан және басқа да зиянды әрекеттерден қорғалуға тиіс.

Инфографикаға арналған негізгі деректер

- *Ресми деректерде* тек тиісті органдарға хабарланған және тіркелген жағдайлар көрсетіледі.
- *Балалар арасында жүргізілген сауалнамаларда* ересектерге айтылмаған, еш жерде тіркелмеген жағдайлар да анықталуы мүмкін.

- *UNICEF зерттеулері* балалардың өз басынан өткен жағдайлары ресми мәліметтерде толық көрініс таппауы мүмкін екенін көрсетеді.
- *Қазақстанда* құқық қорғау жүйесін цифрландыру жұмыстары жүргізілуде. Дегенмен интернеттегі зорлық-зомбылыққа қатысты нақты деректер әзірге жеткіліксіз.

Педагог: Ал сіздердің ойларыңызша, мектеп жасындағы балалардың қаншасы интернетте қорқытуға немесе жәбірлеуге тап болады?

Ата-аналар өз болжамдарын айтады. Содан кейін экраннан зерттеу деректері көрсетіледі.

Инфографикаға арналған негізгі деректер

- *Зерттеулерге сәйкес, мектеп жасындағы әрбір алтыншы бала* интернетте қорқытуға немесе қудалауға тап болған.
- *Еуропаның 11 елінде* әрбір екінші жасөспірім кибербуллингке тап болған.
- Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының Еуропалық өңірлік бюросының 2024 жылғы зерттеуіне сәйкес, мектеп жасындағы әрбір алтыншы бала кибербуллингке тап болады.
- ***UNICEF, 2022: Әрбір бала интернетте зорлық-зомбылықтан, қанаудан және басқа да зиянды әрекеттерден қорғалуға тиіс.***

III. Практикалық бөлім

3.1. «Менің шешімім: баламның цифрлық қауіпсіздігі» жаттығуы

Ата-аналар баласының интернетті қауіпсіз пайдалануына көмектесу үшін өздері жасай алатын 2–3 нақты әрекетті жазып шығады. Мысалы: баламен интернеттегі қауіптер туралы сөйлесу, жеке

мәліметтерді қорғау ережелерін бірге талқылау, қиын жағдайға тап болса кімнен көмек сұрай алатынын түсіндіру.

Тапсырманы орындағаннан кейін қатысушылар дайын чек-парақтарды қарап, ондағы ұсыныстарды талқылайды. Әр ата-ана осы ұсыныстардың қайсысын өз отбасында қолдануға болатынын ойластырады.

Педагогке көмек: чек-парақ (4, 5, 6, 7, 8-қосымшаларда берілген).

3.2. «Қандай бала интернеттегі қауіпке жиі тап болуы мүмкін?» топтық жұмысы

Ата-аналар үш топқа бөлінеді. Әр топқа бала туралы қысқаша мәлімет жазылған парақ беріледі (2-қосымша).

Тапсырма: Берілген жағдаймен танысып, топтар өз жауаптарын флипчарттағы кестеге жазады.

Баланың аты-жөні	Қауіп тудыруы мүмкін жағдайлар	Баланы қорғайтын жағдайлар	Ата-анаға ұсыныстар

1-топ. Бала туралы мәлімет. Диас, 7 жаста. Диас – сабырлы, сезімтал бала. Ұрыс-керісті ұнатпайды, келіспеушілік туындаса, одан аулақ болуға тырысады. Өзін мазалаған жағдайлар туралы ересектерге көп айта бермейді.

Көңілі түссе немесе бір нәрседен қорықса, сезімін сөзбен жеткізуге қиналады. Көбіне үндемей қалады, көмек сұрауға да асықпайды. Мектепте бірнеше жақын досы бар. Ал жаңа адамдармен танысқанда бірден ашыла қоймайды. Біреу оның затын рұқсатсыз алса немесе көңіліне тиетін сөз айтса, қарсылық білдірмей, ол жерден кетіп қалады. Үйде кітап оқығанды, сурет салғанды ұнатады. Мектепте болған жағдайларды ата-анасына көп айта бермейді.

Интернетте де сақтық танытады, көпшілік әңгімеге араласа бермейді. Алайда біреу оны ренжітсе, қорқытса немесе мазаласа, бұл туралы ересектерге айтпай қалуы мүмкін.

Педагогке көмек

Диас үшін қандай қауіп бар?

- Интернетте біреу оны мазақтаса, жәбірлесе немесе қорқытса, болған жағдайды ата-анасынан жасырып қалуы мүмкін.*
- Өзіне ұнамайтын немесе қорқыныш тудыратын жағдайға тап болғанда көмек сұрауға қиналуы мүмкін.*
- Бейтаныс адамның сөзіне қалай жауап беру керектігін білмей қалуы мүмкін.*
- Біреу қысым көрсетіп, белгілі бір әрекетке көндіруге тырысса, өз ойын ашық айтуға және одан бас тартуға қиналуы мүмкін.*

Диасты не қорғай алады?

- ✓ Ата-анасымен ашық сөйлесе алуы және олардың өзін тыңдайтынына сенуі.*
- ✓ Қиналған кезде көмек сұрай алатын жақын адамдарының болуы.*
- ✓ Сенетін достарының болуы.*
- ✓ Сурет салу арқылы өз көңіл күйін білдіре алуы.*
- ✓ Мектепте қажет кезде мұғалімнен немесе басқа ересек адамнан көмек сұрай алуы.*

Ата-анаға ұсыныс

- ✓ Балаға интернетте біреу ренжітсе, қорқытса немесе мазаласа, оны жасырмай ересек адамға айту керектігін түсіндіру.*
- ✓ Бейтаныс адамнан келген күмәнді хабарламаға жауап бермеуді, қажет болса сөйлесуді тоқтатып, оны бұзаттауды үйрету.*

- ✓ *Интернетте болуы мүмкін жағдайларды баламен алдын ала талқылау: «Біреу саған осындай хабарлама жазса, не істер едің? Кімнен көмек сұрар едің?»*
- ✓ *Баламен күнделікті сөйлесіп, оның көңіл күйіне назар аудару. Мектепте және интернетте не болғанын сұрап, жауабын асықпай тыңдау.*
- ✓ *Көмек сұрауға болатынын үнемі айтып отыру: «Егер бір нәрсе сені мазаласа немесе қорқытса, маған айта аласың. Біз бірге шешім табамыз».*

2-топ. Бала туралы мәлімет. Айна, 8 жаста. Айна – белсенді, ашық мінезді қыз. Балалармен тез тіл табысады, көпшілікпен араласқанды ұнатады.

Ол адамдарға тез сенеді және достарының көңілін қалдырмауға тырысады. Сондықтан кейде өзіне ұнамайтын нәрсеге де келісіп қалуы мүмкін. Құрбыларының өтінішінен бас тартуға қиналады. «Жоқ» десе, достары ренжіп қалады деп алаңдайды. Біреу оны ренжітсе, бұл туралы бірден айта бермейді. Достарымен қарым-қатынасы бұзылып қалады деп, болған жағдайды жасыруы мүмкін. Мектепте белсенді, түрлі іс-шараларға қатысады. Сонымен қатар айналасындағылардың пікіріне көп мән береді. Интернетте де адамдармен тез танысады және жаңа таныстарына оңай сенуі мүмкін. Біреу онымен жылы сөйлесіп, мақтап немесе достасқысы келетінін айтса, оның сөзіне күмән келтірмеуі мүмкін. Соның салдарынан өзі туралы жеке мәліметтерді айтып қоюы немесе өзіне ұнамайтын өтінішке келісуі ықтимал.

Педагогке көмек

Айна үшін қандай қауіп бар?

- *Айна адамдарға тез сенетіндіктен, интернетте бейтаныс адамның жаман ниетін бірден аңғармауы мүмкін.*

- Біреудің сөзі немесе өтініші өзіне ұнамаса да, «жоқ» деп айтуға қиналады.
- Интернеттегі танысының көңілін қалдырғысы келмей, оның айтқанына келісіп кетуі мүмкін.
- Біреу оны ренжітсе немесе қорқытса, болған жағдайды айтсам, достарым менен теріс айналады деп ойлап, жасырып қалуы мүмкін.
- Өзгелердің пікіріне қатты мән беруі оны интернеттегі жағымсыз ақпаратқа немесе өзі қаламайтын әрекетке итермелеуі мүмкін.

Айнаға не көмектеседі?

- Үйде өзін мазалаған нәрсені ата-анасына еркін айта алуы.
- Мектепте сенетін, қажет кезде көмек сұрай алатын мұғалімдерінің болуы.
- Құрбыларымен араласып, өз ойын еркін жеткізе білуі.
- Өзі жақсы көретін іспен айналысып, бойындағы қабілетін танытуы. Бұл оның өзіне деген сенімін арттырады.

Ата-анаға ұсыныс

- Балаға біреудің сөзі немесе әрекеті ұнамаса, «жоқ» деп айтуға толық құқығы бар екенін түсіндіру.
- Интернетте өзін басқа адам ретінде таныстыратын, жеке мәлімет сұрайтын, бір нәрсені құпия ұстауды өтінетін адамдардан сақ болуды үйрету.
- Күнделікті кездесетін жағдайларды бірге талқылау. Мысалы: «Интернеттен жаңа танысқан адам суретіңді сұраса, не істер едің?», «Біреу “бұл туралы ата-анаңа айтпа” десе ше?»

- Бала қандай жағдайға тап болса да, ата-анасына айтуға болатынын білуі керек. Қателесіп қалса да, оны бірден жазғырмай, алдымен не болғанын тыңдаған дұрыс.

3-топ. Бала туралы мәлімет. Дәурен, 9 жаста. Дәурен – белсенді, білуге құмар бала. Жаңа нәрсені көргенді, зерттегенді, байқап көргенді ұнатады. Көп сұрақ қояды, айналасында болып жатқан нәрселерге қызығушылықпен қарайды.

Кейде осы қызығушылығының жетегінде кетіп, сақтықты ұмытып кетеді. Мысалы, бейтаныс адаммен сөйлесіп кетуі немесе қызықты көрінген ұсынысқа бірден келісуі мүмкін. Мұндайда оның соңы неге әкелетінін ойланып үлгермейді. Мектепте достары көп, балалармен жақсы араласады. Алайда адамдарға сенгіш болғандықтан, біреудің оны алдап тұрғанын немесе өз пайдасына пайдаланғысы келгенін бірден түсіне бермеуі мүмкін.

Интернетте де Дәурен жаңа ойындарға, бейнероликтерге, сайттарға қызығады, жаңа адамдармен сөйлесуден қорықпайды. Сондықтан оған интернетте «алдымен ойлан, содан кейін әрекет ет» деген әдетті қалыптастыру маңызды.

Педагогке көмек

Дәурен үшін қандай қауіп бар?

- Бейтаныс адаммен интернетте тез сөйлесіп кетуі мүмкін.
- Қызықты ұсыныс көрсе, оның қауіпсіз екенін тексермей әрекет етуі мүмкін.
- Біреу мақтап, сыйлық ұсынса немесе қызықты нәрсе уәде етсе, оның сөзіне сеніп қалуы мүмкін.
- Күмәнді сілтемені ашып, белгісіз файлды жүктеп алуы мүмкін.

- Жеке мәліметін немесе фотосын бөтен адамға жіберудің салдарын толық түсінбеуі мүмкін.

Дәуренге не көмектеседі?

- Түсінбеген нәрсесін ата-анасынан еркін сұрай алуы.
- Жаңа нәрсеге қызыққанда асықпай, алдымен оның қауіпсіз екенін тексеруді әдетке айналдыруы.
- Айналасында сенетін достары мен ересектердің болуы.
- Ата-анасының дайын тыйыммен шектелмей, неге болмайтынын түсіндіріп отыруы.

Ата-анаға ұсыныс

- Интернеттен көргеннің бәрі шындық бола бермейтінін қарапайым мысалдармен түсіндіру.
- Бейтаныс адам хабарлама жазса, жеке мәлімет сұраса немесе басқа сайтқа өтуді ұсынса, алдымен ата-анасына көрсетуді үйрету.
- Баламен нақты жағдайларды талқылап отыру: «**Біреу саған ойынға тегін ақша беремін десе ше?**», «**Сыйлық жіберу үшін мекенжайыңды сұраса ше?**», «**Бейтаныс сілтеме келсе не істейсің?**»
- Бала интернетте күмәнді жағдайға тап болса, оны жасырмай айтуы үшін үйде ашық әңгімеге жағдай жасау.

Топтар кезекпен өз жұмыстарын таныстырады. Педагог жауаптарды тыңдап, қажет болған жағдайда толықтырады.

6–9 жастағы балаларға тән ерекшеліктер

Бұл жаста бала әлі де үлкендердің сөзіне көп сенеді. Сондықтан интернетте өзін ересек адам ретінде таныстырған адамның сөзіне де сеніп қалуы мүмкін.

Баланың айналасын танып-білуге деген қызығушылығы жоғары болады. Ол жаңа ойын, жаңа сайт немесе жаңа таныстықты қызық көріп, кейде қауіпсіздік туралы ойламай әрекет етуі мүмкін.

Сонымен қатар бұл кезеңде достарымен араласу бала үшін маңызды бола бастайды. Ол құрбыларының пікіріне мән береді, олармен бірге болғысы келеді. Сондықтан «*достарымнан қалмайын*» деп өзі қаламайтын нәрсеге келісіп кететін жағдайлар да болуы мүмкін.

Балаға ең алдымен не қажет?

- ✓ ***Күнделікті қамқорлық:*** құнарлы тамақ, жеткілікті ұйқы, денсаулығына көңіл бөлу, ойнауға және демалуға қауіпсіз орта.
- ✓ ***Мейірім мен қолдау:*** ата-анасының жақсы көретінін сезіну, сөзін тыңдайтын және қиын кезде көмектесетін адамның бар екенін білу.
- ✓ ***Ашық қарым-қатынас:*** достарымен араласу, ата-анасымен еркін сөйлесу, өз ойын айту және оның сөзіне үлкендердің мән беретінін сезіну.

Мысал

- Ата-анасы баласына уақыт бөліп, оның әңгімесін тыңдап отырса, бала өзін мазалаған нәрсені айтуға оңайырақ шешім қабылдайды.
- Ал бала өзін ешкім тыңдамайды деп ойласа, интернетте оған жылы сөйлеп, көңіл бөлген бейтаныс адамға сеніп қалуы мүмкін. Сондықтан балаға «*Интернетте не болса да, маған айта аласың*» деген сенімді күнделікті қарым-қатынас арқылы қалыптастырған маңызды.

3.3. Топтық жұмыс. «Бұл жағдайлар несімен қауіпті? Балаға қалай әсер етуі мүмкін?»

Ата-аналарға интернетте кездесетін бірнеше жағдай ұсынылады. Әр топ бір немесе өзіне берілген жағдайды талқылайды.

Жағдайлар

- *«Құпиясөзіңді жібермесең, сені достар қатарынан өшіремін!»*
- *«Ұл баласың ғой, буллингке бола шағымдана берме. Мықты болсаңшы!»*
- *Ата-ана баласының күлкілі немесе ыңғайсыз түскен суретін, бейнежазбасын одан сұрамай интернетке салады.*
- *Анасы баласына айтпай, оның әлеуметтік желідегі хаттарын оқиды.*
- *«Менің айтқанымды істемесең, сырынды бәріне айтып қоямын!»*
- *Бала әлеуметтік желіге жазба салғаннан кейін оған мазақтайтын, кемсітетін пікірлер жазыла бастайды.*
- *Балаға: «Құттықтаймыз! Телефон ұтып алдыңыз! Сыйлықты алу үшін мәліметтеріңізді енгізіңіз», – деген хабарлама келеді.*
- *Ата-ана баласына не себепті екенін түсіндірмей, жаза ретінде интернетке кіруге тыйым салады.*
- *Бала интернеттен қорқынышты немесе қатігез көріністерді байқамай көріп қалады. Бірақ бұл туралы оған ешкім түсінік бермейді.*
- *«Интернетте жұртқа тек жақсы жағыңды көрсетуің керек. Әйтпесе сені ешкім сыйламайды!»*

Жұмыс аяқталған соң топтар өз жауаптарын айтады. Педагог айтылған ойларды жинақтап, қажет болса толықтырады.

IV. Қорытынды. Рефлексия

Педагог: Сабақтың басында сіздерге бірнеше сұрақ берілген еді. Енді сол жауаптарыңызға қайта бір қарап шығыңыздар.

Бүгінгі кездесуден кейін жауабыңызды өзгерткіңіз келетін сұрақ бар ма? Бұрын мән бермеген, ал бүгін маңызды екенін түсінген нәрсе болды ма?

Жағдай	Жауап
«Менің айтқанымға келіспесең, сырынды бәріне айтып қоямын!»	Баланы қорқытып, өз дегеніне көндіруге тырысу.
Бала әлеуметтік желіге жазба салғаннан кейін оған мазақтайтын, кемсітетін пікірлер жазыла бастайды.	Кибербуллинг, психологиялық қысым.
Балаға: «Құттықтаймыз! Телефон ұтып алдыңыз! Сыйлықты алу үшін мәліметтеріңізді енгізіңіз», – деген хабарлама келеді.	Интернет-алаяқтық. Жеке мәліметтерді қолға түсіруге бағытталған әрекет.

1–4-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ

Тақырыбы: «Ненің дұрыс, ненің бұрыс екенін – өзім білемін!»

Мақсаты: бастауыш сынып оқушыларына жеке шекара мен зорлық-зомбылық туралы түсінік беру, өзіне жасалған әрекеттің дұрыс не бұрыс екенін ажырата білуге, қауіп төнгенде немесе өзін жайсыз сезінгенде дұрыс әрекет етуге үйрету.

Міндеттері:

- балалар өз ойын қорықпай айта алатындай жағдай жасау, ойындар мен жаттығулар арқылы тақырыпты түсінуіне көмектесу;
- мысалдар арқылы қауіпсіз және қауіпті әрекеттерді ажыратуды, зорлық-зомбылық белгілерін байқауды үйрету;
- жеке шекараның не екенін түсіндіру, біреудің әрекеті ұнамаса «жоқ» деп айтуды, өз шекарасын қорғауды және көмек сұрауды үйрету;

- зорлық-зомбылыққа тап болғанда немесе сондай қауіп төнгенде не істеу керектігін, кімге айтуға және кімнен көмек сұрауға болатынын түсіндіру.

Жоспар

I. Кіріспе бөлім

- 1.1. Амандасу. Сабақтың тақырыбымен таныстыру
- 1.2. «Менің шекарам: болады және болмайды» әңгімесі
- 1.3. «Мен не білемін?» шағын сауалнамасы

II. Негізгі бөлім

2.1. Ақпараттық бөлім. «Жеке шекарам – менің сиқырлы қалқаным»

- 2.2. «Болады – болмайды» ойыны
- 2.3. «Егер осылай болса, не істеймін?» жағдаяттық ойыны
- 2.4. «Тоқта!» суреттерімен жұмыс
- 2.5. «Біреу сенің шекараңнан асса, не істеу керек?» нұсқаулығы
- 2.6. «Менің суперқаһармандар тобым» тапсырмасы

III. Қорытынды бөлім

- 3.1. Қайталау сауалнамасы
- 3.2. Талқылауға арналған сұрақтар
- 3.3. Педагогтің қорытынды сөзі мен тілегі
- 3.4. Үй тапсырмасы

Ресурстар: презентация, сурет үлгілері.

Сабақ ұзақтығы: 50 минут.

Педагогке арналған әдістемелік ұсыным

Маңызды! «Ненің дұрыс, ненің бұрыс екенін – өзім білемін!» сабағы үлгі ретінде ұсынылады. Оны әр сыныпқа бірдей өткізу міндетті емес. Педагог балалардың жасын, олардың бір-бірімен қаншалықты

еркін сөйлесетінін, сол күнгі көңіл күйін және сыныптағы жағдайды ескеріп, сабақты өзгерте алады.

Мысалы, сыныпта бұған дейін балаға ауыр әсер еткен жағдай болған болса, тақырыпты талқылауда ерекше сақтық қажет.

Педагог:

- тапсырмалар мен сұрақтардың сөздерін балалардың жасына қарай ***өзгерте алады;***
- талқылауды топпен, жеке немесе аты-жөнін көрсетпей жауап беретіндей етіп ***ұйымдастыра алады;***
- кей бөлімдерге көбірек немесе азырақ уақыт бөле алады;
- тақырыпты сыныптың дайындығына қарай қысқаша немесе кеңірек ***қарастыра алады;***
- қажет болса, балалардың көңіл күйін жеңілдететін ойындар мен жаттығуларды көбірек ***қолдана алады.***

Бірақ сабақтың мақсаты өзгермеуі керек:

Бала ненің зорлық-зомбылық екенін түсінуі, өзінің жеке шекарасы бар екенін білуі, біреудің әрекеті өзіне ұнамаса немесе қауіп төнсе «жоқ» деп айта алуы, ол жерден кетуі және сенетін ересек адамнан көмек сұрауы керек.

Сабақты осылай ұйымдастыру әр сыныптың жағдайын ескеруге және балаларға тақырыпты түсінікті әрі қауіпсіз түрде жеткізуге мүмкіндік береді.

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Кіріспе бөлім

1.1. Амандасу және тақырыпты түсіндіру

Педагог балалармен амандасып, шеңбер болып отыруды ұсынады. Балалардың еркін сөйлесуіне қолайлы жағдай жасайды. Бүгінгі сабақта өзін қалай қорғау керек, жеке шекара деген не және

біреу дұрыс әрекет етпеген жағдайда оны қалай білуге болады деген тақырыптар қарастырылатынын түсіндіреді.

Талқылауға арналған сұрақтар:

- Сен өзінді қай кезде қауіпсіз сезінесің?
- Өзінді қауіпсіз сезінуіңе не көмектеседі? Мысалы, жаныңда кім болғанда, қандай ережелер сақталғанда?
- Балалар қандай қауіпке тап болуы мүмкін?
- Қалай ойлайсың, қауіпті жағдайлар неліктен болады?
- Ондай жағдайға тап болмау үшін не істеуге болады?

1.2. «Менің шекарам: болады және болмайды» әңгімесі

Әнел мектепке қуана баратын. Ол көңілді, ақжарқын қыз еді, достарымен ойнағанды жақсы көретін. Бір күні сыныпқа Ермек деген жаңа оқушы келді. Ол өте белсенді, бәрімен бірден дос болғысы келді.

Үзілісте Ермек Әнелдің қасына келіп, бұрымынан тартып жіберді де, қатты күлді. Әнел одан алыстап:

– Маған бұл ұнамайды. Шашыма тиіспе, – деді.

– Мен жай ғана қалжыңдадым ғой! – деді Ермек таңғалып, қарады.

– Саған күлкілі шығар, ал маған ұнамайды. Менен сұрамай, маған қол тигізгеніңді қаламаймын, – деді Әнел сабырмен.

Үзілісте Ермек Даниярдың телефонын сұрамай алып, ойнағысы келді. Данияр телефонын қолымен жауып:

– Тоқта! Бұл менің телефоным. Алдымен сұра, – деді.

– Аз ғана ойнасам ше? – деді Ермек.

– Аз ғана болса да, алдымен сұрау керек, – деді Данияр нық дауыспен.

Сол күні Ермектің көңілі түсіп қалды. Ол біреумен дос болсаң, бәрін жасауға болады деп ойлайтын. Біраздан кейін Әнел мен Данияр оның қасына келіп, бірге доп ойнауға шақырды.

– Біз сенімен дос болғымыз келеді, – деді Әнел.

– Бірақ достықта бір маңызды ереже бар: өзгенің шекарасын сыйласаң, сенің де шекаранды сыйлайды.

Ермек күлімсіреп:

– Рақмет! Түсіндім. Енді ешкімге рұқсатсыз тиіспеймін, алдымен «Бола ма?» деп сұраймын, – деді.

Содан бері балалар бірге ойнап, ойыншықтарын бөлісіп, бір-бірінің шекарасын сыйлайтын болды.

Сұрақтар:

1. Әңгіменің басында Ермекпен дос болғың келер ме еді? Неліктен?
2. Әнел өзіне бұл әрекеттің ұнамағанын айтқаны дұрыс па?
3. Әнел Ермекке қандай ережені айтты?
4. Данияр неге Ермекке телефонын сұрамай алуға рұқсат бермеді?
5. Әңгіменің соңында Ермек нені түсінді?
6. Қалай ойлайсың, Ермек өзгере ме?

1.3. «Мен не білемін?» шағын сауалнамасы

Педагог үш қарапайым сұрақ қояды. Балалар қол көтеріп немесе дауыстап жауап береді.

- Біреудің саған қол тигізгені ұнамаса, не айтар едің немесе не істер едің?
- Біреу сені қорқытса немесе саған ұнамайтын әрекет жасаса, бұл туралы кімге айта аласың?
- Біреу сен қаламайтын нәрсені істеткісі келсе, не істер едің?

Жауаптар бағаланбайды. Сауалнама балалардың бұл тақырып туралы не білетінін анықтау үшін жүргізіледі.

1.4. «Мен не білемін?» шағын сауалнамасы

Педагог үш қарапайым сұрақ қояды. Балалар қол көтеріп немесе дауыстап жауап береді.

- Біреудің саған қол тигізгені ұнамаса, не айтар едің немесе не істер едің?
- Біреу сені қорқытса немесе саған ұнамайтын әрекет жасаса, бұл туралы кімге айта аласың?
- Біреу сен қаламайтын нәрсені істеткісі келсе, не істер едің?

Жауаптар бағаланбайды. Сауалнама балалардың бұл тақырып туралы не білетінін анықтау үшін жүргізіледі.

II. Негізгі бөлім

2.1. Ақпараттық бөлім: «Жеке шекарам – менің сиқырлы қалқаным»

Әр адамның өзіне ғана тиесілі шекарасы болады. Оны *жеке шекара* дейміз. Оған мыналар жатады:

- *сенің денең* – сенің рұқсатыңсыз ешкім саған қол тигізбеуі керек;
- *сенің сезімің* – ешкімнің сені ренжітуіне немесе қорқытуына болмайды;
- *сенің заттарың* – ешкім сенің заттарыңды сұрамай алмауы керек.

Егер біреу саған ұнамайтын нәрсе жасаса, мысалы, рұқсатсыз қол тигізсе, ренжітетін сөз айтса немесе қаламайтын нәрсені істеуге мәжбүрлесе, бұл – сенің жеке шекараңның бұзылғаны. Мұндай әрекет дұрыс емес әрі қауіпті.

Мұны кейде *зорлық-зомбылық* деп атайды. *Зорлық-зомбылық* – біреудің басқа адамға күш көрсетуі немесе оны ренжітуі. Оның бірнеше түрі бар.

- ✓ **Физикалық зорлық-зомбылық** – итеру, ұру немесе рұқсатсыз денеге күшпен қол тигізу.
- ✓ **Эмоциялық зорлық-зомбылық** – ренжітетін сөз айту, мазақтау немесе қорқыту.
- ✓ **Психологиялық зорлық-зомбылық** – қорқытып, қаламайтын нәрсені істеуге мәжбүрлеу.

Саған біреудің әрекеті ұнамаса, «*Жоқ!*» деп айтуға болады. Егер ол тоқтамаса немесе сені қорқытса, бұл туралы өзің сенетін ересек адамға – анаңа, әкеңе, мұғаліміңе немесе тәрбиешіңе айт. Олар саған көмектеседі.

Егер біреу сені қайта-қайта ренжітіп немесе мазақтай берсе, бұл *буллинг* деп аталады. Буллинг те – зорлық-зомбылықтың бір түрі. Мұндай жағдайда көмек сұраудан қорықпа.

Кейде ересектер де баланы ренжітуі, оған айқайлауы немесе қорқатын, қаламайтын нәрсені істеуге мәжбүрлеуі мүмкін. Бұл да – зорлық-зомбылық. Мұндай жағдайда өзің сенетін басқа ересек адамға айтып, көмек сұрау өте маңызды.

Есіңде болсын: сенің жеке шекараң – сенің сиқырлы қалқаның! Бір нәрсе ұнамаса, «*жоқ*» деп айт, қажет болса көмек сұра.

2.2. «Болады – болмайды» ойыны

Балалар орындарынан тұрады. Педагог қысқаша жағдайларды оқиды. Егер *болады* деп ойласа, балалар қол шапалақтайды. Егер *болмайды* деп ойласа, қолдарын алдына айқастырады.

Мысалдар:

- Досың сені ойнауға шақырды. Сен келістің. (Болады)
- Біреу сенің сөмкенді сұрамай алды. (Болмайды)
- Сен «Қаламаймын» дедің, бірақ біреу саған бәрібір қол тигізді. (Болмайды)

- Сен ойыншығыңды басқа балаға бердің. (Болады)
- Біреу сенің денеңді мазақ етті. (Болмайды)
- Біреу сені өзің қаламайтын нәрсені істеуге мәжбүрледі. (Болмайды)
- Сен сұраған кезде ересек адам аяқкиіміңнің бауын байлап берді. (Болады)
- Ересек адам: «Бұл екеуіміздің құпиямыз. Ешкімге айтпа», – деді. (Болмайды)
- Ересек адам саған айқайлап, қорқытты. (Болмайды)
- Сен қаламасаң да, ересек адам сені құшақтады. (Болмайды)
- Ересек адам саған көмектеспес бұрын: «Көмектесейін бе?» – деп сұрады. (Болады)

Талқылау

Педагог: егер біреудің әрекеті саған ұнамаса немесе одан қорықсаң, оны «*жай ойын*» немесе «*жай қалжың*» деп қабылдаудың қажеті жоқ екенін түсіндіреді.

2.3. «Егер осындай жағдай болса...» жағдаяттық ойыны

Педагог балаларға түсінікті болуы үшін жағдайларды суреттер арқылы көрсетіп, түсіндіреді.

Мақсаты: жеке шекараның бұзылғанын ажырата білу және ондай жағдайда дұрыс әрекет етуді үйрену.

Ойын барысы: балалар 3–5 адамнан шағын топтарға бөлінеді. Әр топқа бір жағдай беріледі. Балалар не істеуге болатынын бірге талқылайды. Содан кейін өз ойларын басқа балаларға айтады. Педагог көмектесіп, соңында қорытынды жасайды.

Жағдайлар мен сұрақтар

1-жағдай

Біреу: «Мені сүймесең, сенімен дос болмаймын», – дейді.

- Мұндайда өзінді қалай сезінесің?
- Не деп айтуға немесе не істеуге болады?

2-жағдай

Үзілісте бір бала саған жаман сөз айтып, ұрмақ болып қолын көтереді.

- Бұл саған ұнай ма?
- Оны қалай тоқтатуға болады?
- Кімнен көмек сұрайсың?

3-жағдай

Көшеде бейтаныс ересек адам жол көрсетуді сұрап, көлігіне отыруды ұсынады.

- Бейтаныс адамның көлігіне отыруға бола ма?
- Мұндайда не істеген дұрыс?

4-жағдай

Мектепте сыныптасың шашыңнан тартып, күледі.

- Бұл саған ұнай ма?
- Оған не деп айта аласың?

2.4. «Тоқта!» суреттері жаттығуы

Нұсқаулық: Педагог балаларға бірінші суретті көрсетеді. Суреттегі жағдай қауіпсіз болса, балалар дауыстап «Иә!», ал қауіпті болса немесе баланың жеке шекарасы бұзылып жатса, «Тоқта!» дейді. Әр жауаптан кейін педагог бұл жағдайдың неліктен қауіпсіз немесе неліктен «Тоқта!» деп айтып, ересек адамға хабарлау керектігін қысқаша түсіндіреді.

Диалог үлгісі

Педагог: Мына суретке қараңдар. Анасы баласын құшақтап тұр. Не дейміз?

Балалар: Иә!

Педагог: Дұрыс. Анасы баласын жақсы көріп, мейірімін білдіріп тұр. Мұндай құшақтау балаға жағымды.

Педагог: Ал мына суретке қараңдар. Бейтаныс адам баланы өзімен бірге жүруге шақырып тұр. Не дейміз?

Балалар: Тоқта!

Педагог: Дұрыс. Ата-ананың немесе өзің сенетін ересек адамның рұқсатынсыз бейтаныс адаммен бірге кетуге болмайды.

Педагог қорытындылайды:

«Жарайсыңдар! Енді сендер қандай жағдайдың қауіпсіз екенін, ал қандай жағдайда жеке шекараның бұзылатынын білесіңдер. Осындай жағдайға тап болсаңдар, «Тоқта!» деп айтып, бұл туралы өздерің сенетін ересек адамға міндетті түрде айтыңдар».

Қосымша

- Әр балаға екі карточка дайындауға болады: жасыл карточка – «Иә», қызыл карточка – «Тоқта!». Жаттығу кезінде балалар тиісті карточканы көтереді.
- Есте жақсы сақталуы үшін «Тоқта!» сөзін балалармен бірге ырғақпен қайталауға болады.
- Балаларға түсінікті 6–8 қарапайым сурет дайындауға болады.

Суреттерге мысалдар

1. Анасы баласын құшақтап тұр. (Қауіпсіз)
2. Досы ойыншығын бөлісіп жатыр. (Қауіпсіз)
3. Бейтаныс адам баланы өзімен бірге жүруге шақырып тұр. (Қауіпті)
4. Біреу баланың қолынан тартып жатыр, ал бала «Жоқ!» дейді. (Қауіпті)
5. Мұғалім балаға тапсырмасын орындауға көмектесіп жатыр. (Қауіпсіз)

6. Біреу баланы өзі қаламайтын нәрсені істеуге мәжбүрлеп жатыр. (Қауіпті)
7. Бала біреудің өзіне жамандық жасағанын анасына айтып жатыр. (Қауіпсіз)
8. Біреу баланың жеке затын рұқсатсыз алмақ болып жатыр. (Қауіпті)
9. Суреттерді қағазға басып шығаруға немесе экраннан көрсетуге болады.

2.5. «Біреу сенің жеке шекаранды бұзса, не істеу керек?» нұсқаулығы

Педагог: Жарайсыңдар, балалар! Қандай жағдайдың қауіпсіз, ал қандай жағдайдың қауіпті екенін жақсы ажыраттыңдар. Енді біреу сенің жеке шекаранды бұзса немесе саған ұнамайтын әрекет жасаса, не істеу керектігін есте сақтайық.

Кейде біреу саған жамандық жасауы немесе сені қорқытуы мүмкін. Мұндай жағдайда сен жалғыз емессің. Өзіңді қорғап, көмек сұрауға болады.

Ол үшін мына үш қадамды есте сақта.

1-қадам. «Тоқта!» немесе «Жоқ!» деп дауыстап айт

Біреудің әрекеті саған ұнамаса, «Тоқта!» немесе «Жоқ!» деп анық әрі нық айт. Бұл сенің оның әрекетін қаламайтыныңды білдіреді.

2-қадам. Қауіпсіз жерге барып, сенетін ересек адамға айт

Анаңа, әкеңе, мұғаліміңе немесе өзің сенетін басқа ересек адамға бар. Не болғанын айтып бер. Мұндай жағдайды жасырмай айту маңызды.

3-қадам. Өзіңе ұнамаған әрекет туралы айтуға құқығың бар

Саған ұнамаған нәрсе туралы айтқаның дұрыс. Өз шекаранды қорғағаның да дұрыс. Саған көмектесетін және қолдайтын ересектер бар.

Педагог: Енді бүгін қарастырған үш жағдайды еске түсіріп, осы үш қадамды бірге қайталайық.

Мысал

Жағдай: Біреу саған қол тигізіп жатыр.

Не дейсің? Балалардың жауабы: «Тоқта!»

Қайда барасың? Балалардың жауабы: Ересек адамға барамын.

Кім көмектеседі?

Балалардың жауабы: Анам, әкем, мұғалімім.

Педагог: Жарайсындар! Енді сендер жеке шекараның не екенін, біреу оны бұзса, өздеріңді қалай қорғау керектігін білесіндер.

Осы үш қадамды есте сақтаңдар. Қиын жағдайға тап болсаңдар, осы қадамдар бойынша әрекет етіңдер.

2.6. «Менің суперқаһармандар тобым» тапсырмасы

Нұсқаулық: Әр оқушыға бір парақ қағаз немесе дайын үлгі беріледі. Оқушы қағазға алақанын бастырып сызады. Бұл – оның суперқаһарман қалқаны. Әр саусаққа өзі сенетін, қиын жағдайда көмек сұрай алатын бір ересек адамның атын жазады немесе суретін салады.

Талқылау және қорытынды

Педагог: Енді әрқайсыңның өз сенім қалқаның және көмек сұрай алатын суперқаһармандар тобың бар.

Естеріңде болсын: қорықсаңдар, көңілдерің түссе немесе бір нәрсе сендерге ұнамаса, бұл туралы міндетті түрде айтыңдар.

Сендерге көмектесетін адамдар әрдайым бар. Ең бастысы – үндемей қалмау!

Сондай-ақ ата-аналарыңа немесе балаларға арналған сенім телефонына хабарласа аласыңдар. Ондағы мамандар сендерді тыңдап, көмектеседі.

Сенім телефоны – көмек қажет болғанда немесе болған жағдайды үйдегілерге айтуға қорыққанда хабарласуға болатын арнайы телефон нөмірі.

Отбасындағы зорлық-зомбылық мәселелері бойынша ІІІ бірыңғай байланыс орталығы

Полиция – 102

ІІІ. Қорытынды бөлім

3.1. Қайталау сауалнамасы

Сабақтың соңында балалар сабақ басында қойылған үш сұраққа қайта жауап береді. Педагог үш сұрақты оқиды. Балалар қол көтеріп немесе «иә/жоқ» деп жауап береді.

- Біреудің саған қол тигізгені ұнамаса, оған жол беруге бола ма?
- Біреу сені қорқытса немесе саған ұнамайтын әрекет жасаса, бұл туралы кімге айта аласың?
- Біреу сені қаламайтын нәрсені істеуге мәжбүрлесе, не істеу керек?

Жауаптар бағаланбайды. Сауалнама балалардың тақырыпты қаншалықты түсінгенін білу үшін жүргізіледі.

3.2. Талқылауға арналған сұрақтар

- Бүгін не үйрендің?
- Біреу сені қорқытса немесе жеке шекаранды бұзса, не істер едің?
- Болған жағдайды ересек адамға айту неліктен маңызды?

3.3. Педагогтің қорытынды сөзі мен тілегі

Педагог: Өз денеңе қатысты шешімді өзің айтуға құқығың бар. Сенің сезімің де маңызды. Біреудің әрекеті саған ұнамаса, «Токта!» деп айтып, бұл туралы сенетін ересек адамға айта аласың. Батыл болу – үндемей қалу емес, өзіңе ұнамаған нәрсені айта білу.

3.4. Үй тапсырмасы

Педагог: Балалар, сендерге үй тапсырмасы беріледі. Оны ата-аналарыңмен бірге орындауды ұмытпаңдар.

1–4-сынып оқушыларына арналған сабақ
Тақырыбы: «Ережені білсең, интернет – досың»

Мақсаты: бастауыш сынып оқушыларына интернетті қауіпсіз пайдалану ережелері туралы түсінік беру.

Міндеттері:

- интернетте кездесетін қауіптермен таныстыру;
- интернетті қауіпсіз пайдалану дағдыларын қалыптастыру;
- интернетте бір-біріне құрметпен қарауға, сыпайы әрі әдепті қарым-қатынас жасауға үйрету.

Жоспар

I. Кіріспе бөлім

1.1. Ертегі бойынша әңгімелесу

II. Негізгі бөлім. Қауіпсіздік ережелерін үйренеміз

2.1. «Шешімін тап» жағдаяттық тапсырмасы

2.2. «Интернетте біреу сені ренжітсе...» рөлдік ойыны

2.3. «Ережені толықтыр» жаттығуы

III. Қорытынды бөлім

3.1. Интернетті қауіпсіз пайдалану туралы жадынама

Ресурстар: слайд-презентация, «Интернеттегі қауіпсіздік ережелері» тақырыбындағы аяқталмаған сөйлемдер жазылған плакат, маркерлер, чатқа жіберуге арналған қауіпсіздік туралы жадынама.

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Кіріспе бөлім

1.1. Ертегі бойынша әңгімелесу

Айжан есімді 10 жасар қыз, планшеттен ойын ойнағанды, мысықтар туралы бейнероликтер көргенді және достарымен хат жазысқанды жақсы көреді.

Бір күні туған күніне оған жаңа ноутбук сыйлайды. Айжан қатты қуанып, интернетті өте жиі пайдалана бастайды. Бірақ ол интернетте қызықты дүниелермен қатар, түрлі қауіптер де кездесетінін білмейтін.

Педагогтің балаларға қоятын сұрағы:

- Интернетте Айжан қандай қауіптерге тап болуы мүмкін?

(Балалардың жауаптары)

Қорытынды: Интернет – пайдалы әрі қызықты ақпарат алуға мүмкіндік беретін орта. Бірақ интернетте қауіпсіз болу үшін оның ережелерін біліп, сақтау керек.

II. Негізгі бөлім. Қауіпсіздік ережелерін үйренеміз

2.1. «Шешімін тап» жағдаяттық тапсырмасы

Тапсырма: Айжанның басынан өткен оқиғаларды оқып, әр жағдайда қалай әрекет ету керектігін анықтаңдар. Сынып үш топқа бөлінеді. Әр топқа Айжанның басынан өткен бір оқиға беріледі. Балалар оқиғаны оқып, не істеу керектігін талқылайды.

1-оқиға. «Күмәнді хат»

Бір күні Айжанның электрондық поштасына хат келеді. Онда: «Құттықтаймыз! Сен жаңа телефон ұтып алдың! Сыйлығыңды алу үшін мына сілтемені бас!» – деп жазылыпты. Айжан қатты қуанып, сілтемені баспақ болады. Бірақ анасының: «Интернетте бейтаныс адамдардан келген сілтемелерді ашпа», – деген сөзі есіне түседі.

Айжан хатты кім жібергенін тексеріп көреді. Сөйтсе, хат түсініксіз әріптерден құралған күмәнді электрондық мекенжайдан келіпті...

2-оқиға. «Бейтаныс дос»

Бір күні Айжан ойын ойнап отырып, Крутой_Геймер 2000 деген ойыншымен танысады. Ол Айжанға чат арқылы: «Сәлем, Айжан! Дос болайық! Қайда тұратыныңды айтшы, суретіңді де жіберші», – деп жазады.

Алғашында Айжан жаңа дос тапқанына қуанады. Бірақ кейін ойланып қалады. Ол бұл адамның шын мәнінде кім екенін білмейді ғой.

Сол кезде мұғалімінің: «Интернетте мекенжайыңды, телефон нөміріңді, суретіңді және басқа да жеке мәліметтеріңді бейтаныс адамдарға берме», – деген сөзі есіне түседі.

3-оқиға. «Құпиясөз»

Айжан құпиясөз ойлап тапқанды ұнататын. Алғашқы құпиясөзі «Айка123» болатын. Бірақ әкесі оның тым қарапайым екенін және оны оңай тауып алуға болатынын айтады.

Әкесі Айжанға сенімді құпиясөз құруды үйретеді. Құпиясөз ұзын болып, әріптерден, сандардан және арнайы таңбалардан тұруы керек. Айжан «СуперКотик2025!» деген жаңа құпиясөз ойлап табады.

Топтар жұмысын аяқтағаннан кейін педагог олардың жауаптарын тыңдап, әр оқиғаның қалай аяқталғанын айтып береді.

1-оқиға. «Бұл алдау болуы мүмкін!» – деп ойлаған Айжан хатты өшіріп тастайды.

2-оқиға. Айжан: «Кешір, мен жеке мәліметтерімді бермеймін. Ойынды ғана ойнайық!» – деп жауап береді. Крутой_Геймер 2000 бұдан кейін жауап бермейді. Айжан дұрыс әрекет еткенін түсінеді.

3-оқиға. Айжан жаңа құпиясөзін ешкімге айтпайды. Оны бөлмесінде сақтайтын жеке дәптеріне жазып қояды. Енді ол аккаунттарының қауіпсіз екеніне сенімді болады.

Соңында педагог ортақ қорытынды жасайды:

- ✓ Бейтаныс адамдардан келген сілтемелерді баспа және күмәнді хаттарды ашпа. Бұл алаяқтардың хаты болуы мүмкін.
- ✓ Интернетте жеке мәліметтеріңді бейтаныс адамдарға айтпа және суретіңді жіберме.
- ✓ Күрделі құпиясөз қолдан және оны ешкімге айтпа. Құпиясөзіңді қауіпсіз жерде сақта.

2.2. «Интернетте біреу сені ренжітсе...» рөлдік ойыны

Педагог: Кейде интернетте де дөрекі сөйлеп, ренжітетін адамдар кездеседі. Бүгін осындай жағдайда не істеу керектігін үйренеміз. Ол үшін бірнеше жағдаятты жұппен және үш адамнан ойнап көрсетеміз.

Жағдаяттарды ойнап көрсетуге қалаған балалар шығады. Қалған балалар көріп отырып, кейін бірге талқылайды.

1-жағдаят. «Дөрекі хабарлама»

Рөлдер: Бекзат, Айдос, ересек адам (мұғалім немесе ата-ана).

Жағдай: Бекзат ойын ойнап отырғанда Айдос оған: «Сен ақымақсың, сенің қолыңнан ештеңе келмейді!» – деп жазады.

Бекзаттың әрекеті: Айдосқа жауап бермеу, хабарламаны сақтап қою және оны ересек адамға көрсету.

2-жағдаят. «Сурет»

Рөлдер: Мақпал, чаттағы бейтаныс адам, ата-ана.

Жағдай: Бейтаныс адам Мақпалға: «Сәлем! Суретіңді жіберші, сен әдемісің ғой!» – деп жазады.

Мақпалдың әрекеті: суретін жібермеу, чатты жабу және ересек адамға айту.

3-жағдаят. «Құпия»

Рөлдер: Сәния, интернеттегі «досы», мектеп психологі.

Жағдай: Интернеттегі «досы»: «Менің бір құпиям бар, бірақ ешкімге айтпа. Сенің де құпияңды білсем бола ма?» – деп жазады.

Сәнианың әрекеті: бұл хабарламаның күмәнді екенін түсініп, ересек адамға айту.

Рөлдік ойын аяқталғаннан кейін педагог балаларға мына сұрақтарды қояды:

- ✓ Интернетте біреу сені ренжітсе, не істеу керек?
- ✓ Кімнен көмек сұрауға болады?
- ✓ Интернетте сөйлескенде қандай ережелерді сақтау керек?

Қорытынды: Интернетте сөйлескенде мұқият әрі сақ болу керек.

1. Сені ренжіткен адамға жауап берме.
2. Хабарламаны сақтап қойып, ересек адамға көрсет.
3. Ол адамды бұғатта.
4. Болған жағдайды міндетті түрде ата-анаңа, мұғаліміңе

немесе мектеп психологіне айт.

5. Интернетте әдепті сөйлес.

2.3. «Ережені толықтыр» жаттығуы

(Аяқталмаған сөйлемдер жазылған плакат, маркерлер)

Тапсырма: Плакаттағы сөйлемдерді «керек» немесе «болмайды» сөздерімен аяқтап, интернетті қауіпсіз пайдалану ережелерін жазыңдар.

- Жеке мәліметтеріңді интернетте жариялауға ... (болмайды)
- Күмәнді сілтемелерді ашуға ... (болмайды)
- Қажет болса, ата-анаңа, сынып жетекшіңе немесе психологке хабарлау ... (керек)
- Құпиясөзіңді достарыңа айтуға ... (болмайды)
- Интернетте сөйлескенде әдепті әрі сақ болу ... (керек)

Оқушылар плакатты педагогтің көмегімен толтырады. Сабақтан кейін плакат сыныптың көрнекі жеріне ілінеді.

III. Қорытынды бөлім

3.1. Интернетті қауіпсіз пайдалану жадынамасы

Педагог оқушыларға интернетті қауіпсіз пайдалану туралы жадынаманы көрсетіп, оны үйде ата-аналарымен бірге оқып, талқылауды ұсынады.

Сабақ аяқталғаннан кейін жадынама сынып чатына жіберіледі.

1. Интернетті мына ережелерді сақтап пайдаланамын:

- ✓ ата-анамның рұқсатымен кіремін;
- ✓ бәрімізге қолайлы уақытта пайдаланамын;
- ✓ күніне ____ минуттан артық отырмаймын (уақытын ата-анаммен бірге келісеміз).

2. Жеке мәліметтерім – құпия! Интернетте мыналарды айтпаймын:

- аты-жөнімді;
- үй мекенжайым мен телефон нөмірімді;
- қай мектепте оқитынымды және қай жерде серуендейтінімді;
- құпиясөздерімді.

3. Интернетте бейтаныс адамдармен сөйлеспеймін. Егер бейтаныс адам маған жазса:

- жауап бермеймін;
- бірден ересек адамға айтамын;
- оның жазғанының бәріне сене бермеймін.

4. Фото немесе бейнежазба жарияламас бұрын ата-анамнан рұқсат сұраймын.

Өзімнің, үйімнің немесе мектебімнің суретін ата-анамның рұқсатынсыз жарияламаймын.

5. Интернеттен қорқынышты, ренжітетін немесе түсініксіз нәрсе көрсем:

- оны бірден жабамын;
- скриншот жасап қоямын;
- ата-анама айтамын – олар маған көмектеседі.

6. Бір нәрсені баспас бұрын ойланып аламын!

Қалқып шығатын терезелер мен «тегін сыйлық» туралы хабарламалар алдау болуы мүмкін. Оларды баспаймын.

- Күмәнді сілтемелерді ашпаймын.
- Бағдарламаларды жүктегенде абай боламын.

7. Бір нәрсе дұрыс болмай қалса да, ересек адамға әрқашан айта аламын.

Содан кейін педагог балаларға төмендегі ақпаратты айтып, оны сынып чатына да жібереді.

111 бірыңғай байланыс орталығы – қиын жағдайға тап болған балаларға көмек көрсететін байланыс нөмірі.

1–4-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ

Тақырыбы: «Бақытты ана болудың сыры»

Мақсаты: ата-аналарға бақытты ана болудың мәнін түсінуге, ана ретіндегі өз әрекетіне назар аударып, қажет тұстарын өзгертуге көмектесу.

Міндеттері:

- ана болудың әйел өміріндегі жауапты кезең екенін, оның жаңа қырлары мен мүмкіндіктерін ашып, баласының бақытты болуына ықпал ететінін түсінуге көмектесу;
- бала тәрбиесіне бар көңілін бөліп жүрген ананың өзін де ұмытпай, өзіне көңіл бөлуінің маңызын түсіндіру;
- өзінің дене және көңіл күйін реттеу, күш-қуатын қалпына келтіру дағдыларын дамыту.

Ұлттық құндылықтар мен тұлғалық қасиеттер: әділдік пен жауапкершілік, жасампаздық пен жаңашылдық, адамдармен қарым-қатынас жасау және бірлесе әрекет ету қағидаларын білу және түсіну, жағдайды талдау, оның салдарын алдын ала болжай білу және негізді шешім қабылдау, отбасында сенімді қарым-қатынас орнатып, жайлы психологиялық ахуалды сақтай білу.

Жоспар

I. Кіріспе бөлім

1.1. Дәйексөзбен танысу

1.2. Жаттығу

1.3. Сауалнама

II. Негізгі бөлім

2.1. Эмоциялық әсер

2.2. «Шын мәнінде қалай болды?» топтық жұмысы

2.3. Жаттығу

2.4. Ой қозғау

2.5. Шығармашылық жұмыс

III. Қорытынды бөлім

3.1. Зерттеу нәтижелері

3.2. Ізгі тілектер

Күтілетін нәтижелер

Ата-аналар:

- ана болудың әйелге бақыт сыйлайтын мүмкіндіктерін түсінеді;
- өз көңіл күйін реттеу және күш-қуатын қалпына келтіру тәсілдерін меңгереді;
- отбасының бақыты үшін ананың өзіне де көңіл бөліп, өзін бағалай білуі маңызды екенін түсінеді.

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Кіріспе бөлім

1.1. Дәйексөзбен танысу

Педагог XX ғасырдың басындағы көрнекті қазақ ақыны, жазушысы әрі публицист Мағжан Жұмабаевтың сөзін оқиды: *«Адам бойындағы бар жақсылық күннің нұрынан және ананың ақ сүтінен тараған. Олар бізге өмірді сүюді үйретеді»*. Бұл сөзде ананың бала өміріндегі орны күннің нұрымен қатар қойылған. Ана баласының бойындағы жақсы қасиеттердің қалыптасуына ықпал етеді. Неліктен? Бүгін осы сұрақтың жауабын іздеп көреміз.

1.2. «Бір сөзбен» жаттығуы

Қазақстандық суретші Ғани Баяновтың «Таң» картинасын қараңыздар. Картинадағы қыздың анасын бір сөзбен сипаттаңыздар.



Ата-аналар, мысалы:
**камқор, мұқият, әдемі,
сабырлы, мейірімді, нәзік**
деген сипаттамалар ұсынады.
Барлық жауап тақтаға
жазылады.

**Жаттығу аяқталған соң
педагог қорытынды
жасайды:**

«Сіздер атаған сөздердің барлығы бақытты ананы сипаттайды. Ал бақытты ана болу үшін не қажет? Бәлкім, ол үшін барлық жағынан табысты, бәріне үлгеретін «суперана» болу керек шығар? «Бақытты ана болудың сырлары» тақырыбындағы негізгі сұрағымыз – осы».

1.3. «Ана жетістігі» сауалнамасы

Сауалнама аналардың «**табысты ана болу**» ұғымын қалай түсінетінін анықтау үшін жүргізіледі.

Сауалнама аяқталғаннан кейін педагог түсіндіреді: «Сұрақтардың барлығына немесе басым бөлігіне «Иә» деп жауап бергендер мінсіз ана бейнесін таңдаған.

Ал мінсіз ана, яғни «мінсіз ана» болу мүмкін бе? Міндетті түрде сондай болу керек пе? Мінсіз ана болу әрқашан бақытты болудың шарты ма? Осыны бірге қарастырайық. Ол үшін шағын зерттеу жүргіземіз. Зерттеу барысында жасаған қорытындыларымызды **Nota bene** айдарында белгілеп отырамыз. *Nota bene* – латын тілінен аударғанда «**жақсылап есте сақта**» дегенді білдіреді».

II. Негізгі бөлім

2.1. Балалық шақты еске түсіру

(Жағымды сезімдерді ояту үшін өткен сәттерді еске түсіру. Westermann, Spies, Stahl & Hesse, 1996)

Педагог: Бір сәт балалық шағымызды еске түсірейік. Өзіңізді 7–8 жастағы кезіңізде елестетіңіз. Ол кезде алаңсыз, бақытты баласыз. Жаныңызда сізге қамқор болатын ересектер бар.

Анаңызбен бірге өткізген қандай сәттер сізді ерекше қуантатын еді? Мүмкін, есіңізге бір ғана оқиға немесе кішкентай бір сәт түсер. Бірақ дәл сол кезде анаңыздың сізді жақсы көретінін, қамқорлық танытатынын сезінген боларсыз. Сол сәтті көз алдыңызға елестетіңіз.

Жаттығу 1 минут бойы баяу, жағымды әуенмен орындалады. Өзінің балалық шағын еске түсіру ата-анаға баласымен қарым-қатынасына басқа қырынан қарауға мүмкіндік береді.

Жаттығудан кейін педагог мына сұрақты қояды: *Осы жаттығуды орындағанда қандай сезімде болдыңыз?*

Одан кейін ата-ана болған ересектердің есінде қалған және олардың тұлға болып қалыптасуына әсер еткен балалық шақтағы оқиғалар ұсынылады.

– Анам мектепте оқыған жылдарымның бәрінде мені қолдап жүрді. Бала кезімдегі түрлі ойларымды жүзеге асыруға қажет заттарды іздеп, дүкен аралайтын. Мен оқыған кітаптарды өзі де оқып, кейін оларды менімен бірге талқылайтын. Спорттық жарыстарыма келіп, маған жанкүйер болатын. Жаман түс көрген кездерімде қасыма жатып, ұйықтап кеткенімше басымнан сипайтын. Армандарыма жете алатынымды үнемі айтып отыратын. Күн сайын мені жақсы көретінін айтып, жиі құшақтайтын. Осындай сәттерде екеуіміз де бақытты едік. Анамның барына шексіз ризамын. *Радина*

– Бала кезімде ыдыстарды жинап жүріп, үлкен тәрелкені қолыма алғаным есімде. Ол қолымнан түсіп кетіп, сынып қалды. Тәрелке сервиздің бір бөлігі еді. Оны сындырып алғанымға қатты өкініп, жылап жібердім. Анам неге жылап тұрғанымды түсінбей, тәрелкені әдейі сындырдың ба деп сұрады. Мен кешірім сұрап: «Жоқ», – дедім. Сонда анам: «Тәрелке деген жай ғана зат қой. Сен оны көмектесемін деп жүріп байқамай сындырып алдың. Сол үшін саған ренжудің қажеті жоқ. Басқа тәрелке сатып аламыз», – деді. Осы сәт өмір бойы есімде қалды. Балаларым бір нәрсені байқамай бүлдіріп алса, мен де оларды ұрыспаймын. Осындай ұсақ-түйек жағдайларда да көңілімді түсірмеуге тырысамын. *Анаргүл*

– Бірде ағам менің жеке күнделігімді оқып алып, кейін оның қайда жатқанын анама айтып қойды. Анам ағама менің жеке дүниеме қол сұқпайтынын, өзім айтпайынша күнделігімді оқымайтынын айтты. Осындай түсіністік танытқаны үшін анама ризамын. Менің балаларым да олардың жазбаларын немесе достарымен хаттарын рұқсатсыз

оқымайтынымды біледі. Арамыз жақын, сондықтан бірге болғанымыз жақсы. *Жанар*

Сұрақтар: Бұл оқиғалар сіздің балалық шақтағы естеліктеріңізге ұқсай ма? Неліктен? Осы естеліктердің жылы әрі қуанышты болып сақталуына не себеп болды? (*Ата-аналардың жауаптары*)

Nota bene. Бұл оқиғалардың жылы әрі қуанышты естелік болып қалуына аналардың мына әрекеттері себеп болған: баланың жеке басын құрметтеу; сүйіспеншілігін ісімен көрсету.

2.2. «Шын мәнінде қалай болды?» топтық жұмысы

Тапсырма: Өмірден алынған жағдаяттармен танысыңыздар. Осындай жағдайда баламен жақсы қарым-қатынасты сақтап, өзіңіз де сабырлы болу үшін не істер едіңіздер?

Тапсырманы орындау үшін ата-аналар үш топқа бөлінеді. Әр топқа бір жағдаят және соған байланысты сұрақ беріледі.

1-топ. Ұлыңыз шашын жасыл түске бояғысы келді. Не істер едіңіз?

2-топ. Екінші сыныпта оқитын бала үйде дайындалған пайдалы тағамды жегісі келмейді, чипсы мен коланы таңдайды. Не істер едіңіз?

3-топ. Қызыңыз математикадан төмен баға алады. Математика – оның ұнатпайтын пәні. Не істер едіңіз?

Топтар жауаптарын айтып болғаннан кейін педагог осы жағдайларда аналардың шын мәнінде қалай әрекет еткенін таныстырады.

1-топ. Ұлы шашын жасыл түске бояғысы келді.

Ананың әңгімесі: Арнайы дүкеннен жасыл бояу сатып алдым. Бірақ баламның қою сары шашына түсі дұрыс шықпай, өзіне ұнамады. Сондықтан алдымен шашының түсін ашық алтын түске дейін ағартуға тура келді. Содан кейін бояу жақсы шықты: шашы ашық жасыл, кекілі

ұзын... Біздің қала үшін бұл тым батыл таңдау болғандықтан, жұрт бұрылып қарап, таңғалып жатты. Бірақ ұлым өз шешімінен бас тартқан жоқ, жаз бойы жасыл шашпен жүрді. Оқу жылы басталар алдында шашын қайтадан табиғи түсіне боядық. Ұлым 10 жаста.

2-топ. Екінші сыныпта оқитын бала үйде дайындалған пайдалы тағамды жегісі келмей, чипсы мен коланы таңдайды.

Ананың әңгімесі: Демалыс күндерінің бірінде балам екеуіміз бірге тамақ дайындадық. Тамақ жасап жүріп, оған тағам құрамындағы азық-түліктердің қызықты оқиғалары туралы өзім ойлап тапқан әңгімелерді айтып отырдым. Нәтижесінде ұлым осы тағамды ғана емес, басқа тағамдарды да өзі дайындай бастады. Кейде маған кешкі ас дайындап береді.

3-топ. Қызының математикадан бағасы төмен. Бұл – оның ұнатпайтын пәні.

Ананың әңгімесі: Өзім де математиканы жақсы білмеймін. Мектепте оқып жүргенде бұл пән маған қиын болатын. Қызым бірінші сыныпты математикадан «үштік» бағамен аяқтады. Екінші сыныптан бастап қиын тақырыптарды онымен бірге түсінуге күн сайын 20 минут уақыт бөле бастадым. Есепті дұрыс шығарған сайын өзім қуанып, қызымды да жігерлендіріп отырдым. Көп ұзамай оған менің көмегім қажет болмай қалды. Екінші сыныпты қызым жақсы нәтижемен аяқтады. Ең бастысы – математиканы жақсы көріп кетті.

Ортақ сұрақ: Осы жағдайлардың шешімін табуға не көмектесті?

(Ата-аналардың жауаптары)

Nota bene. Осы жағдайлардың шешімін табуға мыналар көмектесті: баланың қалауын түсініп, өзіңді оның орнына қоя білу; баланы дұрыс шешімге шығармашылық жолмен бағыттау; балаға қажет кезінде көмек көрсету.

2.3. «Ретімен орналастыр» жаттығуы

Педагог: Мына сөздерді өзіңіз үшін маңыздылығына қарай ретімен орналастырыңыз: балалар, жұмыс, күйеуіңіз (серігіңіз), өзіңіз, достар, туыстар.

Жаттығуды әр ата-ана жеке орындайды. Бұл тапсырма әр адамның өмірінде не маңызды екенін және сол қатарда өзіне қандай орын беретінін түсінуге арналған.

Тапсырма аяқталғаннан кейін өзін бірінші орынға, ал балаларын немесе күйеуін (серігін) екінші орынға қойған ата-аналар қол көтереді.

Педагог: Ұшақ ұшар алдында жолаушыларға қауіпсіздік ережелері түсіндіріледі. Соның бірі – ұшақ салонындағы ауа қысымы төмендеген жағдайда оттегі маскасын қалай пайдалану керектігі. Ереже бойынша ана алдымен масканы өзіне, содан кейін баласына тағуы керек. Өйткені анаға бірдеңе болса, балаға көмектесе алмай қалады.

Отбасында да ананың өз жағдайына көңіл бөлуі маңызды. Ана күш-қуаты жеткілікті болғанда ғана қиын жағдайда да, күнделікті өмірде де балаларына қолдау көрсете алады.

Одан кейін педагог тәжірибелі психологтар ұсынған маңыздылық ретін көрсетеді. (*А. Некрасова – қарым-қатынас саласындағы практик-психолог, С. Кубарева – практик-психолог, психотерапевт, Е. Ковшарова – қазақстандық практик-психолог*):

1. Мен
2. Күйеуім (серігім)
3. Балалар
4. Жұмыс
5. Достар, туыстар

Ортақ сұрақ: Ана өзіне деген қарым-қатынасында нені есте ұстауы керек? (*Ата-аналардың жауаптары*)

Талқылауға мына сұрақты ұсынуға болады: «Психологтердің пікірінше, әйел үшін күйеуі неліктен екінші орында болуы керек?»

Бұл сұрақты талқылау барысында әкенің денсаулығы мен көңіл күйі де баланың жақсы өмір сүруі үшін ананың жағдайы сияқты маңызды екенін, сондықтан әйелдің күйеуіне де қамқорлық танытуы қажет екенін түсіндіру маңызды.

Nota bene. Әр ана үшін өзін бағалап, өзіне де көңіл бөле білу маңызды.

2.4. «Шаршаған ана күш-қуатын қалай қалпына келтіреді?» ми шабуылы

Педагог: Әр ана осындай кезеңді бастан өткеретін шығар. Үй шаруасы, тамақ дайындау, балаға қарау, оның дамуына жағдай жасау және басқа да күнделікті тірліктер қатты шаршатады. Бұл ананың көңіл күйіне, күйеуімен қарым-қатынасына, балаларының эмоциялық жағдайына да әсер етуі мүмкін. Кейде ананың ештеңеге зауқы соқпай, күш-қуаты таусылып, отбасындағы тірлікті реттеуге шамасы келмей қалады. Осындай кезде күшті қалай қалпына келтіруге болады?

Осы сұраққа жауап беру үшін ми шабуылы ұсынылады.

Тапсырма: Өз тәжірибеңізге сүйеніп, көңіл күйіңізді жақсартуға және күшіңізді қалпына келтіруге көмектесетін тәсілдерді атаңыз. Қатысушылар арасынан бірнеше адам көмекші болып таңдалады. Олар ата-аналардың айтқан ұсыныстарын тақтаға жазады немесе басқа тәсілмен белгілеп отырады.

Ми шабуылы аяқталғаннан кейін тізімде, мысалы, мынадай тәсілдер болуы мүмкін: күлу, жымию, әзілдесу; жақсы әрі жағымды нәрселер туралы ойлау; бой жазу, бұлшық еттерді босаңсыту; бірнеше минут көз шырымын алу; терезеден сыртқа қарап, табиғатты тамашалау; бөлме гүлдеріне, фотосуреттерге және көңілге жылы басқа

да заттарға қарау; таза ауада тыныстау; өлең оқу; достармен кездесу; біреуді жай ғана мақтап, жылы сөз айту; бассейнге, жаттығу залына бару, йогамен немесе спортпен айналысу; өзіне сыйлық жасау; біраз уақыт жалғыз қалу; сүйікті ісімен айналысу.

Жұмыс соңында педагог адамның өзін жігерлендіріп, өзіне жылы сөз айта білуінің де маңызды екенін еске салады. Ол үшін күн ішінде өзіңізді кемінде 3–5 рет мақтап, айнаға қарап өзіңізге жақсы сөз айтуға уақыт табу маңызды. Мұны шаршаған кезде күш жинауға көмектесетін қарапайым тәсіл ретінде қолдануға болады.

Nota bene. Күш-қуатты сақтап, көңіл күйді жақсарту үшін қолда бар мүмкіндіктердің арасынан өзіңізге күш беретін нәрсені табу маңызды.

2.5. «Бақытты ананың чек-парағы» шығармашылық жұмысы

Педагог: Ал түрлі жағдайларға байланысты ана баласын жалғыз тәрбиелеуге мәжбүр болса, не істеуге болады?

Осы сұраққа жауап іздеу үшін француз аналарының тәжірибесімен танысып, одан белгілі бір ереже шығару ұсынылады. Ата-аналар бұған дейін құрылған топтарда жұмыс істейді.

Тапсырма: Француз аналарының тәжірибесімен танысыңыздар. Соның негізінде бақытты анаға арналған бір ереже құрастырыңыздар.

1-топқа. Француз аналарының тәжірибесінен Тіпті жағдайы жақсы, өзін жақсы көретін азаматпен бақытты отбасында өмір сүріп жатқан әйелдің өзі: «*Бір күні бәрі өзгеріп кетсе ше?*» – деп ойланғаны жөн. Қандай жағдай болса да, оның мамандығы, жұмысы немесе тұрақты табыс көзі болғаны дұрыс.

Француз аналары мұны, ең алдымен, бала үшін өте маңызды деп санайды. Француз әйелдері босанғаннан кейін жұмысқа ертерек

шығады. Өйткені бір күні баласын жалғыз тәрбиелеуге тура келсе, оны қажет нәрсенің бәрімен қамтамасыз ете алатынына сенімді болғысы келеді. Бұл – өмірге барынша шынайы қараудан туған ұстаным және ол күнделікті өмірде көп көмектеседі.

1-топ жұмысының нәтижесі, мысалы, мынадай болуы мүмкін: Бақытты ананың №1 ережесі: ананың өз табыс көзі болғаны дұрыс.

2-топқа. Француз аналарының тәжірибесінен. Жұмыс істегеніңіз үшін балаңыздың алдында өзіңізді кінәлі сезінудің қажеті жоқ. Мұндай сезім ештеңені өзгертпейді. Одан балаңызбен өткізетін уақытыңыз да көбеймейді.

Ең бастысы – бос уақытыңызда балаңызбен шын мәнінде бірге болу. Мысалы, серуенге шығып алып, телефонмен сөйлесіп жүру емес, сол уақытты балаңызбен бірге өткізу.

Жұмыста жүргенде бала үшін үнемі алаңдап, өзіңізді тек ана ғана емес, әріптес, дос, жар болғаныңыз үшін кінәлаудың қажеті жоқ. Балаңыздың жанында болған кезде ең маңыздысы – сабырлы болып, сол уақытты онымен бірге өткізу.

2-топ жұмысының нәтижесі, мысалы, мынадай болуы мүмкін: Бақытты ананың №2 ережесі: өзіңізді кінәлай бермеңіз.

3-топқа. Француз аналарының тәжірибесінен. Бұл – француз тәрбиесіндегі ең күрделі ережелердің бірі. Отбасындағы шешімді өзіңіз қабылдайтыныңызды түсіну маңызды. Сіз – отбасыңызға жауапты адамсыз. Бұл балаға үнемі өз дегеніңізді істетуге деген сөз емес.

Мүмкіндік болған жерде балаға еркіндік бересіз, оның пікірін ескеріп, қалауын тыңдайсыз. Бірақ соңғы шешімді өзіңіз қабылдайсыз. Осыны есте ұстаған жөн. Отбасыңызға қатысты шешімді бала да, ата-анаңыз да, мұғалім де, бала күтуші де емес, өзіңіз қабылдайсыз.

3-топ жұмысының нәтижесі, мынадай болуы мүмкін: Бақытты ананың №3 ережесі: отбасыға қатысты шешім қабылдау жауапкершілігін өз мойныңызға алыңыз.

Топтардың жұмыс нәтижелері осы бөлім бойынша жасалған қорытынды ретінде **Nota bene** айдарына енгізіледі.

III. Қорытынды бөлім

3.1. Зерттеу нәтижелері

Педагог: Бүгін біз өз тәжірибемізге үңіліп, балалық шақтағы естеліктерімізді еске түсірдік, ой қозғадық, шығармашылық тапсырмалар орындадық және басқа елдегі аналардың тәжірибесімен таныстық. Енді осы жұмыстың нәтижесін қорытындылайық.

Бүгінгі талқылаудан ана болудың бақытын сезіну үшін мына жайттарды есте ұстау маңызды екенін көрдік:

1. Өзіңді бағалау және өзіңе көңіл бөлу.
2. Баланың жеке басын құрметтеу.
3. Сүйіспеншілікті іс-әрекетпен білдіру.
4. Өзіңді баланың орнына қоя білу.
5. Баланы дұрыс шешімге шығармашылықпен бағыттау білу.
6. Қажет кезінде балаға көмек көрсету.
7. Көңіл күй мен күш-қуатты сақтау үшін өзіңе күш беретін нәрселерге уақыт бөлу.
8. Қалыптан тыс жағдайларда тиімді шешім таба білу.
9. Өзіңді дамыту және жетілдіру.

Педагог: Бүгін біз ананың бақытты алыстан іздеуінің қажеті жоқ екенін көрдік. Ол адамның өз бойында. Ең бастысы – сол бақытты сезіне білу. Ол үшін міндетті түрде «суперана» болудың қажеті жоқ. Қазақстандық психолог ғалымдар мен шетелдік зерттеушілердің пікірлері бір мәселеде үндеседі: мінсіз ана да, «суперана» да болмайды.

Біздің бүгінгі жұмысымыздан да осындай қорытынды шығаруға болады: мінсіз болуға тырысудың қажеті жоқ, ең маңыздысы – өзіңді де, баланды да тыңдай білу. Бүгінгі әңгімеміздің негізгі түйіні – осы.

Өміріңіздің әр таңы Ғани Баяновтың «Таң» картинасындай жарқын болсын. Бірақ ол – өзіңізге ғана тән бақытты ана бейнесі болсын.

Ізгі тілектер

Педагог қатысушыларға белсенді жұмысы үшін алғыс айтып, бүгін алған білімдері мен ой-түйіндері ана болу бақытын тереңірек сезінуге көмектессін деген тілегін білдіреді.

«Ана болудағы жетістік» сауалнамасы

№	Сұрақ	Иә	Жоқ
1	8 және 10 жастағы екі қызы бар ананың мамандығы сұранысқа ие, жұмысы да өте жақсы жүріп жатқан еді. Алайда балалары дүниеге келгеннен кейін ол жұмысын тастап, бар уақытын қыздарының тәрбиесіне арнады. Қыздарын беделді мектепке беріп, спорт секцияларына, үйірмелер мен түрлі қосымша сабақтарға өзі апарып жүрді. Осыншама еңбектен кейін қыздарынан үлкен жетістік күткені түсінікті еді. Бірақ олардың жетістіктері анасы күткендей болмады. Кіші қызы гуманитарлық пәндерді әрең меңгеріп жүр, ал сурет салумен көп айналысқан үлкен қызы көркемсурет мектебіне түсе алмады. Бір күні анасы өмірінің 10 жылын босқа өткізгендей сезінді. Сіз бұл пікірмен келісесіз бе?		

2	Ана балаға қатысты барлық мәселені өзі шешуі керек: оның күтімі, денсаулығы, білімі, дамуы, демалысы мен материалдық жағдайына жауап беріп, әрбір ұсақ-түйегіне дейін қадағалауы қажет. Сіз бұл пікірмен келісесіз бе?		
3	Анасының бала үшін жасаған еңбегі мен көрген қиындығын бала өз жетістіктерімен өтеуі керек. Сіз бұл пікірмен келісесіз бе?		

5–9-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ

Тақырыбы: «Әке болу – бала бақытының бастауы»

Мақсаты: ата-аналарға әке болудың мәні мен маңызын түсінуге, әкелік міндетті саналы әрі жауапкершілікпен атқаруға және қажет болған жағдайда өз әрекетін өзгертуге көмектесу.

Міндеттері:

- әке болудың адам өміріндегі жауапты кезең екенін, оның өзін дамытуға жаңа мүмкіндік беріп, баласының бақытты болуына ықпал ететінін түсінуге көмектесу;
- әкелерді отбасындағы беделін қалыптастырудың дұрыс жолдарын іздеуге ынталандыру;
- күнделікті өмірде кездесетін қалыптан тыс жағдайларда тиімді шешім табу дағдыларын дамыту.

Күтілетін нәтижелер

Ата-аналар:

- әкенің бала бақытына қосатын үлесі мен әке болудың мүмкіндіктерін түсінеді;

- отбасындағы әкелік беделін қалыптастырудың дұрыс жолдарын іздеуге ынталанады;
- қалыптан тыс өмірлік жағдайларда тиімді шешім табу дағдыларын дамытады.

Ұлттық құндылықтар мен тұлғалық қасиеттер: әділдік пен жауапкершілік, жасампаздық пен жаңашылдық, адамдармен қарым-қатынас жасау және бірлесе әрекет ету қағидаларын білу және түсіну, жағдайды талдау, оның ықтимал салдарын алдын ала болжай білу және негізді шешім қабылдау, балалармен сенімді қарым-қатынас орната білу.

Жоспар

I. Кіріспе бөлім

- 1.1. Сабақтың тақырыбына кіріспе
- 1.2. Тақырыпқа қатысты дәйексөзбен танысу
- 1.3. «Өз пікіріңді білдір» жаттығуы
- 1.4. «Басқаша айт» ойыны

II. Негізгі бөлім

- 2.1. Ми шабуылы
- 2.2. Топтық жұмыс
- 2.3. «Біреуі бәрі үшін» жаттығуы
- 2.4. Шағын пікірталас

III. Қорытынды бөлім

- 3.1. Бейнеролик көру
- 3.2. Ой бөлісу
- 3.3. Ізгі тілектер

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

Педагогке ұсыныс

5–8-сынып оқушыларына алдын ала, өз қалауы бойынша, «**Әкем туралы айтқым келеді**» тақырыбында шағын шығарма жазуды ұсыну қажет.

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Кіріспе бөлім

1.2. Дәйексөзбен танысу

Педагог XX ғасырдың басындағы көрнекті қазақ жазушысы, ақыны, ойшылы **Шәкәрім Құдайбердіұлының** сөздерін оқиды: *«Алаңсыз бақытым! Балалықтың бейкүнә қызығы, достарға деген сүйіспеншілік, үйге оралғанымда сезінетін әке-шешемнің аялы қамқорлығы...»*

Педагог: Шәкәрімнің сөзінде әке адам бақытының маңызды бір бөлігі ретінде айтылады. Неліктен? Баласы өзін бақытты сезінуі үшін әке қандай болуы керек? Бүгін осы сұраққа жауап іздейміз.

Жауап: **Әке – күш-қуаттың қайнар көзі, отбасының тірегі. Бұл – тек дене күші емес, эмоциялық және рухани күш.**

1.3. «Өз пікіріңді білдір» жаттығуы

Педагог ата-аналарға жағдаятты таныстырып, өз пікірлерін айтуды ұсынады.

Анасы тілін алмаған қызына ашуланып: «Әкең келсін, сені жазалайды», – деді. Бұл жерде әкенің беделі туралы айтуға бола ма? Әкенің шынайы беделі неден көрінеді? Өз пікіріңізді айтыңыз. (*Ата-аналардың жауаптары*)

Қорытынды. Баланың әкесін құрметтеуіне жағдай жасау маңызды, бірақ әкенің тарапынан агрессияға жол беруге болмайды.

Бұл қыз балаға қалай әсер етуі мүмкін? Әкесінің ашуынан немесе жазалауынан үнемі қорқу болашақта өз отбасында физикалық және психологиялық зорлық-зомбылыққа төзуіне әсер етуі мүмкін. Ал

әкесінің сүйіспеншілігін, қамқорлығы мен көңіл бөлгенін сезініп өскен қыз бала өзіне жасалған зорлық-зомбылықты, қорлау мен кемсітуді қалыпты жағдай деп қабылдамайды. Оның түсінігінде ер адам – мейірімді, кеңпейіл, күшті, бірақ агрессия көрсетпейтін әрі қорған бола алатын адам.

Әкесі мен қызының арасындағы жақсы қарым-қатынас қыздың болашақта өз отбасында дұрыс қарым-қатынас құруына көмектеседі. Әкенің агрессиясы ұл балаға да кері әсер етуі мүмкін. Бала болашақта әкесінің әрекетін қайталауы немесе, керісінше, өзіне деген сенімі төмен болып өсуі мүмкін.

1.4. «Басқаша айт» ойыны

Кестенің сол жағында әкенің бұйыру, қорқыту, кемсіту немесе кінәлау түрінде айтқан сөздері берілген. Сол сөздерді баланы құрметтеу мен оған деген сүйіспеншілікті білдіретін сөздермен алмастырыңыз.

Ойын ауызша өткізіледі.

Бұйыру, қорқыту, кінәлау, кемсіту түрінде айтылған сөздер	Құрмет пен сүйіспеншілікті білдіретін сөздердің үлгілері
Қоқыс шығар, құры отырмай!	Қоқыстан иіс шыға бастады. Шығарып тастамасақ, иісі үйге сіңіп кетеді.
Үніңді өшір!	Қазір сені түсіну маған қиын болып тұр. Біраз тыныштықта ойланып алсам бола ма?
Осылай жүрсең, көше сыпырып жүресің.	Сабағыңды қарамасаң, алға қойған мақсатыңа жету қиын болады.
Осыны да түсінбейсің бе?	Тағы бір рет түсіндіремін. Бұл жолы мұқият тыңдашы..
Телефоннан бас алмасаң, қоқысқа лақтырып жіберемін.	Маған сенің көмегің керек. Телефонды қоя тұрып, көмектесші. Бұл істі сен ғана жасай аласың.

Телефонда отыруды қой!	Сенімен бір қызық нәрсе туралы сөйлескім келеді. Алдымен саған бір нәрсені айтып алайын.
Сен үшін достарың туған әкеңнен де маңызды.	Сенің жағдайыңды, немен айналысып жүргеніңді білгім келеді. Жоспарларыңды айтып берші. Қолымнан келсе, көмектесемін.

Ойынға барлық ата-ана қатысады, жауап бергісі келгендер өз нұсқаларын айтады. Ата-аналарға көрсетілетін кестеде тек сол жақ баған толтырылады, ал оң жақ баған бос қалдырылады. Осы материалда оң жақ баған педагогке арналған жауап үлгілерімен берілген.

Қорытынды. Қай сөздер арқылы әке өз ойын балаға дұрыс жеткізе алады?

(Ата-аналардың жауаптары)

II. Негізгі бөлім

2.1. «Балаға қандай әке керек?» ми шабуылы

Тапсырма. Жақсы әкеге тән қасиеттерді бір сөзбен атаңыздар.

Педагог ата-аналар айтқан барлық жауапты тақтаға жазып отырады. Жұмыс аяқталғаннан кейін осындай әке болуға не көмектесетіні туралы ойлануды ұсынады. Содан кейін ата-аналар топтық жұмысқа көшеді.

2.2. Топтық жұмыс. «Әкеге тән тұлғалық қасиеттер»

Тапсырманы орындау үшін қатысушылар үш топқа бөлінеді. Экраннан кесте көрсетіледі.

№	Әкенің қазіргі әрекеті	Не өзгеруі керек?	Бала құрметтейтін әке
1	Тез ашуланады		Баласына көңіл бөледі
2	Берген уәдесін кейінге қалдыра береді		Уәдесінде тұрады
3	Баламен сөйлесуге		Бос уақытының көп

	мән бермейді		бөлігін арнайды	баласына
--	--------------	--	--------------------	----------

1-топ. Тапсырма

Тез ашуланатын әке сабырлы әрі баласына көңіл бөле білетін әке болу үшін не істеуі керек? Кестедегі №1 жолдың ортаңғы бағанын толтырыңыздар. Соңында әр топ өз ойын айтады.

2-топ. Тапсырма

Уәдесін үнемі кейінге қалдыратын әке сөзінде тұратын әке болу үшін не істеуі керек? Кестедегі №2 жолдың ортаңғы бағанын толтырыңыздар. Соңында әр топ өз ойын айтады.

3-топ. Тапсырма

Баламен сөйлесуге, бірге уақыт өткізуге қалай мүмкіндік табуға болады? Кестедегі №3 жолдың ортаңғы бағанын толтырыңыздар. Соңында әр топ өз ойын айтады.

Тапсырманы орындағанда жауапты кестеге жазу міндетті емес. Әр топ өз ойын А4 парағына жазып, кейін тақтаға іледі. Ата-аналар өз тәжірибесіне сүйеніп, тәрбие тәсілдерін, әкеге қажет қасиеттерді, баламен қарым-қатынас жасау жолдарын ұсына алады.

Мысалы: Тез ашуланатын әке баласына көңіл бөле білетін әке болу үшін сабыр сақтауға, өзін ұстай білуге, баланың сөзін мұқият тыңдап, оны түсінуге тырысуы керек. Баламен сөйлескенде құрмет пен түсіністік танытқан дұрыс.

Жұмыс соңында мынадай қорытынды жасауға болады.

Қорытынды. Әке өз мінезі мен ісіне мән беріп, өзін өзгерте білсе, баласының құрметіне ие болады. Әкенің беделі осылай қалыптасады. Оны қалыптастыруға көп уақыт кетуі мүмкін, ал жоғалтып алу оңай. Сондықтан әке берген уәдесінде тұрып, баласын тыңдап, уақыты аз болса да, онымен сөйлесуге және бірге болуға уақыт тапқаны жөн.

Мұндай қарым-қатынас балаға өзін қауіпсіз әрі бақытты сезінуге көмектеседі.

Педагог: Біз жақсы әкеге тән қасиеттерді талқыладық. Енді әкенің ұлы мен қызының бойына қандай қасиеттер дарыта алатынын қарастырайық.

2.3. «Біреуі бәрі үшін» жаттығуы

Педагог: Әр топтан бір адам шығып, тақтадағы кестені толтырады. Қай топ көбірек қасиет атаса, сол топ жеңеді.

Топ мүшелері кезекпен шығып, кестені толтырады.



1. Әке ұлының бойына қандай қасиеттерді қалыптастырады?

Болжамды жауаптар: ер азаматқа тән абырой, әйел адамды құрметтеу, жауапкершілікті өз мойнына алу, батылдық, қайсарлық, адалдық, шыншылдық, қиындыққа қарсы тұра білу, жеңіске ұмтылу және т.б.



2. Әке қызының бойына қандай қасиеттерді қалыптастырады?

Болжамды жауаптар: сүйіспеншілік, мейірімділік, өзін қабылдау, өзіне сену, әйелге тән абырой, қамқорлық, өзгенің сезімін түсіне білу және т.б.

Қорытынды

Педагог: Әкесінің сүйіспеншілігі мен қолдауын сезініп өскен ұл бала өзіне сенімді болады. Әке ұлына адалдықты, ержүректілікті, табандылықты, әділдік пен жауапкершілікті үйретеді. Отбасына қамқор болып, оны қорғай білу де әкенің үлгісі арқылы қалыптасады.

Әкесінің сүйіспеншілігі мен қамқорлығын көріп өскен қыз балада ер адамдарға деген дұрыс көзқарас қалыптасады. Кейін ол өз отбасында

жарына құрметпен қарап, үйде жылылық пен татулық орнатуға ұмтылады.

Шағын пікірталас

Педагог: Біз ұлына да, қызына да күн сайын көңіл бөліп, сүйіспеншілік пен қамқорлық көрсете білетін әкеге қандай қасиеттер қажет екенін бірге анықтадық.

Енді бір оқушының әкесі туралы жазған шығармасынан үзінді тыңдап көрейік. *(Оқушылар алдын ала жазған шағын шығармалар оқылады.)*

«Менің әкем – керемет әке! Ол мені жан-тәнімен жақсы көреді. Қандай жаздай болса да, көмекке келеді. Мен қанша жасқа келсем де, өмірінің соңына дейін мені қорғап, қолымнан ұстап өтетін адам – әкем. Әкенің орны анадан кем емес! Анам менің жан дүниеме жауап берсе, әкем сыртқы дүниеде қорғаным болады. Осы екеуі бір-бірін толықтырып тұрады.

Әкем – отбасымыздың тірегі. Отбасында сүйікті әкенің мықты қолдауы өте маңызды. Әкем – менің қорғаным әрі отбасының басшысы. Оның отбасындағы орны ерекше! Әке – мен үшін ержүректіліктің, батылдықтың, қамқорлық пен қорған болудың үлгісі!»

Педагог: Балаларыңыздың сіздерді қаншалықты жақсы көретінін осы сөздерден-ақ байқауға болады. Олар сіздерге деген шынайы сезімдерін осылай білдіреді. Бірақ кейде әкелердің баласына жеткілікті көңіл бөлуге мүмкіндігі бола бермейді. Бұл баланың көңіл күйіне қатты әсер етуі мүмкін.

Енді бейнеролик көрейік. «Бір сағат» бейнеролигін көру <https://www.youtube.com/watch?v=g0ZDRZ8dTeQ>

Қорытынды. Баланың бақытты болып өсуі үшін жанында оны тыңдауға әрдайым дайын, қажет кезде көмектесіп, қолдау көрсететін ересек адамның болғаны маңызды. Осындай әке – баласы үшін бақыттың бастауы.

III. Қорытынды бөлім

Әке туралы мақал-мәтелдер арқылы ой бөлісу

Педагог ата-аналарға әке туралы мақал-мәтелдерді пайдаланып, бүгінгі кездесуден алған әсерлерімен бөлісуді ұсынады. Бүгінгі кездесуден кейін балаңызбен қарым-қатынасыңызда нені өзгерткіңіз келеді немесе қандай жаңалық енгізгіңіз келеді?

5–9-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ

Тақырыбы: «Жасөспірімді зорлық-зомбылықтан қорғау: сенім мен жеке кеңістікті құрметтеу»

Мақсаты: жасөспірімді зорлық-зомбылықтан қорғау ережелерін түсіндіру, отбасында сенімді қарым-қатынас орнату және оның жеке кеңістігін құрметтеуге көмектесу.

Міндеттері:

- зорлық-зомбылықтан қорғану ережелерін білу, отбасында бір-біріне сену және жасөспірімнің жеке кеңістігін құрметтеу оның амандығы мен психологиялық тұрақтылығы үшін маңызды екенін түсіндіру;
- жасөспірімнің есейіп, дербес болуға ұмтылатынын ескере отырып, онымен қарым-қатынас жасаудың қолайлы жолдарын анықтауға көмектесу;
- ата-аналарға баламен берік қарым-қатынас орнатуда сенімнің қаншалықты маңызды екенін түсіндіру;
- жасөспірімнің жеке шекарасын белгілеуін ата-анасынан алыстау немесе қарсылық көрсету деп емес, есейіп келе жатқанының белгісі ретінде қабылдауға көмектесу;

- жасөспірімді мұқият тыңдап, онымен сыйластықпен сөйлесу дағдыларын дамыту.

Күтілетін нәтижелер

Ата-аналар:

- балаға өз шекарасын қорғауды үйретудің зорлық-зомбылықтың алдын алудағы маңызын түсінеді;
- жеке шекараның түрлерін (дене, эмоциялық, ақпараттық) және олардың баланың қауіпсіздігі мен өзін құрметтеуі үшін маңызын біледі;
- баланың жеке шекарасын құрметтеу және оның шекарасы бұзылған жағдайда дұрыс әрекет ету жолдарын меңгереді;
- бала тәрбиесінде өздері ұстанып жүрген гендерлік стереотиптерді аңғарады;
- баланың гендерлік сәйкестігіне, қызығушылығы мен қалауына қарамастан, оған қолдау көрсету жолдарын меңгереді.

Жоспар

I. Кіріспе бөлім

1.1. Тақырыптың өзектілігі

1.2. «Күту» жаттығуы

1.3. Шағын дәріс. «Жасөспірімнің жеке кеңістігі деген не?»

II. Негізгі бөлім

2.1. «Мен «Жоқ!» дегенде» жаттығуы

2.2. 3–4 адамнан топтық жұмыс. Сеніммен сөйлесу дағдыларын

үйрену

2.3. Топтық жұмыс. Жағдаяттарды талдау

2.4. «Құрметтеймін. Сенемін. Қолдаймын» рөлдік ойыны

III. Қорытынды бөлім. Рефлексия

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Кіріспе бөлім

1.1. Тақырыптың өзектілігі

Педагог: Бүгін біз баланың жеке кеңістігі туралы сөйлесеміз. Бір қарағанда бұл қарапайым тақырып болып көрінуі мүмкін. Алайда ол баланың қауіпсіздігіне, өзіне деген құрметіне, ата-анамен арадағы сенім мен сыйластыққа тікелей қатысты.

Ми шабуылы

Сұрақтар:

- Сіз үшін **жеке кеңістік** деген не?
- Өзіңіздің 10–14 жастағы кезіңізді еске түсіріңіз. Қандай сәттерде жалғыз қалғыңыз, ешкімнің мазаламағанын қалайтын едіңіз?
- Ондай мүмкіндік болмаған кезде өзіңізді қалай сезіндіңіз? (*Ата-аналардың жауаптары талқыланады.*)
- Енді осыны есіңізге түсіргенде, балаңыздың да осындай сезімдері болуы мүмкін екенін түсіне аласыз ба?
- Сіздің ойыңызша, баланың жеке кеңістігін қай жастан бастап құрметтеу керек?

Жауап нұсқалары:

- ✓ туғаннан бастап;
- ✓ 3 жастан бастап;
- ✓ мектепке барған кезден бастап;
- ✓ бала өзі жеке кеңістік қажет екенін айта бастаған кезден бастап.

Қорытынды. Бұл сұраққа қатысты пікір әртүрлі болуы мүмкін. Жеке кеңістік тек біреудің балаға тым жақын келмеуі немесе оған қол тигізбеуі ғана емес. Бала:

- өзі дайын болмаса, кейбір нәрсені айтпауға;
- құшақтағысы келмесе, «Қаламаймын!» деп айтуға;

- өз ойы мен қалауының болуына және жеке шекарасын белгілеуге құқылы.

Баланың жеке кеңістігі үнемі ескерілмесе, ол өз пікірі, сезімі мен денесіне қатысты шешімді өзі қабылдай алмайтындай сезінуі мүмкін. Мұндай жағдайда балаға өз шекарасын қорғау және өзіне жасалған дұрыс емес әрекетке қарсылық білдіру қиынға соғуы мүмкін.

1.2. «Күту» жаттығуы

Ата-аналарға стикерлер таратылады. Олар бүгінгі сабақтан не білгісі немесе не үйренгісі келетінін жазып, флипчартқа жапсырады.

1.3. Шағын дәріс. «Жасөспірімнің жеке кеңістігі деген не?»

Педагог ата-аналарға сұрақ қояды: «Баланың жеке кеңістігі мен жеке шекарасының айырмашылығы неде?»

Ұғым	Нені қамтиды?	Мысалдар
Жеке кеңістік	Өз аумағы, жеке заттары, өзіне арналған уақыты	Өз бөлмесі, гаджеті, жалғыз өткізетін уақыты
Жеке шекара	Сезімі, көңіл күйі, өзіне қатысты әрекеттер	«Маған айқайлама!», «Менің рұқсатымсыз мені құшақтағаныңды қаламаймын».

Жеке кеңістік

Жеке кеңістік – баланың немесе жасөспірімнің өзін қауіпсіз әрі еркін сезінетін, өзгелердің орынсыз араласуын қаламайтын жеке аумағы.

Мысалдар:

- өз бөлмесі немесе үйдегі өзіне тиесілі орын;
- сөмкесі, дәптері, күнделігі;
- телефоны мен жеке хаттары;
- жалғыз қалатын уақыты;

- жуынатын бөлмеде, дәретханада, киім ауыстырғанда жеке қалуы және т.б.

Яғни бұл – баланың **«өзімдікі»** деп санайтын және өзгелердің рұқсатсыз араласқанын қаламайтын дүниелері мен жеке уақыты.

Баланың жеке кеңістігін құрметтеу – оның өзін қауіпсіз сезінуіне, өзіне құрметпен қарайтынын түсінуіне және ересектерге сенуіне қажет маңызды шарт. <https://youtube.com/shorts/dkvbmihU--c?si=GIVTn3RgGddBkS-A>

Қазіргі кезде балалар ақпаратты өте көп қабылдайды, ортамен ерте араласа бастайды. Сонымен қатар отбасында, мектепте және интернетте зорлық-зомбылыққа тап болу қаупі де бар. Сондықтан олардың жеке кеңістігінің бұзылуына ерекше мән беру қажет.

Ересектер:

- ✓ балаға қол тигізерде оның келісімін сұрамаса;
- ✓ жеке хаттарын рұқсатсыз оқыса;
- ✓ «дос болсаң, бөлісуің керек» немесе «үлкенді сыйлау керек» деп, өзіне тиесілі сыйлығын, заттарын басқаларға беруге мәжбүрлесе, бала өзіне қатысты шешімді өзі қабылдай алмайтындай сезінуі мүмкін;
- ✓ баланың жеке кеңістігі мен шекарасын құрметтеген болып, іс жүзінде оны елемесе,

бұл балаға психологиялық тұрғыдан кері әсер етіп, оның өзін бағалауына және қауіпті жағдайда өзін қорғауына кедергі келтіруі мүмкін.

Баланың жеке кеңістігін құрметтеу – оның айтқанының бәріне келісе беру емес. Бұл баланың өз бетінше әрекет етуіне, өзін құрметтеуіне, өзінің және өзгенің шекарасын түсініп, сақтай білуіне көмектеседі.

Ата-аналар мен педагогтер үшін маңызды:

- ✓ балаға өзіне қажет жеке кеңістік беріп, таңдау жасауына мүмкіндік беру;
- ✓ баланың өзін жайсыз сезінгенін байқап, оған мән беру;
- ✓ жеке кеңістікті құрметтеуде өздері үлгі көрсету.

Неліктен жеке кеңістік пен жеке шекараны ажырата білу керек?

- Баланың жеке кеңістігін сақтап, бірақ жеке шекарасын бұзуға болады. Мысалы, бөлмесіне кірмегенімен, есіктің сыртынан айқайлау.
- Баланың өзіне жеке шекарасын сақтау қиын болса да, оған басқа адамның шекарасын құрметтеуді үйретуге болады.

II. Негізгі бөлім

2.1. «Мен «Жоқ!» дегенде» жаттығуы

Нұсқаулық. Қатысушылар жұппен жұмыс істейді. Қалаған жұп тақтаның алдына шығып орындайды. Біреуі – бала, екіншісі – ата-ана рөлінде болады.

1-жұп

Бала: «Мен сендермен қонаққа барғым келмейді. Үйде жалғыз қалғым келеді». Ата-ана баланы көндіруге тырысып, өз дегенін істетпек болады: «Қонаққа бәріміз бірге баруымыз керек. Сен де бізбен барасың!» Содан кейін рөлдер ауысады.

2-жұп

Жасөспірім қыз анасының оның шкафын жинағанын ұнатпайды: Қыз: «Заттарымды қалай жинауды өзім білемін. Маған осылай тұрғаны ыңғайлы!» Анасы: «Мына шашылып жатқан заттарыңды өзім жинап, дұрыстап қоямын! Неткен салақсың!». Содан кейін рөлдер ауысады.

Талқылауға арналған сұрақтар:

- Бала рөлінде болғанда өзіңізді қалай сезіндіңіз?

- Ата-ана рөлінде балаға өз дегеніңізді қалай орындатуға тырыстыңыз?
- Баланың «жөк» деген жауабын қабылдау бізге неліктен қиын?
- Қайсысы маңызды: шкафтың жинақы тұрғаны ма, әлде баламен жақсы қарым-қатынас па?

Қорытынды. Жасөспірім есейген сайын оның жеке кеңістікке деген қажеттілігі арта түседі. Сондықтан осы кезеңде ата-ананың баланың жеке кеңістігін түсініп, құрметтеуі маңызды.

Бейнероликті көру:

<https://youtube.com/shorts/pFjJTRiG9rY?si=v4wmRj5ecxnobl5Y>

Психологке сұрақ

Әр отбасында отбасы мүшелеріне ортақ және әр адамның өзіне тән шекарасы болады. Бұл жерде отбасының құндылықтарына негізделген дәстүрлері мен ережелерін де ескеру қажет.

Мысалы: «Біздің отбасымызда туған күн иесін құттықтау – қалыптасқан дәстүр». «Кішкентай балалар көп болатын қонаққа барғың келмейтінін түсінемін. Құттықтап, сый-құрметімізді білдірейік, содан кейін үйге қайтуыңа болады. Қаласаң, құттықтау жазып бер, біз жеткіземіз».

2.2. 3–4 адамнан топтық жұмыс. Сеніммен сөйлесу дағдыларын үйрену

Жадынама әзірлеу. «Айтпаған және жасамаған дұрыс»
(Таратпа материал – толтыруға арналған кесте.)

Жағдай	Айтпаған дұрыс	Дұрыс жауап үлгісі
Үйде белгіленген тәртіпті сақтамады	«Менің үйімде тұрып жатқан соң, менің айтқанымды істейсің!»	
Бала өз бөлмесін өзгерткісі келді:	«Тағы не ойлап	

жиһаздың орнын ауыстырды, түсқағазды өз талғамына сай ауыстыруды сұрады	таптың?»	
Ата-анасы ренжісіп қалды. Жасөспірім не болғанын білгісі келіп, сұрақ қоя бастады	«Сен әлі баласың, ештеңе түсінбейсің. Араласпай-ақ қой!»	
Әлинаньң ата-анасы оған телефонды қалағанынша пайдалануға және қалаған уақытында ұйықтауға рұқсат береді. Оның өз бөлмесі бар	«Сені асырап, киіндіріп отырған мен ғой!»	

Талқылауға арналған сұрақтар: Қандай әрекеттер жасөспірімнің ата-анасына деген сенімін жоғалтып, жеке кеңістігінің бұзылуына әкеледі? Ата-ана ашуын тежеп, балаға дұрыс жауап беру үшін не істегені жөн?

Қорытынды: Жасөспірімнің әрекеті ашуыңызды келтірсе, не істеген жөн?

- ✓ Алдымен өзіңізді тоқтатыңыз.
- ✓ Бірден жауап бермей, біраз кідіріңіз. Әсіресе ашуланып тұрсаңыз, асығыс сөйлеп қалмаңыз.
- ✓ «Кейін сөйлесейік, мен сәл басылайын», – деп айтуға болады.
- ✓ Баланың не істегеніне ғана емес, оған не себеп болғанына да назар аударыңыз.
- ✓ Өзіңізге: «Мен баламнан шын мәнінде не күтемін? Маған не жетіспейді?» – деген сұрақ қойыңыз. Мысалы, сыйластық, жауап, алғыс, көмек және т.б.

Есте сақтаңыз! Жасөспірім әлі ересек емес. Ол еркін болуды үйреніп жүр, бірақ өзін әрдайым ұстай алмауы мүмкін. Ал ата-ана өзін ұстай білсе, балаға да соны үйретеді. Тәрбиенің мәні де осында.

«Жасөспірімнің ата-анасына сенімін не арттырады?» жадынамасы

Баламен тіл табысуға көмектесетін сөздер:

- «Сөйлескің келсе, мен тыңдаймын».
- «Мен келіспесем де, сенің өз пікірің болуға құқығың бар».
- «Өзіңді қалай сезініп жүргенің мен үшін маңызды».
- «Маған айтқаның үшін рақмет. Мұны менімен бөліскенің мен үшін маңызды».
- «Сенің қолыңнан келеді. Мен саған сенемін!»
- «Қазір сөйлескің келмесе, түсінемін. Қалаған кезінде сөйлесерміз».
- «Мұның сен үшін қаншалықты маңызды екенін түсінгім келеді. Айтып бересің бе?»
- «Мен саған емес, сені уайымдап ашуланып отырмын...»
- «Мен сені сөкпеймін. Кел, не болғанын бірге түсінейік».

Сенім мынадан қалыптасады: Ата-ананың сөзі мен ісінің бір жерден шығуынан – жасөспірім ата-анасынан не күтуге болатынын біледі; ашық әңгімеден – ата-ана баланы кінәламай, өз сезімін айта алады; қателесуге мүмкіндік беруден – бала қателессе де, өзін кемсітпейтінін немесе одан теріс айналмайтынын біледі; шешімді бірге қабылдаудан – ата-ана бұйырып, бақылаудың орнына баламен ақылдасады.

2.3. Топтық жұмыс. Жағдаяттарды талдау

1-жағдаят

Анасы үй шаруасын еске салу үшін ұлының бөлмесіне есік қақпай кіре береді. Бұған жасөспірім ашуланады, үндемей қалады, кейде қатты сөйлеп кетеді.

Талқылаңыздар: Мұндай кезде жасөспірім не сезінуі мүмкін? Мұндай жағдай баланың зорлық-зомбылықтан өзін қорғауына қалай әсер етуі мүмкін?

2-жағдаят

Әкесі «жасөспірімдер қиын жағдайға тап болып қалуы мүмкін» деп, ұлына айтпай телефонындағы хаттарын оқиды. Мұны білген ұлы әкесімен сөйлеспей қояды.

Талқылаңыздар: Осыдан кейін баланың әкесіне деген сенімі не болады? Баланы жасырын бақылаудың орнына не істеуге болады? Әкесінің бұл әрекеті баланың зорлық-зомбылыққа тап болу қаупін арттыра ма, әлде азайта ма? Әке мен баланың қайта тіл табысуына не көмектеседі?

3-жағдаят. Музыка және сыртқы келбет

Жасөспірім ауыр музыка тыңдай бастады, қара түсті киім киіп, өзгеше макияж жасайтын болды. Ата-анасы бұған алаңдап, «бәріне тыйым салғысы» келеді.

Талқылаңыздар: Ата-анасының мұндай шешімін жасөспірім қалай қабылдауы мүмкін? Оның сыртқы келбеті мен жаңа қызығушылықтарын сынамай, арадағы байланысты қалай сақтауға болады? Қай кезде бұл жасөспірімнің өз талғамын білдіруі, ал қай кезде алаңдауға себеп болатын жағдай?

4-жағдаят. Ата-анасының бірімен араласудан бас тарту

Ажырасқаннан кейін ата-анасы бөлек тұрады. Жасөспірім «шаршадым» деп, ата-анасының бірімен араласқысы келмейді. Ал ата-анасы уайымдап, оны кездесуге мәжбүрлемек болады.

Талқылаңыздар: Жасөспірімнің бұлай деуінің себебі не болуы мүмкін? Осындай жағдайда баланың сеніміне қалай ие болуға болады? Ата-ана кездесуді талап етіп, бала амалсыз көнсе, не болуы мүмкін? Мұның салдарынан баланың зорлық-зомбылыққа тап болу қаупі артуы мүмкін бе?

2.4. «Құрметтеймін. Сенемін. Қолдаймын» рөлдік ойыны

Нұсқаулық: Қатысушылар үш адамнан топтасады: ата-ана, жасөспірім, бақылаушы. Берілген жағдай екі рет ойналады. Алдымен ата-ана баланың таңдауына қарсы шығады, кейін оны түсініп, қолдау білдіреді.

Талқылауға арналған сұрақтар: Жасөспірім рөлінде болғанда қандай сезімде болдыңыз? Ата-ананың қандай сөзі баланың сенімін жоғалтпай, онымен сыйластықты сақтауға мүмкіндік берді?

Барлық көрініс аяқталғаннан кейін қатысушылар пікір алмасады.

1-жағдаят. «Сен қызсың ғой! / Сен ұлсың ғой!» (Гендерлік стереотиптерден арылу)

Жасөспірім үйге келіп, көпшілік қыздарға немесе ұлдарға тән емес деп санайтын іспен айналысқысы келетінін айтады.

Қыз: «Мен боксқа қатысқым келеді».

Ұл: «Мен биге қатысқым келеді. Заманауи би маған қатты ұнайды».

Ата-ананың орынсыз жауабы:

«Сен қызсың ғой! / Сен ұлсың ғой! Бұл саған лайық емес. Басқа іспен айналыс!»

Қолдау білдіретін жауап:

«Саған осы іс ұнайды екен. Мен саған қалай көмектесе аламын?»

Барлық ата-ана бақылаушы болады.

Педагог: Сіздер осындай жағдайда балаға қалай жауап берер едіңіздер?

Талқылау.

Қорытынды. Мұндай жағдайда баланың қызығушылығына құрметпен қарап, оған қолдау білдірген жөн.

«Өзіңе ұнайтын істі таңдағаныңа қуаныштымын. Кел, бірге ақылдасайық». Баланың таңдауын құрметтеу оның өзіне деген сенімін нығайтып, жеке шекарасын сақтай білуіне көмектеседі.

III. Қорытынды бөлім. Рефлексия

«Бүгін не түйдім?» жаттығуы

Педагог: Бүгінгі сабаққа белсенді қатысып, пікірлеріңізді ашық айтқандарыңыз үшін рақмет!

Бүгін біз жасөспірімнің жеке кеңістігін құрметтеу жай ғана ереже емес екенін білдік. Бұл – ата-ана мен бала арасындағы сенімнің негізі. Ата-анасының өзін тыңдайтынын, түсінетінін және қолдайтынын сезінген жасөспірім біртіндеп өз бетінше әрекет етуге үйреніп, өзіне сенімді бола түседі.

Балаңызды үнемі бақылауда ұстауға тырыспай, оның сөзін тыңдап, ойын түсінуге мән беріңіз. Сөзін сынамай тыңдаңыз, өз пікіріңізді күштеп таңбаңыз, оның таңдауына құрметпен қараңыз. Кінәламай, қолдау көрсетіңіз. Өйткені жасөспірім үшін ата-анасының жанынан табылып, қажет кезінде қолдау көрсетуі өте маңызды.

Сұрақтарыңыз немесе қиындықтарыңыз болса, ата-аналарды педагогикалық қолдау орталығына хабарласа аласыздар.

Келесі сөйлемдерді аяқтаңыздар:

- Бүгін мені толғандырған / таңғалдырған / ойландырған нәрсе – ...
- Баламның жеке кеңістігін соңғы рет қашан саналы түрде құрметтедім?
- Бүгін мен ... түсіндім.
- Енді ... бастап көргім келеді.

Ата-аналар жауаптарын жазып, тақтаға іледі.

5–9-сынып оқушыларының ата-аналарына арналған сабақ

Тақырыбы: «Қазіргі жасөспірім: алаңдататын белгілер және одан қорғау жолдары»

Мақсаты: ата-аналардың цифрлық қауіпсіздік жөніндегі білімін кеңейту, цифрлық іздің бала қауіпсіздігіне әсерін түсіндіру, интернеттегі зорлық-зомбылықты ажыратып, оның алдын алу жолдарын үйрету.

Міндеттері:

- жеке мәліметтерді қорғаудың маңызын түсіндіру, оларды қауіпсіз сақтау және беру жолдарын көрсету;
- интернеттегі зорлық-зомбылықтың түрлерін ажыратуды және одан қорғану жолдарын үйрету;
- отбасында интернетті қауіпсіз пайдалану ережелерін белгілеу.

Жоспар

I. Кіріспе бөлім

1.1. Тақырыпқа кіріспе

1.2. Шағын сауалнама

1.3. Әңгімелесу

II. Негізгі бөлім

2.1. Жұптық жұмыс. «Цифрлық із: түсіну және қорғау»

2.2. Топтық жұмыс. «Интернеттегі зорлық-зомбылық: түрлерін ажырату және қорғану»

2.3. «Ашық әңгіме» жаттығуы

III. Қорытынды бөлім

3.1. Шағын сауалнама

3.2. Үй тапсырмасы. «Отбасымыздың цифрлық келісімін жасаймыз»

Ресурстар: презентация, сауалнама парақтары (1-қосымша), таратпа карточкалар (2-қосымша), А4 қағазы, қалам, қарындаш, флипчарт, маркерлер.

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Кіріспе бөлім

1.1. Тақырыпқа кіріспе

Қазіргі жасөспірімдер күн сайын ақпараттың көптігіне, әлеуметтік желінің ықпалына, кибербуллингке, мазасыздыққа тап болуы мүмкін. Осындай жағдайда ата-ана баланың бойындағы алаңдататын өзгерістерді дер кезінде байқағаны жөн. Көңіл күйінің күрт өзгеруі, тұйықталуы, сабақ үлгерімінің төмендеуі, виртуалды әлемге шамадан тыс әуестенуі – назар аударуды қажет ететін белгілер.

Баламен сенімді қарым-қатынас орнатып, ашық сөйлесу, оны мазалаған мәселелерді бірге талқылау жасөспірімді түрлі қауіптен қорғауға және айналасындағылармен қауіпсіз қарым-қатынас жасауына көмектеседі.

1.2. Шағын сауалнама (1-қосымша)

Педагог сауалнама арқылы ата-аналардың бала қауіпсіздігі туралы не білетінін анықтайды. Сұрақтар жазылған парақтарды таратады. Ата-аналар жауап беріп болған соң, парақты аударып, үстелдің шетіне қояды.

1.3. Әңгімелесу

- ✓ Балаңыз интернетте күніне қанша уақыт өткізеді?
(Зерттеулерге сүйенсек, жасөспірімдердің шамамен 40%-ы интернетте күніне 4 сағаттан артық уақыт өткізеді. Бұл олардың психикалық денсаулығына кері әсер етуі мүмкін.)

- ✓ Сіздің ойыңызша, жасөспірімдердің қанша пайызы кибербуллингке тап болған немесе оның зардабын көрген? (60%.)
- ✓ Жалған сайт пен шынайы сайтты ажырата аласыз ба? Ал балаңыз ше? *(Балалардың 30%-дан астамы жалған сайт пен шынайы сайтты ажырата алмайды. Сондықтан олар алаяқтарға алданып қалуы мүмкін.)*
- ✓ Балаңыздың қандай сайттарға кіретінін білесіз бе? *(Жасөспірімдердің шамамен 50%-ы кіретін сайттарын ата-анасынан жасырады және жасына сай келмейтін материалдарға жиі тап болады.)*

II. Негізгі бөлім

Цифрлық із – адамның әлеуметтік желілерді, іздеу жүйелерін, онлайн ойындарды және басқа да цифрлық платформаларды пайдаланған кезде интернетте қалдыратын ақпараты.

Жасөспірімдер интернеттегі әрекетінің кейін қандай салдары болуы мүмкін екенін үнемі ескере бермейді. Сондықтан ата-ана балаға интернеттегі өзі туралы ақпаратқа жауапкершілікпен қарауды үйреткені жөн.

2.1. Жұптық жұмыс. «Цифрлық із: түсіну және қорғану»

Әр жұпқа цифрлық іздің бір түрі жазылған карточка беріледі: әлеуметтік желідегі жазбалар, іздеу сұраулары, лүпілдер, пікірлер, геолокация, интернет арқылы жасалған сатып алулар және т.б. Қатысушылар 5 минут ішінде жұппен талқылайды: бұл ақпаратты кім көре алады, қандай қауіп төнуі мүмкін, адамның беделі мен қауіпсіздігіне қалай әсер етуі мүмкін.

Содан кейін әр жұпқа өз ойын айтуға 2 минут беріледі. Қалған қатысушылар қосымша пікір айтып, өмірден мысал келтіре алады.

2.2. Топтық жұмыс. «Интернеттегі зорлық-зомбылық: ажырату және қорғану» (2-қосымша)

Ата-аналар 2–3 адамнан топқа бөлінеді.

Әр топқа интернеттегі зорлық-зомбылықтың бір түрі беріледі: кибербуллинг, харассмент, алаяқтық, жеке мәліметтерді тарату, алдау және мәжбүрлеу, груминг, сексуалдық сипаттағы зорлық-зомбылық, белгілі бір белгісіне қарай кемсіту және қудалау.

Талқылауға арналған сұрақтар:

- Интернеттегі зорлық-зомбылықтың бұл түрі қалай көрінеді?
- Оның жасөспірімге қандай қаупі бар?
- Баланың осындай жағдайға тап болғанын қандай белгілерден байқауға болады?

Осы қауіптен баланы қорғау үшін ата-ана не істей алатыны туралы 3 нақты кеңес дайындаңыздар.

Тапсырманы орындап болған соң, әр топ өз жауабын айтады. Қалған қатысушылар өз пікірін қосып, өмірден мысалдар немесе пайдалы ақпарат көздерін ұсына алады.

2.3. «Ашық әңгіме» жаттығуы (3-қосымша)

Нұсқаулық: Қатысушылар жұпқа бөлінеді: біреуі – жасөспірім, екіншісі – ата-ана. Әр жұпқа жағдаят жазылған карточка беріледі (3-қосымша).

Ата-ана рөліндегі қатысушы жасөспірімге осы жағдайда оның қандай құқығы мен жауапкершілігі бар екенін түсіндіреді. Ақыл айтып, өз дегеніне көндіруге тырыспай, сұрақ қойып, баламен әңгімелескені дұрыс. Әңгіме барысында сабырлы сөйлесуге және бір-бірін түсінуге көмектескен сөздер мен тіркестерді жазып отырады.

5 минуттан кейін қатысушылар кезекпен өз әсерін айтады: әңгімелесуге не көмектесті, не кедергі болды, нені басқаша жасауға

болар еді. Педагог жасөспіріммен сыйластықпен әрі түсінікті сөйлесуге көмектесетін негізгі тәсілдерді флипчартқа жазып отырады.

III. Қорытынды бөлім

3.1. Шағын сауалнама (9-қосымша)

Ата-аналардың бала қауіпсіздігі туралы түсінігін қайта анықтау үшін сабақ басында толтырған сауалнама тағы бір рет жүргізіледі.

Педагог алғашқы жауабын өзгерткен ата-аналарға өз пікірін айтуға мүмкіндік береді.

3.2. Үй тапсырмасы. «Отбасымыздың цифрлық келісімін жасаймыз»

Жасөспірімнің интернетті қауіпсіз әрі жауапкершілікпен пайдалануына көмектесетін отбасылық келісім жасаңыздар.

Ата-ана мен бала интернетті қауіпсіз пайдалану үшін қандай ережелер қажет екенін бірге талқылайды. Әрқайсысы өз ұсынысын айтады. Содан кейін екі жақ та орындайтын ережелерді келісімге енгізеді. Дайын келісімге қол қойып, қажет болған жағдайда оның шарттарын қайта қарап отыруға келіседі.

Үлгі: Отбасылық цифрлық келісім

Біз, [ата-ананың аты] және [жасөспірімнің аты], мына ережелерді сақтауға келісеміз:

Мен, жасөспірім:

- жеке немесе интимдік суреттерімді ешкімге жібермеймін;
- қауіпті жағдайға тап болсам, оны ата-анамнан жасырмаймын;
- күмәнді адамдармен сөйлеспеймін;
- бір нәрсе мазаласа, оны ата-анама айта алатынымды білемін.

Мен, ата-ана:

- интернетті себепсіз пайдалануға тыйым салмаймын, сұрақ туындаса, түсінуге көмектесемін;

- жасөспірімнің жеке кеңістігін құрметтеймін, қажет кезде көмектесуге дайынмын;
- қателігі үшін сынамаймын, оны қайталамаудың жолын түсіндіремін;
- баламды жақсырақ түсіну үшін оның интернетте немен айналысатынына қызығушылық танытамын.

Күні: _____

Жасөспірімнің қолы: _____

Ата-ананың қолы: _____

(3-қосымша)

Досың әлеуметтік желідегі парақшаның құпиясөзін сұрады. Құпиясөзді басқа адамға берудің қандай қаупі бар? Оның орнына не істеуге болады? Досыңа ренжітпей қалай «жоқ» деуге болады?	Біреу сен туралы жалған ақпарат таратып жүр. Мұндай жағдайда қандай құқығың бар? Не істеген дұрыс?		
Интернет-дүкен немесе қосымша телефон нөмірің мен мекенжайыңды сұрады. Қандай мәліметті беруге болады, ал қай мәліметті жарияламаған дұрыс?	Интернетте жаңа адаммен танысып, сөйлесіп жүрсің. Қандай жағдайда сақ болған жөн? Қауіпті болуы мүмкін әрекеттерді қалай байқауға болады?		
Саған интернет арқылы ақша табуды ұсынды. Оның алаяқтық емес екенін қалай білуге болады? Қандай ережелерді есте ұстаған жөн?	Құжаттарыңды тексеру үшін сені тоқтатты. Мұндай жағдайда қандай құқығың бар? Өзіңді қалай сабырлы әрі сенімді ұстауға болады?		

Сені күмәнді іске қатысуға үгіттеп жатыр. Өзіңді қалай қорғауға және келіспейтініңді қалай түсіндіруге болады?	Жеке суреттерің мен ойларыңды интернетке жариялағың келеді. Оны жарияламас бұрын кейін қандай салдары болуы мүмкін екенін қалай бағалауға болады?		
--	---	--	--

5–9-сынып оқушылары мен ата-аналарына арналған

бірлескен сабақ

Тақырыбы: «Зорлық-зомбылыққа жол жоқ: жеке шекаранды біл, өзіңді қорғай біл!»

Мақсаты: жасөспірімдерге зорлық-зомбылықтың не екенін түсіндіру, жеке шекараның маңызын ұғындыру және күнделікті өмірде өз шекарасын қорғай білу дағдыларын қалыптастыру.

Міндеттері:

- қауіпсіздік пен зорлық-зомбылық ұғымдарын салыстыра отырып, зорлық-зомбылықтың әр түрінен төнетін қауіпті түсіндіру және қауіпті жағдайларды ажырата білуге үйрету;
- жеке шекара және оны бұзатын әрекеттер мен қарым-қатынас түрлерін талқылау;
- бас тартудың, өзін қорғаудың және көмек сұраудың сенімді жолдарымен таныстыру;
- жеке шекара бұзылған жағдайларды байқап, оны ашық айта білу дағдыларын дамыту;
- зорлық-зомбылыққа тап болғанда немесе сондай қауіп төнгенде не істеу керектігін және кімнен көмек сұрауға болатынын үйрету.

Жоспар

I. Кіріспе бөлім

1.1. Амандасу. Қауіпсіздік ережелері

1.2. Шағын диагностикалық тест

1.3. Тақырыпқа қызығушылық ояту

II. Негізгі бөлім

2.1. Ақпараттық бөлім

2.2. «Менің жеке шекарам»

2.3. «RED FLAG»: зорлық-зомбылықты ерте байқауға көмектесетін белгілер

2.4. Зорлық-зомбылыққа қатысты жағдаяттар: қалай ажыратамыз, не істейміз?

2.5. Қауіпті жағдайда әрекет ету және өзін қорғау жолдары

III. Қорытынды бөлім

3.1. Қорытынды диагностика

3.2. «Бүгін өзім үшін не түйдім?» рефлексия шеңбері

3.3. «Қолдау сөзі» қорытынды жаттығуы

3.4. Сабақты қорытындылау

Ресурстар: презентация, сурет үлгілері.

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

Педагогке арналған әдістемелік ұсыным

Маңызды! «Зорлық-зомбылыққа жол жоқ: жеке шекаранды біл, өзіңді қорғай біл!» сабағы үлгі ретінде беріліп отыр. Сабақты:

- ✓ қатысушылардың жасына (кіші немесе ересек жасөспірімдер);
- ✓ топтың ашық әңгімеге қаншалықты дайын екеніне;
- ✓ қатысушылардың көңіл күйіне;
- ✓ сыныптағы нақты жағдайға (мысалы, бұған дейін болған оқиғалар, жағымсыз тәжірибе және т.б.)

қарай бейімдеуге болады.

Педагог қажет болған жағдайда:

- тапсырмалар мен сұрақтарды басқаша құрастыра алады;
- талқылауды топпен, жеке немесе жасырын түрде өткізе алады;
- әр бөлімге бөлінетін уақытты өзгерте алады;
- тақырыптың қаншалықты терең талқыланатынын қатысушылардың жағдайына қарай белгілей алады;
- қатысушылардың көңіл күйін жеңілдету үшін ойын элементтерін немесе бір-біріне сенім артуға көмектесетін жаттығуларды көбейте алады.

Сабақтың мақсаты өзгермеуі керек: жасөспірімдерге зорлық-зомбылықтың не екенін түсіндіру, жеке шекараның маңызын ұғындыру, өздерін қорғау және өзгеге қолдау көрсету жолдарын үйрету.

Осындай икемділік сабақты нақты сыныптың жағдайына сай, әдепті әрі нәтижелі өткізуге мүмкіндік береді.

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Кіріспе бөлім

1.1. Амандасу және қауіпсіздік ережелері

Педагог: Сәлеметсіңдер ме, балалар! Бүгін біз қауіпсіздік пен зорлық-зомбылық туралы сөйлесеміз. Бұл – әрқайсымыз үшін маңызды тақырып. Бүгінгі әңгіме өзімізді және достарымызды қауіпті жағдайдан қалай қорғауға болатынын түсінуге көмектеседі. Әңгімелесу барысында мына ережелерді сақтаймыз:

- Ойымызды ашық әрі әдеппен айтамыз.
- Ешкімді кінәламаймыз, сөкпейміз.
- Осы жерде айтылған жеке әңгімелерді басқа жерде айтпаймыз.
- Жауап бергің келмейтін сұраққа жауап бермеуге болады.

1.2. Шағын диагностикалық тест (Google Forms)

1. Жеке шекара дегеніміз не?

- а) Қалағаныңды істей беруге болатын орын.
- ә) Адам өзін жайлы әрі қауіпсіз сезінетін шек.
- б) Басқа адамның өміріне араласу құқығы.
- в) Өз қалауыңды басқа адамға орындату мүмкіндігі.

Дұрыс жауап: ә)

2. Төмендегілердің қайсысы зорлық-зомбылық түрлеріне жатады?

- а) Физикалық және психологиялық зорлық-зомбылық.
- ә) Тек физикалық зорлық-зомбылық.
- б) Интернеттегі жағымсыз сөздер ғана.
- в) Дене күшін қолдану және киберзорлық-зомбылық.

Дұрыс жауап: а) және в) (Берілген нұсқаларда зорлық-зомбылықтың әртүрлі түрлері көрсетілгенін түсіндіруге болады.)

3. Біреу сенің жеке шекараңды бұзса немесе саған зорлық-зомбылық көрсетсе, не істеу керек?

- а) Үндемей, бәрі өзінен-өзі тоқтайды деп күту.
- ә) Өзіңді қорғауға тырысу, «Тоқта!» деп айту және ересек адамнан көмек сұрау.
- б) Оған дәл солай жауап беріп, мәселені күшпен шешу.
- в) Мәселе туындамасын деп, мән бермеу.

Дұрыс жауап: ә)

1.3. Тақырыпқа кіріспе

Сендердің ойларыңша, неліктен кейбір балалар өздеріне не болып жүргенін ешкімге айтпайды?

Педагог: Мынадай жағдайды елестетіндер. Сыныптағы бір баланы қатарластары мазақтап, итереді. Чатта да оған ренжітетін

сөздер жазады. Бірақ ол ешкімге айтпайды. Өйткені айтса, жағдай одан сайын қиындап кетеді деп қорқады.

Осы сыныптағы бір қыз үйіне баруға қорқады. Себебі үйінде оған жаман қарым-қатынас жасайды. Бірақ ол да бұл туралы ешкімге айтпайды. Өйткені оны түсінбейді немесе сөзіне сенбейді деп ойлайды.

Сұрақ: Сендердің ойларыңша, бұл балалар неге үндемей жүр? (Балалардың жауаптары.)

Бұл екі бала әртүрлі жағдайда зорлық-зомбылыққа тап болып жүр: бірі – мектепте, екіншісі – үйде. Бірақ екеуі де бұл туралы айтуға қорқады. Осындай жағдайда адамның *жеке шекарасы* бұзылады.

Зорлық-зомбылыққа тап болған адам қорқуы, ұялуы, ренжуі мүмкін. Кейде оған үндемеген дұрыс сияқты көрінеді. Бірақ болған жағдайды ешкім білмесе, зорлық-зомбылық жалғаса беруі мүмкін.

Жеке шекара – адамның өзіне қатысты қандай әрекетке жол беруге болатынын, ал қандай әрекетке жол беруге болмайтынын білдіретін шек. Біреу сені ренжітсе, қорласа, өзін қаламайтын немесе жаныңды ауыртатын әрекетке мәжбүрлесе, сенің жеке шекараң бұзылады.

Бүгін біз зорлық-зомбылықты қалай тануға болатынын, жеке шекарамызды қалай қорғау керектігін және осындай жағдайға өзіміз немесе досымыз тап болса, не істеуге болатынын талқылаймыз.

II. Негізгі бөлім

2.1. Ақпараттық бөлім (әңгімелесу түрінде)

Педагог: Зорлық-зомбылық деген сөзді жиі естіміз. Ал сендер оны қалай түсінесіңдер? Зорлық-зомбылықтың қандай түрлерін білесіңдер? Мысалы, физикалық зорлық-зомбылық деген не? Ал киберзорлық-зомбылық туралы не білесіңдер?

Балалардың жауаптарына қарай педагог түсіндіріп, толықтырады:

Сұрақтар:

- Біреудің саған күш көрсетуіне немесе өзің қаламайтын нәрсені істеуге мәжбүрлеуіне жол беруге бола ма?
- Біреудің басқа адамды ренжітіп жатқанын көрсең, көмектесу керек пе?
- Өзіңді қауіпке тікпей, қалай көмектесуге болады?
- Зорлық-зомбылыққа тап болған адам не сезінуі мүмкін? Қорқуы, ұялуы немесе өзін кінәлі сезінуі мүмкін бе?
- Мұндай жағдайда «Токта!» деп айтуға бола ма? Көмек сұрауға ше? Кімнен көмек сұрауға болады?

Педагог: Енді жеке шекара туралы ойланып көрейік. Басқа адамдардың саған қатысты қандай әрекеттеріне жол бергің келмейді? Өзің үшін нені «болмайды» деп санайсың?

2.2. Менің жеке шекарам

Жеке шекара – өзіңе қатысты қандай әрекетке келісетінін, ал қандай әрекетке келіспейтінін білдіретін шек. Өз шекаранды түсініп, оны анық айта білу маңызды. Егер біреу саған тым жақын келсе, заттарыңды рұқсатсыз алса немесе қаламайтын нәрсені істеуге мәжбүрлесе, «Токта!» немесе «Жоқ!» деп айтуға болады. Бұл – дөрекілік емес, өзіңді қорғаудың бір жолы.

«Жоқ!» деп қалай айтуға болады?

- Оқушылар біреу өз шекарасын бұзған жағдайда не істеуге болатынын ойлайды. Мысалы, біреу жағымсыз сөз айтса немесе өзіне ұнамайтын әрекет жасаса.
- Әр оқушы өзін қорғауға көмектесетін бір әрекетті немесе кеңесті стикерге жазып, педагогке береді немесе тақтаға жапсырады.

- Оқушылардың ұсыныстары бойынша мұндай жағдайда не істеу керектігі ретімен анықталады.

Егер біреу сенің шекараңды бұзса:

- ✓ Бұл әрекеттің саған ұнамайтынын және оны тоқтатуын анық айт.
- ✓ Ол тоқтамаса, одан алыста немесе сол жерден кет.
- ✓ Болған жағдайды өзің сенетін ересек адамға айт.

Жұптық жұмыс

- Жұптағы бір оқушы берілген жағдаяттардың бірін оқиды.
- Екінші оқушы бұл жағдайда өзіне қатысты қандай әрекетке жол бермейтінін және «Тоқта!» немесе «Жоқ!» деп қалай айтатынын түсіндіреді.
- Содан кейін рөлдерін ауыстырып, келесі жағдаятты талқылайды.

Ортақ талқылау

Жаттығудан кейін педагог сұрақтар қояды:

- Өз шекараң туралы айту оңай болды ма?
- «Жоқ!» деп айту қиын болды ма? Неліктен?
- Өзгенің жеке шекарасын құрметтеу не үшін маңызды?

RED FLAG – зорлық-зомбылықтың алғашқы белгілері (1-қосымша. Жұптық жұмысқа арналған жағдаяттар)

Зорлық-зомбылық тек күш қолданумен шектелмейді. Кейде ол адамды кінәлі сезіндіретін, өзіне деген сенімін азайтатын немесе қорқытатын сөздерден басталады.

Қазір осындай сөздерді талдап, олардың қайсысы зорлық-зомбылықтың алғашқы белгісі болуы мүмкін екенін анықтаймыз.

Оқушыларға сөздер жазылған карточкалар таратылады немесе педагог оларды дауыстап оқиды.

Карточка үлгілері

- «Сен бәрін тым ауыр қабылдайсың. Жай әзіл ғой!»

- «Біреуге айтсаң, саған бұдан да жаман болады».
- «Ешкімге айтпа. Бұл – екеуміздің арамыздағы құпия».
- «Мен ересекпін. Сондықтан айтқанымды істеуге міндеттісің!»
- «Жоқ» десең, жұрттың бәрі сені мазақ етеді».
- «Сен шынымен осындай ақымақсың ба / әлсізсің бе?»
- «Мен ашуланып кеттім. Бірақ сені ұрайын деген жоқпын».
- «Мені жақсы көрсең, мұны істейсің».
- «Тағы да бәрін бүлдірдің. Сен үнемі осылайсың».

Әр сөйлемді оқығаннан кейін оқушылар мына сұрақтарға жауап береді:

- Осындай сөзді естісең, өзіңді қалай сезінер едің?
- Бұл сөз неліктен зорлық-зомбылықтың белгісі болуы мүмкін?
- Мұндай жағдайда не істеуге немесе не деп жауап беруге болады?

Соңында педагог қорытынды жасайды: Мұндай сөздерді жай сөз деп қабылдауға болмайды. Олар адамды қорқыту, кінәлі сезіндіру немесе өз дегеніне көндіру үшін айтылуы мүмкін. Осындай сөздерді естігенде мазасызданып немесе өзіңді жайсыз сезінсең, оны елеусіз қалдырмаған дұрыс.

2.3. Зорлық-зомбылыққа қатысты жағдаяттар: анықтау және әрекет ету

Жұмыс парағы

Топтық тапсырма

1. Әр жағдаятта зорлық-зомбылықтың қай түрі кездесетінін анықтаңыздар. (*Физикалық, психологиялық, сексуалдық сипаттағы зорлық-зомбылық, киберзорлық-зомбылық, экономикалық зорлық-зомбылық және т.б.*)
2. Зорлық-зомбылықтың қандай белгілерін байқадыңыздар? (*Қандай сөздер немесе әрекеттер соны аңғартады?*)

3. Осындай жағдай өзіңнің басыңнан өтсе, не істер едің? *(Өзіңді қалай қорғар едің? Кімге айтар едің?)*
4. Осындай жағдайға досың немесе сыныптасың тап болса, не істер едің? *(Оған қалай қолдау көрсетер едің? Не айтар едің? Қалай көмектесер едің?)*
5. Әр жағдайда кімнен көмек сұрауға болады? *(Мұғалімнен, ата-анадан, мектеп психологінен, полициядан, сенім телефоны арқылы, өзің сенетін ересек адамнан және т.б.)*

1-топ. Жасөспірім үйіне денесі көгеріп келеді. Ата-анасы оған жиі ұрысады, кейде болмашы қылығы үшін қол көтереді. Ол болған жағдайды ешкімге айтуға қорқады, өйткені өзін түсінбейді деп ойлайды.

2-топ. Сыныптағы бір қыз екінші қызды үнемі сынап, қорлайды. «Сен ешкімге керек емессің», «Сенімен ешкім дос болмайды» деп айтады. Қыздың көңілі түсіп, өзін жалғыз сезінеді.

3-топ. Отбасының танысы жасөспірім қызға бірнеше рет оның рұқсатынсыз қол тигізеді. Бұл туралы ешкімге айтпауын талап етіп, «Айтсаң да, саған ешкім сенбейді» деп қорқытады.

4-топ. Бір бала қызды оның келісімінсіз үнемі құшақтайды және қыздан да сондай жауап күтеді. Қызға бұл ұнамайды, бірақ арақатынастары бұзылып кетеді деп қорқып, «Тоқта!» деп айта алмайды.

Зорлық-зомбылыққа тап болғандағы іс-әрекет алгоритмі:

5 қадам

1. Бұл – зорлық-зомбылық екенін түсін. Егер саған ауыр тисе, қорқытса немесе өзіңді жайсыз сезінсең, мұны елемеуге болмайды. Бұл сенің құқығың мен жеке шекараңның бұзылғанын білдіреді.

2. «Тоқта!» немесе «Жетер!» деп айт. Мұндай әрекетке келіспейтініңді анық білдір. Оны ауызша, хабарлама арқылы немесе қимылмен көрсетуге болады.

3. Көмек сұра. Болған жағдайды өзің сенетін ересек адамға айт: ата-анаңа, мұғалімге, мектеп психологіне немесе әлеуметтік педагогке.

4. Болған жағдайды жазып ал немесе есте сақта. Қашан, қай жерде, не болғанын және оны кім көргенін жазып ал немесе есте сақта. Бұл кейін болған жағдайды анықтауға және сені қорғауға көмектеседі.

5. Жалғыз қалма, көмек сұра. Сенім телефонына, көмек көрсету қызметтеріне немесе құқық қорғау органдарына хабарлас. Ең бастысы – өз қауіпсіздігің.

Жеке шекара – сенің қорғаның

- Жеке шекара – сенің дененді, сезіміңді және жеке кеңістігіңді қорғауға көмектесетін көзге көрінбейтін шек.
- Сенің «Жоқ!» деп айтуға және өзгелерден жеке шекаранды құрметтеуді талап етуге құқығың бар.
- Өз шекаранды қорғаумен қатар, өзгенің де шекарасын құрметтеу маңызды.

Жеке шекаранды білу және оны қорғай білу – зорлық-зомбылықты тоқтатудың маңызды қадамы.

III. Қорытынды бөлім

3.1. Қорытынды диагностика (Google Forms)

1. Өз шекаранды білу және қорғау неліктен маңызды?

а) Қалағаныңның бәрін істеу үшін.

ә) Өзіңді қауіпсіз сезіну және зорлық-зомбылыққа жол бермеу үшін.

б) Басқалардың іс-әрекетін бақылау үшін.

в) Ешкімге сенбеу үшін.

Дұрыс жауап: ә)

2. Психологиялық зорлық-зомбылықты қандай белгілерден байқауға болады?

а) Тек біреу саған қол көтергенде.

ә) Біреу үнемі кемсітіп, айқайлап, өз дегеніне көндіруге тырысқанда.

б) Біреу жай ғана әзілдегенде.

в) Біреу сені серуендеуге шақырмағанда.

Дұрыс жауап: ә)

3. Мектепте немесе интернетте зорлық-зомбылық болғанын көрсең, не істеу керек?

а) Араласпау үшін үндемеу.

ә) Өзің сенетін адамға: ата-анаңа, мұғалімге, психологке немесе жақын ересек адамға айту.

б) Суретке түсіріп, достарыңа жіберу.

в) Басқалармен бірге күлу.

Дұрыс жауап: ә)

3.2. «Өзіме не түйдім?» рефлексия шеңбері

Педагог сұрақтар қояды. Қатысушылар қалауы бойынша жауаптарын ауызша айтады немесе карточкаға жазады.

- Бүгін қандай жаңа нәрсе білдің?
- Бүгінгі сабақта сен үшін ең маңыздысы не болды?
- Енді қандай жағдайда басқаша әрекет етер едің?
- Зорлық-зомбылыққа тап болған адамға қалай қолдау көрсете аласың?

Карточкаларды аты-жөнін көрсетпей жинап, кейбір жауаптарды оқуға болады.

3.3. «Қолдау сөзі» қорытынды жаттығуы

Әр қатысушы қиын жағдайда өзіне немесе досына айта алатын қысқа қолдау сөзін қағазға немесе стикерге жазады.

Мысалдар:

«Сен кінәлі емессің».

«Мен қасыңдамын».

«Сенің өзіңді қорғауға құқығың бар».

«Сен маңыздысың».

Стикерлерді тақтаға немесе қолдау сөздеріне арналған жерге ілуге болады.

3.4. Сабақты аяқтау

Педагог балаларға сабаққа қатысып, өз ойларын ашық айтқаны үшін алғыс білдіреді.

Сабақ соңында жедел көмек көрсету қызметтерінің байланыс нөмірлері жазылған қауіпсіздік жадынамаларын таратуға болады.

Жұппен жұмыс істеуге арналған жағдаяттар

1. Бір бала қыздан заттарын жиі сұрайды. Қыз беруден бас тартса, оған ауыр сөздер айта бастайды.
2. Ата-анасы баласына жиі айқайлап, еш себепсіз қорқытады.
3. Бір қыз үзілісте екінші қызбен әдейі сөйлеспейді және ол туралы жағымсыз әңгіме таратады.
4. Мұғалім сыныптың көзінше саған дауыс көтеріп, тіл тигізді.
5. Бір бала екінші баланы киіміне бола үнемі мазақтап, жәбірлей береді.
6. Көрші үйдегі ересек адам саған тиісіп, өзіңе ыңғайсыз сұрақтар қояды.
7. Оқушы қателесіп қалғанда, сыныптастары оны жұрттың көзінше мазақтап, күледі.

8. Ата-анаң сенің рұқсатыңсыз телефоныңды тексеріп, кіммен және не туралы жазысқаныңды сынайды.
9. Қыз сабақта баланың өзіне тым жақын отырғанын қаламайды. Ол мұны айтса да, бала тыңдамай, жақын отыра береді.
10. Біреу сені дәлізде итеріп жіберіп: «Жай әзіл ғой, ренжіме», – деді.
11. Бір оқушыны сыныптастары әдейі командаға қоспайды. Сол себепті ол өзін жалғыз сезінеді.
12. Мұғалім үзілісте демалуға жібермей, қосымша тапсырма орындатады.
13. Бір бала дәлізде екінші баланы итеріп, оны мазақтап күледі. Екінші бала одан қорқа бастайды.
14. Ата-анасы себебін түсіндірмей, баласына достарымен араласуға тыйым салады.
15. Танысың сені қорқытып, ақша талап етеді.
16. Бір қыз құрбысының жеке сырын оның рұқсатынсыз басқа адамға айтып қояды. Мұны білген құрбысы қатты ренжиді.
17. Досың үйінде оны жиі ұратынын айтты. Бірақ біреуден көмек сұрауға қорқады.
18. Дүкен қызметкері еш себепсіз саған айқайлады.
19. Үйде сенің шаршағаныңды немесе қалауыңды ескермей, үй шаруасын істеуге мәжбүрлейді.

5–9-сынып оқушылары мен ата-аналарына арналған

бірлескен сабақ

**Тақырыбы: «Цифрлық әлем: қауіпсіздікті қалай
сақтаймыз?»**

Мақсаты: оқушыларға цифрлық ортада қауіпсіздік ережелерін сақтаудың маңызын түсіндіру, ақпаратқа сын көзбен қарау және

цифрлық технологияларды жауапкершілікпен пайдалану дағдыларын қалыптастыру.

Міндеттері:

- жеке мәліметтерді қорғаудың маңызын түсіндіру, оларды қауіпсіз сақтау және өзгеге беру жолдарын көрсету;
- интернеттегі күмәнді сайттарды, хабарламалар мен ұсыныстарды ажырата білуге үйрету;
- күнделікті өмірде интернетті қауіпсіз пайдалану ережелерін сақтауға дағдыландыру.

Жоспар

I. Кіріспе бөлім

1.1. «Цифрлық із» тапсырмасы

1.2. Жұптық жұмыс. «Интернет мен туралы не біледі?»

1.3. Шағын пікірталас

II. Негізгі бөлім. Қауіпсіздіктің қарапайым қадамдары

2.1. Топтық жұмыс. «Сенімді құпиясөзді қалай ойлап табуға болады?»

2.2. Ақпараттық бөлім. «Жалған жаңалық деген не?»

2.3. «Жалған ақпаратты тап» ойыны

2.4. Ақпараттық бөлім. «Интернеттегі алаяқтық»

2.5. Жағдаятты талдау. «Сізге хат келді»

III. Қорытынды бөлім

3.1. «Цифрлық қалқан» викторинасы

3.2. Педагогтің тілегі

Ресурстар: слайдтық презентация, чатқа жіберуге арналған «Цифрлық қалқан» викторинасы.

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Кіріспе бөлім

1.1. «Цифрлық із» тапсырмасы

Сұрақтар:

- **Цифрлық із** деген не? (*Пікір, фотосурет, лүпіл.*)
- *Белсенді және пассивті цифрлық із* дегенді қалай түсінесіңдер?
- Пікір, фотосурет, лүпіл – осылардың қайсысы пассивті цифрлық ізге жатады?

Педагог: Интернетті пайдаланған сайын біз онда өзіміз туралы белгілі бір мәлімет қалдырамыз. Мысалы, пікір жазамыз, фотосурет жариялаймыз, лүпіл қоямыз, бір парақшаға жазыламыз немесе Google-дан ақпарат іздейміз. Осындай мәліметтердің барлығы *цифрлық із* деп аталады. Цифрлық ізге өзіміз жариялаған ақпарат та, сайттар біз туралы автоматты түрде жинайтын деректер де кіреді.

Белсенді цифрлық із – интернетте өзіміз қалдыратын ақпарат. Оған жазбалар, пікірлер, фотосуреттер, бейнежазбалар, әлеуметтік желілерде тіркелу, лүпілдер мен жазылымдар жатады. *Пассивті цифрлық із* – интернетті пайдаланған кезде автоматты түрде жиналатын деректер. Оған IP-мекенжай, орналасқан жер, жүйеге кірген уақыт, кірген сайттар, интернет арқылы жасаған сатып алулар мен басқан сілтемелер туралы мәліметтер жатады.

Цифрлық ізді *цифрлық паспортқа* ұқсатуға болады. Өйткені интернетте өзіміз туралы тікелей ештеңе жазбасақ та, онда қалған деректер біз туралы көп нәрсе аңғартады.

1.2. Жұптық жұмыс. «Интернет мен туралы не біледі?»

Оқушылар жұпқа бөлініп, бір-біріне мына сұрақтарды қояды:

- Қандай әлеуметтік желілерді пайдаланасың?

- Атыңды интернеттен іздесе, сен туралы қандай ақпарат табуға болады?
- Интернетке қандай фотосуреттер немесе бейнежазбалар жарияладың?
- Оқитын жеріңді, телефон нөміріңді, электрондық поштаңды немесе қызығушылықтарыңды көрсеткен кезің болды ма?
- Интернетте мұғалімдеріңнің, болашақ жұмыс берушілердің немесе ата-анаңның көргенін қаламайтын ақпаратың бар ма?

Жұптық жұмыс аяқталған соң, педагог оқушылармен бірге интернетте әр адам туралы белгілі бір мәлімет қалатыны жөнінде қорытынды жасайды.

1.3. Шағын пікірталас

Сұрақтар:

- ✓ Интернетте өзің туралы қандай ақпарат қалдыратынына мән беру не үшін маңызды?
- ✓ Бұрын жариялаған жазбаларың кейін саған әсер етуі мүмкін бе? Мысалы, колледжге түскенде немесе жұмысқа орналасқанда.
- ✓ Интернетке бір рет шыққан ақпаратты толығымен өшіруге бола ма?
- ✓ Біреу сенің рұқсатыңсыз сен туралы ақпарат жарияласа, не істеуге болады?

Қорытынды. Цифрлық із – адамның интернетте өзі туралы қалдырған ақпараты және сол арқылы қалыптасатын беделі. Егер бөтен адам жеке мәліметтеріңе қол жеткізсе, қауіп туындауы мүмкін. Сондықтан сенімді құпиясөз қолдану маңызды.

II. Негізгі бөлім. Қауіпсіздік үшін не істеу керек?

2.1. Топтық жұмыс. «Сенімді құпиясөзді қалай жасауға болады?»

Педагог балаларға сұрақ қояды: Құпиясөз қандай болуы керек? 4-сынып оқушысына құпиясөз жасауды үйретсеңдер, қандай кеңес берер едіңдер?

Педагог: Құпиясөзді мына тәсілмен жасауға болады. Алдымен өзің оңай есте сақтайтын сөйлем ойлап тап. Содан кейін сол сөйлемдегі сөздердің алғашқы әріптерін ал. Мысалы:

Мен әр сейсенбіде жаңғақ қосылған балмұздақ жегенді ұнатамын! → Мәсжқбжұ! → MasJqBjU!25

«Мықты құпиясөз жаса» тапсырмасы. Сенімді құпиясөз жасауға болатын екі сөйлем ойлап табыңдар. Сөйлемді ешкімге айтпай, сол сөйлемнен жасаған құпиясөзді ғана жазыңдар.

Дайын құпиясөздерінді көрсетіндер. Тапсырманы орындау үшін сыныпты үш топқа бөлуге болады.

Қорытынды. Сенімді құпиясөз – мықты құлып тәрізді. Құпиясөзді жылына кемінде бір рет жаңартып отырған жөн.

2.2. Ақпараттық бөлім. «Жалған жаңалық деген не?»

Жалған жаңалық – шындыққа жанаспайтын немесе бұрмаланып берілген, бірақ шынайы ақпарат сияқты көрінетін мәлімет. Ол адамды жаңылыстыру, қорқыту, ашуландыру немесе жалған нәрсеге сендіру үшін таратылады.

Жалған жаңалықтың жиі кездесетін белгілері

- ✓ Тақырыбы бірден назар аударуға немесе қорқытуға құрылған: «Сенсация!», «Дәрігерлер шошып кетті!».
- ✓ Ақпараттың нақты қайдан алынғаны көрсетілмейді. Мысалы, «Ғалымдар дәлелдеді» деп жазылады, бірақ ғалымдардың аты-жөні берілмейді.
- ✓ Фотосурет немесе бейнежазба басқа оқиғаға қатысты болуы немесе өзгертіліп берілуі мүмкін.

- ✓ Мәтінде нақты деректер аз болып, адамның қорқыныш, ашу сияқты сезімдеріне әсер етуге басымдық беріледі.
- ✓ Ақпаратты тексеруге қажетті мәліметтер жоқ: күні, авторы немесе дереккөзге сілтемесі көрсетілмеген.

2.3. «Жалған жаңалықты тап» ойыны

Нұсқаулық. Жаңалықтарды тыңдаңдар. Егер жаңалық шын болса, қол шапалақтаңдар. Жалған болса, үндемей отырыңдар.

- ✓ «Жаңа заң бойынша оқушыларға мектепке косметикамен келуге тыйым салынады. Ережені бұзғандарға айыппұл салынады!» – **жалған**.
- ✓ «Алматыда оқушыларға арналған жаңа цифрлық оқыту орталығы ашылды» – *жалған емес*.
- ✓ «Блогердің айтуынша, құбырдан ағатын су есте сақтау қабілетін нашарлатады» – *жалған*.
- ✓ «TikTok жұлдызы жаңа диета ұсынды: үш күн тек банан жесең, 5 келі салмақ тастайсың!» – *жалған*.
- ✓ «Әлемдік жұлдыздар тамақтан бас тартып, тек ауамен қоректенуге көшті. Бұл – жаңа тренд!» – *жалған*.

Талқылауға арналған сұрақтар

- ✓ Жаңалықтың жалған екенін қалай байқадыңдар?
- ✓ Жалған жаңалықты оқығанда қандай сезім туындауы мүмкін?
- ✓ Жалған ақпаратты көбіне қай жерден кездестіресіңдер?
- ✓ Ақпаратты тексеру не үшін қажет?

Қорытынды. Жалған ақпарат адамды оңай жаңылыстыруы мүмкін. Сондықтан кез келген ақпаратқа бірден сене бермей, алдымен тексерген дұрыс. Ақпаратты кім жариялағанын, қайдан алынғанын және басқа дереккөздерде расталған-расталмағанын анықтау маңызды.

Сенбес бұрын тексер

- ✓ Авторы кім? Жаңалықтар сайты ма, блогер ме, әлде авторы көрсетілмеген бе?
- ✓ Дереккөзі мен жарияланған күні бар ма?
- ✓ Бұл ақпарат басқа дереккөздерде де расталған ба?
- ✓ Фотосурет шынайы ма? *(Оны Google арқылы суретпен іздеп тексеруге болады.)*
- ✓ Мәтін сені қорқытып, ашуландырып немесе аяушылық сезімін туғызып, соған сендіруге тырысып тұрған жоқ па?

2.4 Ақпараттық бөлім «Интернеттегі алаяқтық»

Педагог: Қазір интернет арқылы алаяқтық жасау жиі кездеседі. Алаяқтар адамдарды алдап, олардың ақшасын, құпиясөзін немесе жеке мәліметтерін иемденуге тырысады.

Алаяқтар:

- ✓ досыңның, банк немесе дүкен қызметкерінің атын жамылып ***хабарласуы мүмкін;***
- ✓ жалған хат, сілтеме немесе түрлі акциялар туралы ***хабарлама жіберуі мүмкін;***
- ✓ банк картасының деректерін енгізуді немесе ***акция аударуды сұрауы мүмкін;***
- ✓ зиянды бағдарламаны орнатуға ***үгіттеуі мүмкін.***

2.5. Жағдаяттарды талдау. «Сізге хабарлама келді»

Педагог оқушыларды үш топқа бөледі. Әр топқа бір жағдаяттан беріледі.

Тапсырма. Жағдаяттарды оқыңдар. Алаяқтықтың белгілерін табыңдар. Мұндай жағдайда қалай әрекет ету керектігін айтыңдар.

1-жағдаят. Экранда мынадай хабарлама пайда болды: «Құттықтаймыз! Сіз акция жеңімпазы болдыңыз. Сыйлықты алу үшін ... нөміріне 1000 теңге аударыңыз».

2-жағдаят. Мессенджерде досыңнан хабарлама келді: «Сәлем! 2000 теңге қарызға бере аласың ба? Қазір сөйлесе алмаймын. Мына нөмірге аударып салшы...»

3-жағдаят. Сен «тегін» ойындар бар сайтты таптың. Ойынды пайдалану үшін сайт арнайы бағдарлама орнатуды сұрайды.

Топтар жауаптарын айтып болған соң, педагог қорытынды жасайды.

Қорытынды. Интернетте ненің қауіпті, ненің қауіпсіз екенін ажырата білу керек.

Педагог балаларға *«Қауіпті / Қауіпсіз» жадынамасын* ұсынады.

Қауіпті:

- ✓ хатпен келген бейтаныс сілтемеге өту;
- ✓ күмәнді сайтқа банк картасының деректерін енгізу;
- ✓ белгісіз жерден бағдарлама жүктеп орнату;
- ✓ құпиясөзді басқа адамға беру.

Қауіпсіз:

- ✓ логинді енгізер алдында сайттың мекенжайын тексеру;
- ✓ екі факторлы аутентификацияны қолдану (пин-код және құпиясөз);
- ✓ антивирус орнату;
- ✓ күмәнді файлдар мен тіркемелерді ашпау.

III. Қорытынды бөлім

3.1. «Цифрлық қалқан» викторинасы

Сұрақ. Сенің құпиясөзің – **Qwerty123**. Бұл сенімді құпиясөз бе? Неліктен?

Жауап: Жоқ. Бұл – оңай табылатын қарапайым құпиясөз. Сенімді құпиясөз жасау үшін сөйлемді негізге алып, әріптерді, сандар мен таңбаларды қолдануға болады.

Тапсырма. «Менің отбасым таңертең құймақ жегенді ұнатады» деген сөйлемнен құпиясөз жаса.

Дұрыс жауаптың үлгісі: Мотқжұ немесе Мотқжұ_2025, сондай-ақ осы қысқартудан жасалған басқа нұсқалар.

Жаңалық: «Ғалымда шоколадтың барлық ауруды емдейтінін дәлелдеді. Күніне бір шоколад жеңіз!»

Тапсырма. Бұл ақпарат шын ба, жалған ба? Оны қалай тексеруге болады?

Жауап: Жалған. Ақпараттың нақты дереккөзі көрсетілмеген, айтылған мәлімет тым әсіреленген және еш жерде расталмаған.

Жағдаят. Телефоныңа мынадай хабарлама келді: «Картаңыз бұғатталды! Дереву мына сілтемеге өтіңіз!»

Тапсырма. Не істеу керек?

Жауап: Сілтемеге өтпеу керек. Банктің ресми нөміріне хабарласып, ақпаратты анықтау қажет.

Тапсырма. Қай әрекеттің қауіпті, қай әрекеттің қауіпсіз екенін анықтаңдар.

1. Бейтаныс сайттан ойын жүктеп орнату.
2. Құпиясөзді досыңа беру.
3. Екі факторлы аутентификацияны қосу.
4. «Сіз сыйлық ұтып алдыңыз» деген хаттағы сілтемеге өту.

Жауап: 1, 2, 4 – қауіпті; 3 – қауіпсіз.

3.2. Педагогтің тілегі

Педагог балаларға викторинаға қатысқаны үшін алғыс айтады. Интернетті пайдаланғанда қауіпсіздік ережелерін сақтаудың маңызды екенін тағы бір рет еске салып, осы викторинаны ата-аналарымен бірге орындауды ұсынады.

Содан кейін балаларға төмендегі ақпарат таныстырылып, сынып чатына да жіберіледі:

111 бірыңғай байланыс орталығы – қиын жағдайға тап болған балалар мен отбасыларға көмек көрсететін байланыс орталығы.

**10–11-сынып оқушылары мен ата-аналарына арналған
бірлескен сабақ**

**Тақырыбы: «Жеке шекара және қолдау: жасөспірімге
қиындықтарды жеңуге қалай көмектесеміз?»**

Мақсаты: ата-аналарға жасөспірімнің жеке шекарасын құрметтеу мен психологиялық қолдаудың маңызын түсіндіру, өзара сенімді нығайтып, жасөспірімнің эмоциялық тұрақтылығын сақтауға ықпал ететін қарым-қатынас дағдыларын дамыту.

Міндеттері:

- жасөспірімнің жеке шекарасы туралы түсінік беру және оны құрметтеудің маңызын түсіндіру;
- бақылау мен қолдаудың айырмашылығын ажыратуға үйрету;
- ата-ананың жасөспіріммен қарым-қатынас жасау тәсілін саралауына көмектесу;
- жасөспірімге көмек қажет екенін білдіретін белгілерді байқауға үйрету;
- жасөспірімнің өз бетінше әрекет етіп, тәжірибе жинауына мүмкіндік берудің маңызын түсіндіру;
- ата-ана мен жасөспірім арасындағы ашық әрі сыйластыққа негізделген әңгіме өзара сенімді сақтауға көмектесетінін түсіндіру;
- отбасындағы эмоциялық ахуалға ата-ананың жауапкершілігін арттыру.

Күтілетін нәтижелер

Ата-аналар:

- жеке шекараның маңызын;
- зорлық-зомбылыққа қарсы тұруда және есейген шақтағы қиындықтарды бірге шешуде құрмет пен қолдаудың маңызын;
- қолдау мен бақылаудың, араласу мен жанынан табылудың айырмашылығын;
- ата-ананың сөзі мен әрекеті жасөспірімнің көңіл күйі мен мінез-құлқына қалай әсер ететінін **түсінеді**.

Мына дағдыларды:

- жасөспірімнің жеке шекарасы бұзылатын және оған көрсетілетін қолдау сенімге кері әсер ететін жағдайларды байқау;
- қиын кезде қысым жасамай, орынды қолдау көрсету;
- қатқыл, кінәлай айтылған сөздерді қолдау мен түсіністік білдіретін сөздермен алмастыру;
- нақты әрі тікелей сұрақтар қою;
- дайын шешімді таңбай, жасөспірімге қолдау білдіруді **меңгереді**.

Мына ұстанымдар:

- жасөспірімнің жеке шекарасын құрметтеп, оның дамуына қолдау көрсету;
- жасөспірім сөйлескісі келмесе немесе көмекті қабылдаса да, қиын сәтте жанынан табылуға дайын болу;
- жасөспірімнің қиындықты еңсере алатынына сену және қажет кезде оған сүйеніш болуы **қалыптасады**.

Жоспар

I. Кіріспе бөлім

1.1. Тақырыптың өзектілігі

1.2. «Мен түсінгім келеді...» жаттығуы

1.3. «Жасөспірімнің жеке шекарасы деген не?» инфографикасы

II. Негізгі бөлім

2.1. «Жасөспірімнің жеке шекарасына қатысты менің әрекетім» жаттығуы

2.2. «Ата-ана мен жасөспірім арасындағы қарым-қатынас түрлері» жаттығуы

2.3. Топтық жұмыс. Жағдаяттарды талдау

2.4. Ата-анаға арналған «Жасөспірімнің жеке шекарасын бұзбау үшін не істеу керек?» жадынамасы

2.5. Топтық жұмыс. «Жасөспірімге эмоциялық қолдау көрсету»

2.6. «Сезім мен жеке шекараны ажырат» жаттығуы

2.7. Ата-аналарға арналған практикалық кеңестер

III. Қорытынды. Рефлексия

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Кіріспе бөлім

Педагог: Бүгін біз «Жеке шекара және қолдау: жасөспірімге қиындықтарды жеңуге қалай көмектесеміз?» тақырыбын талқылаймыз.

Жасөспірімдік шақта баланың дене бітімінде, көңіл күйінде және айналасындағы адамдармен қарым-қатынасында елеулі өзгерістер болады. Осы кезеңде жасөспірім өзін танып, өзіне деген көзқарасын қалыптастырады. Сонымен қатар құрдастарының ықпалына, мектеп пен отбасының талаптарына, қоғамдағы түрлі жағдайларға тап болады.

Бұл кезеңде жасөспірімнің ересектермен сенімді қарым-қатынас орнатуы және өзінің жеке шекарасын білуі ерекше маңызды.

Алайда кейде ересектер жасөспірімді шамадан тыс бақылап, оның өз бетінше әрекет етуіне мүмкіндік бермейді. Кейде, керісінше, шеттеп, қиындықтарымен жалғыз қалдырады. Соның салдарынан ата-ана мен бала арасында түсініспеушілік туындап, жасөспірімнің өзіне

деген сенімі төмендеуі, қауіпті әрекеттерге баруы, өзін жалғыз сезінуі немесе жақындарынан алшақтауы мүмкін.

Александр Калмановский. «Баланың дағдарысы туралы»:
«Мынадай жағдайды елестетіп көріңіздер. Бір қыз ата-анасына сыныптас баланың оның аяғына рұқсатсыз қол тигізетінін айтады. Қыз мұндай жағдайда не істеу керектігін білмейді».

Бұл жағдайда қыздың жеке шекарасы қалай бұзылып отыр?
Неліктен? *(Ата-аналардың жауаптары)*

«Әкесі қызына: «Қысқа белдемше кимеуің керек еді. Мына белдемшені таста, енді оны киме», – дейді».

Бұл жағдайда отбасында қызға тиісті қолдау көрсетілді ме?
Неліктен? *(Ата-аналардың жауаптары)*

Бұл жағдайдан әкесінің болған әрекетті зорлық-зомбылық деп қабылдамайтынын немесе оның зорлық-зомбылықтың бір көрінісі екенін түсінбейтінін байқауға болады.

Қазақстанда ЮНИСЕФ пен жергілікті атқарушы органдар бірлесіп жүргізген зерттеу нәтижесі бойынша, ересектердің шамамен 75%-ы баланың тәртібін бақылау үшін дене жазасын қолдануды қолдайды. 2–14 жас аралығындағы әрбір екінші бала отбасында тәрбиелеудің қатал тәсілдеріне ұшырайды. Мектеп оқушыларының үштен екісі құрдастары немесе мұғалімдері тарапынан зорлық-зомбылыққа не кемсітуге ұшыраған немесе осындай жағдайларға куә болған.

Ми шабуылы. Жауаптарды талқылау

Сұрақтар: Жеке шекара дегенді қалай түсінесіз? Жасөспірімге қолдау көрсету деген сіз үшін нені білдіреді? Балаңыздың сізден алшақтап бара жатқанын соңғы рет қашан сездіңіз?

1.1. Тақырыптың өзектілігі

***Жасөспірімдік шақ** – өзгерістер, келіспеушіліктер мен өзін-өзі тану кезеңі.* Осы уақытта жеке шекара, сенім мен қолдау мәселелері ерекше маңызға ие болады. Көптеген ата-ана осы кезеңде баласының өзгергенін байқайды: жасөспірім бұрынғыдай ашық сөйлеспейді, сұрақ қойса ашуланады, көбірек еркіндік беруді талап етеді. Сонымен бірге оның өзі де кейде абдырап, мазасызданып, тұйықталып қалуы мүмкін.

Ата-ана баласын қателіктен қорғауға тырысып, кейде оның жеке шекарасынан асып кетеді: әр ісін бақылайды, өз дегенін орындатуға тырысады, шешімді оның орнына қабылдайды. Кейде, керісінше, «өзі шешсін» деп, баланың мәселесінен шет қалады.

Екі жағдайда да ата-ана мен жасөспірім арасындағы сенім әлсіреп, бала өзіне қажет қолдаусыз қалуы мүмкін. Жасөспірімге бұрынғыдай ата-анасы қажет, бірақ енді ата-ананың рөлі өзгереді. Оған әр қадамын бақылап, әмір ететін адам емес, жанынан табылатын, сөзін тыңдайтын, түсінуге тырысатын, өз таңдауын жасауына мүмкіндік беретін және қиын сәтте қолдау көрсететін ата-ана қажет.

1.2. «Менің білгім келетіні...» жаттығуы

Нұсқаулық. Бүгінгі сабақта өзіңіз үшін жауабын тапқыңыз келетін сөйлемді таңдаңыз. Неліктен сол сөйлемді таңдағаныңызды жұбыңызбен немесе шағын топта талқылаңыз.

***«Менің білгім келетіні...»** (біреуін таңдаңыз немесе өз нұсқаңызды ұсыныңыз)*

...балам зорлық-зомбылыққа тап болса, не істеуім керек?

...баламды ересек өмірде кездесетін қауіп-қатер мен қиындықтарға қалай дайындаймын?

...жасөспірім менімен ашық сөйлесуі үшін әңгімені қалай бастаймын?

...балам болған жағдайды мойындамаса, не істеймін?

...жеке шекарасына қол сұқпай, қалай қолдау көрсетемін?
...ашуланған кезде дауысымды көтермей, өзімді қалай ұстаймын?
...ата-ана ретіндегі жауапкершілігімнің шегі қандай?
...неліктен балам менен алыстап бара жатқандай көрінеді?
...жасөспірімдік шақта қандай өзгерістер қалыпты, ал қандай жағдайда алаңдау керек?
...балама еркіндік беріп, сонымен бірге оны бақылаусыз қалдырмаудың жолы қандай?
...неліктен балама ашулансам да, артынан өзімді кінәлі сезінемін?
...балам көмектен бас тартса, не істеймін?

1.3. «Жасөспірімнің жеке шекарасы деген не?» инфографикасы

***Жеке шекара** – адамның өз денесіне, сезіміне және жеке мәліметтеріне қатысты өзі белгілейтін шегі.*

Жасөспірім өзіне қатысты қандай әрекетке келісетінін, ал қандай әрекетке келіспейтінін білуі керек. Өз шекарасын білдіре және қорғай білу оның қауіпсіздігі мен тұлғалық қалыптасуы үшін маңызды.

Дене шекарасы – адамның өз денесіне және жеке кеңістігіне қатысты шешім қабылдау құқығы. Мысалы, өзіне кімнің қол тигізуіне келісетінін немесе бөлмесіне кімнің кіре алатынын өзі шешеді.

Эмоционалды шекара – адамның өз сезімін кіммен бөлісетінін өзі шешуі. Жасөспірім барлық ойын, сезімін кез келген адамға айтуға міндетті емес. Сондай-ақ ол өзгенің көңіл күйі мен сезіміне жауапты емес.

Ақпараттық шекара – өзі туралы қандай мәліметті кімге айтуға немесе жариялауға болатынын өзі шешу. Бұған интернеттегі жеке мәліметтер де жатады.

Жасөспірімнің өз шекарасын қорғай білуі неліктен маңызды?

Өз шекарасын қорғай білген жасөспірім өзін және өзгені құрметтеуге үйренеді, өзіне сенімді болып, дербес шешім қабылдай бастайды. Бұл оған қысымға және орынсыз тиісуге қарсы тұруға, психологиялық саулығын сақтауға көмектеседі.

Жасөспірім өз шекарасын қорғай білуі үшін ата-анасы да оның денесіне, сезіміне және жеке мәліметтеріне қатысты шекарасын құрметтеуі қажет.

Ата-ана баласының жеке шекарасын құрметтесе, олардың арасындағы сенім де нығаяды. Бұл жасөспірімнің есейу кезеңінде ата-анасынан қолдау алуына көмектеседі.

Күнделікті өмірде не істеуге болады?

Қысым жасамаңыз. Жасөспірімге өз талғамын, пікірін қалыптастыруға және өзіне қатысты шешімдерді қабылдауға мүмкіндік беріңіз.

Бақылаудан қарағанда қолдау маңызды. Егер бала біреудің орынсыз тиісуіне немесе мазалауына тап болса, оның сөзін мұқият тыңдап, өзін қорғауына және көмек алуына көмектесіңіз.

Жасөспірімге әлеуметтік желіде жеке мәліметтер мен фотосуреттерді жариялаудың салдарын түсіндіріңіз. Интернеттегі қауіпсіздік ережелерін бірге белгілеңіз.

Баланың дербестігін қолдаңыз. Қажет кезде шешім қабылдауына көмектесіңіз. Оның таңдауы сіздің таңдауыңыздан өзгеше болса да, пікіріне құрметпен қараңыз.

Жеке шекараны құрметтеу – отбасындағы сенім мен жасөспірімнің психологиялық саулығының негізі. Ата-анасы оның жеке шекарасын түсініп, құрметтеген жағдайда, жасөспірім есейу кезеңіндегі қиындықтарды сенімдірек әрі сабырлы еңсереді.

II. Негізгі бөлім

2.1. «Жасөспірімнің жеке шекарасына мен қалай қараймын?» жаттығуы

Педагог: Қазір бірнеше сөйлем оқимын. Егер айтылған оймен келіссеңіз, қол көтеріңіз. Келіспесеңіз, қол көтермейсіз. Көп ойланбай, бірден жауап беріңіз. Мұнда дұрыс немесе бұрыс жауап жоқ.

Дауыс беруге арналған сөйлемдер:

- ✓ Жасөспірім менен ештеңе жасырмай, өзі туралы бәрін айтуы керек.
- ✓ Балам үшін алаңдасам, оның телефонын тексеруге құқым бар.
- ✓ Жасөспірім маған «жоқ» деп айта алады.
- ✓ Баламның қате шешім қабылдап жатқанын көрсем, оған қысым жасамай тұра алмаймын.
- ✓ Баланың жеке шекарасын құрметтеу – оған немқұрайды қарау емес.

Дауыс беруден кейінгі талқылау

Педагог: Шынайы жауап бергендеріңізге рақмет! Кейбір сөйлемдермен бірден келісе алмаған немесе күмәнданған болуыңыз мүмкін. Бұл түсінікті. Ата-ана баласын қорғағысы келеді, бірақ онымен арадағы сенімді де жоғалтқысы келмейді. Сондықтан кейде қамқорлықтың қай жерде бақылауға айналып кеткенін аңғармай қаламыз.

Сұрақтар: Осы сөйлемдердің қайсысын қабылдау сізге қиын болды? Жасөспірімнің жеке шекарасын құрметтеу маңызды екенін түсінсек те, оны күнделікті өмірде сақтау неліктен қиын?

Жеке шекараны құрметтеу – баладан алыстау емес. Керісінше, бұл ата-ана мен бала арасындағы сенімді сақтауға көмектеседі. Жасөспірім өз шекарасын басқа адамдарға білдіріп, қорғай алуы үшін

ең алдымен үйінде оның жеке шекарасына құрметпен қарайтынын сезінуі қажет.

Педагог: Енді осыны күнделікті өмірде кездесетін мысалдар арқылы қарастырайық.

2.2. «Ата-ана жасөспіріммен қалай қарым-қатынас жасайды?» жаттығуы. Флипчартта ата-аналардың жасөспірімге жиі айтатын сөздері берілген кесте көрсетіледі. Бұл сөздер ата-ананың баламен қарым-қатынас жасау тәсіліне қарай бөлінген.

Нұсқаулық. Кестеде «Немқұрайлы қарау» және «Бақылау» бағандары берілген. Онда ата-аналардың жасөспірімге жиі айтатын сөздері жазылған. «Қолдау» бағанына сол жағдайда баланы қолдайтын сөзді өзіңіз құрастырып жазыңыз.

НЕМҚҰРАЙЛЫ ҚАРАУ	ҚОЛДАУ «Қолдау» бағаны ата-аналардың жауаптары бойынша толтырылады. Кестеде жауап үлгілері берілген.	БАҚЫЛАУ
«Маған бәрібір», Баланың мәселесіне араласпау, Баланың көмекке мұқтаж екенін байқамау	«Қажет болса, мен қасыңдамын» «Сенің пікіріңді тыңдаймын және құрметтеймін» «Таңдау өзінде. Кел, бірге талқылайық»	«Сен үшін мен шешемін», Қысым жасау және тыйым салу, Балаға сенбеу

Қорытынды. **Қолдау** – жасөспірімнің жеке таңдауына құрметпен қарап, қажет кезде қасынан табыла білу.

2.3. Топтық жұмыс. Жағдаяттарды талдау (*Чек-парақ, жадынама – таратпа материал*)

1-топ. 1-жағдаят

10-сыныпта оқитын қыз үйге әдеттегіден үнсіз әрі мазасыз болып келеді. Ата-анасы не болғанын сұрағанда, ол: «Бүгін автобуста бір ер

адам қасыма келіп отырды. Маған тым жақын отырды да, алдымен қолыма, кейін тіземе тиісе бастады... Маған бұл ұнамады. Бірақ сол сәтте не істерімді білмей қалдым», – дейді.

Ата-ананың орынсыз жауабы: «Ол жаққа неге бардың? Қандай киім киіп едің? Неге бірден айқайламадың?!»

Талқылауға арналған сұрақ: Қыз ата-анасының осындай жауабынан кейін өзін қалай сезінуі мүмкін?

Күтілетін жауап. Қыз өзін кінәлі сезініп, өз әрекетіне күмәндануы мүмкін. Ата-анасының оны түсінбегенін сезіп, келесі жолы осындай жағдайды айтпай қоюы ықтимал.

Ата-ана қызын қалай қолдай алады? Күтілетін жауап: «Ол адамның саған бұлай жасауға құқығы жоқ. Маған айтқаның дұрыс болды. Оның кім екенін анықтап, жауапқа тарту үшін шара қолданғанымызды қалайсың ба? Осындай жағдай тағы болса, не істеуге болатынын бірге талқылайық. Қаласаң, не айтуға болатынын алдын ала бірге қайталап көреміз».

Біреу тым жақын келіп, мазалай бастаса, сол сәтте қарсылық білдіруге болады. Одан алысырақ отыруын сұрауға немесе айналадағы адамдар еститіндей дауыспен тоқтатуын талап етуге болады. Өзіңе оның әрекеті ұнамайтынын анық айтқан дұрыс. Егер айтуға қиналсаң, орныңнан тұрып, басқа жерге ауысуға болады.

Күтілетін жауапқа қосымша. Ата-ана қызымен мұндай жағдайда «жоқ» деп қалай айтуға болатынын және кімнен көмек сұрауға болатынын сабырмен талқылайды. Жасөспірімнің өз шекарасын қорғауға құқығы бар екенін және басқа адамның орынсыз әрекетіне ол кінәлі емес екенін айтады.

Топта талқылауға арналған сұрақтар:

- ✓ Бала осындай жағдайды ата-анасына қорықпай айта алуы үшін ата-ана онымен қалай сөйлесуі керек?
- ✓ Ата-анасы кінәламай, түсіністік танытса, жасөспірім өзін қалай сезінеді?
- ✓ Осындай кезде балаға ата-анасынан қандай сөз есту маңызды?
- ✓ Балаға өз денесіне қатысты ненің дұрыс, ненің дұрыс емес екенін және өзіне ұнамайтын әрекетке қарсылық білдіруге құқығы бар екенін алдын ала түсіндіру неліктен маңызды?

2-топ. 2-жағдаят

Әкесі 15 жастағы қызынан телефонының құпиясөзін сұрайды.

Қызы айтудан бас тартып: «Маған сенбейсіз бе?» – дейді.

Ата-ананың орынсыз жауабы: Әкесі: «Ата-анаңнан жасыратын бірдеңе бар ма?» – деп жауап береді.

Талқылауға арналған сұрақтар:

- Әкесінің бұл сөзінен кейін қыз өзін қалай сезінуі мүмкін?
- Әкесі бұл жағдайда қызымен қалай сөйлескені дұрыс?
- Әкесінің жауабын құрастырыңыздар.

Топта талқылауға арналған сұрақтар:

- ✓ Әкесінің өзіне сенбейтінін сезгенде қыз қандай күйде болуы мүмкін?
- ✓ Осындай кезде қызға әкесінен қандай сөз есту маңызды?
- ✓ Әкесі телефонды не үшін тексергісі келетінін, яғни қызын интернеттегі зорлық-зомбылықтан қорғағысы келетінін түсіндіру неліктен маңызды?

3-топ. 3-жағдаят

16 жастағы ұл ата-анасына бұрын бірге тандаған колледжге түскісі келмейтінін айтады.

Ата-ананың орынсыз жауабы: Анасы жылап: «Біз сен үшін бәрін жасадық! Ал сен өзімшілсің!» – дейді.

Талқылауға арналған сұрақтар:

- Анасының бұл сөзінен кейін бала өзін қалай сезінуі мүмкін?
- Анасы бұл жағдайда баласына қалай қолдау көрсеткені дұрыс?
- Анасының жауабын құрастырыңыздар.

Топта талқылауға арналған сұрақтар:

- ✓ Өз пікірінің қабылданбағанын көргенде бала не сезінуі мүмкін?
- ✓ Анасы баласының сөзін естігенде қалай жауап бергені дұрыс еді?
- ✓ Осындай жауаптан кейін бала алдағы жоспарын ата-анасына ашық айта ала ма?

2.4. Ата-анаға арналған «Жасөспірімнің жеке шекарасын қалай құрметтеуге болады?» жадынамасы

1. Оның жеке тұлға екенін қабылдаңыз. Жасөспірім енді кішкентай бала емес. Оның өз пікірі, сезімі және таңдау жасауға құқығы бар.

2. Жеке кеңістігін құрметтеңіз. Бөлмесіне есік қақпай кірмеңіз. Заттарын рұқсатсыз алмаңыз, жеке хаттарын оқымаңыз. Алдымен: «Бола ма?» – деп сұраңыз.

3. Сезімін жоққа шығармаңыз. «Ойдан шығарма!» деудің орнына: «Саған қазір қиын болып тұрғанын көріп тұрмын. Айтқың келе ме?» – деп сұраңыз.

4. Қамқорлықты бақылауға айналдырмаңыз. Бала үшін алаңдау – қалыпты. Бірақ оның әр қадамын бақылаудың қажеті жоқ. Бір-біріңізбен қалай хабарласып тұратыныңызды алдын ала келісіп алыңыз.

5. Ережелерді бірге келісіңіздер. Жасөспірім өзі де қатысып қабылдаған ережені сақтауға бейім болады. «Сен қалай ойлайсың?», «Сен үшін не маңызды?» – деп оның да пікірін сұраңыз.

6. Оның денесіне қатысты шекарасын құрметтеңіз. Құшақтауға немесе қол тигізуге мәжбүрлеменіз. «Сені құшақтасам бола ма?» – деп сұраңыз. Оның өз денесіне қатысты қалауын құрметтеу – сенімді қарым-қатынастың маңызды бөлігі.

7. Сізден алыстағандай көрінсе де, жанынан табылыңыз. «Мен қасыңдамын. Қажет болсам, маған келе аласың», – деп айтыңыз. Жеке шекарасына құрметпен қараған кезде жасөспірім өзін қауіпсіз сезінеді және ата-анасынан қолдау таба алатынын біледі.

Есте сақтаңыз! Баланың жеке шекарасын құрметтеу – арадағы сенімді сақтап, бір-біріңізге жақын болудың бір жолы.

2.5. Топтық жұмыс. «Жасөспірімге эмоциялық қолдау көрсету»

Нұсқаулық. Жасөспірімнің сөзіне немесе әрекетіне ата-ананың қалай жауап бергенін топта талқылаңыздар. Берілген жауаптардың ішінен жасөспірімге қолдау көрсететін нұсқаны таңдаңыздар.

Жасөспірімнің әрекеті	Ата-ананың жауабы	Бұл жауап нені білдіреді?
Ашулы, үндемейді, сөйлескісі келмейді	«Қазір айт, не болды?!», «Көңіл күйің жоқ сияқты. Қажет болсам, қасыңдамын».	Қысым жасау және қысым жасамай қолдау
Өзі келіп, басынан өткен жағдайды айтады	«Тағы да шағымданып тұрсың ба...» «Қаласаң, қасыңда жай ғана отырайын».	Баланың мәселесіне мән бермеу Үндемей жанында болу
Көмектен бас тартып, өзі жасап көргісі келеді	«Бәрін бүлдіресің, бері бер!» «Мұны өзің жасап көргің келіп тұрғанын түсіндім».	Шамадан тыс қамқорлық Баланың өз бетінше әрекет етуіне мүмкіндік беру

2.6. «Қай шекара бұзылды?» жаттығуы

Жүргізуші түрлі жағдаяттар жазылған карточкаларды оқып береді немесе қатысушыларға таратады. Мысалы: «Біреу рұқсатсыз тым жақын келсе, өзімді жайсыз сезінемін», «Біреу менің сырымды басқаларға айтып қоя ма деп қорқамын», «Ата-анам мені тыңдамаса, ренжимін». Ата-аналар әр жағдаятты оқып, оның қай шекараға қатысты екенін анықтайды: дене шекарасы, эмоционалды шекара немесе ақпараттық шекара.

Тапсырма аяқталған соң, жауаптар бірге талқыланады. Қатысушылар неліктен сол шекараны таңдағанын түсіндіреді. Жүргізуші жасөспірімдердің күнделікті өмірінде кездесетін мысалдар арқылы әр шекараның маңызын түсіндіреді.

Дене шекарасы 	Эмоционалды шекара 	Ақпараттық шекара 
		

- Мені құшақтағанын қаламасам да, біреу құшақтай берсе, ыңғайсызданамын.
- Біреу бөлмеме есік қақпай кірсе, ашуланамын.
- Жақын адам болса да, қаламасам, оны сүйуге мәжбүрлегені маған ұнамайды.
- Ата-анам менің сезімімді мазақ етсе, ренжимін.
- Досым немесе туысым сеніп айтқан сырымды басқаға жеткізсе, мені сатып кеткендей сезінемін.

- Ата-анам жеке шаруаларымды қайта-қайта сұрай берсе, ыңғайсызданамын.
- Жоспарларымды менен сұрамай жұртқа айтып қойса, өзіме қатысты нәрсеге өзім ие бола алмай қалғандай сезінемін.
- Сөйлескім келмейтін нәрсені айтуға мәжбүрлесе, мазасызданамын.
- Менің уайымымды елемесе, өзімді жалғыз әрі қорғансыз сезінемін.
- Істемеген ісім үшін кінәласа, ашуланамын.
- Мені өзгелермен салыстырып, намысыма тисе, мазасызданамын.
- Біреу жеке хаттарымды оқып қоя ма деп қорқамын.
- Фотосуретімді менен сұрамай жарияласа, алаңдаймын.

Жауаптары

Дене шекарасы

1. Мені құшақтағанын қаламасам да, біреу құшақтай берсе, ыңғайсызданамын.
2. Біреу бөлмеме есік қақпай кірсе, ашуланамын.
3. Біреуді сүйгім келмесе де, соған мәжбүрлегені маған ұнамайды.
4. Біреу мені итерсе немесе маған тым жақын келсе, мазасызданамын.
5. Біреу маған ұзақ уақыт қадалып қараса, өзімді жайсыз сезінемін.

Эмоционалды шекара

1. Ата-анам менің сезімімді мазақ етсе, ренжимін.
2. Сөйлескім келмейтін нәрсені айтуға мәжбүрлесе, мазасызданамын.
3. Менің уайымымды елемесе, өзімді қорғансыз сезінемін.
4. Істемеген ісім үшін кінәласа, ашуланамын.
5. Мені өзгелермен салыстырып, намысыма тисе, мазасызданамын.

Ақпараттық шекара

1. Біреу жеке хаттарымды оқып қоя ма деп қорқамын.
2. Фотосуретімді менен сұрамай жарияласа, алаңдаймын.

3. Досым немесе туысым сеніп айтқан сырымды басқаға жеткізсе, мені сатып кеткендей сезінемін.
4. Ата-анам жеке шаруаларымды қайта-қайта сұрай берсе, ыңғайсызданамын.
5. Жоспарларымды менен сұрамай жұртқа айтып қойса, өзіме қатысты нәрсеге өзім ие бола алмай қалғандай сезінемін.

2.7. Ата-аналарға арналған кеңестер

Жасөспірім сөйлеп жатқанда сөзін бөлмей тыңдаңыз, айтқанына бірден баға беруге асықпаңыз. Оның «жоқ» деп айтуға және өзіне ұнамайтын нәрседен бас тартуға құқығы бар екенін қабылдаңыз. Телефон, гаджеттер мен әлеуметтік желілерді пайдалану тәртібін бірге ақылдасып белгілеңіз. Баланың көңіл күйі мен мінезіндегі алаңдататын өзгерістерді назардан тыс қалдырмаңыз. Қажет болса, көмекке жүгініңіз.

Жасөспірімге өз бетінше әрекет етуге, болашағына қатысты таңдау жасауға мүмкіндік беріп, қолдау көрсетіңіз.

Педагог ата-аналарға **«Жасөспіріммен тіл табысудың ерекшеліктері», «Жасөспірім қыздардың көңіл күйі мен ішкі толғаныстарының ерекшеліктері»** жадынамаларын ұсынады (*Қосымша ____*).

III. Қорытынды. Рефлексия

Педагог: Бүгінгі жұмысқа белсенді қатысып, ойларыңызды ашық айтқандарыңыз үшін рақмет!

Бүгін біз жасөспірімнің жеке шекарасын құрметтеу не үшін маңызды екенін талқыладық. Бала өзінің пікірі мен таңдауына ата-анасы құрметпен қарайтынын сезінсе, оған сенім артып, қиындықтарын жасырмай айтуы оңайырақ болады. Осындай қолдау жасөспірімнің біртіндеп өз бетінше шешім қабылдап, өзіне сенімді

болуына көмектеседі. Балаңызға тек бақылаушы емес, оны тыңдайтын және түсінуге тырысатын ата-ана болыңыз. Сөзін бөлмей тыңдаңыз, бірден сынауға асықпаңыз. Өз ойыңызды күштеп қабылдатпай, оның пікірін де ескеріңіз. Қателескен кезде кінәламай, жанынан табылыңыз.

Жасөспірімдік шақта балаға ата-анасының қолдауы әлі де қажет. Сондықтан осы кезеңде оның сенім арта алатын ең жақын адамдарының бірі болу маңызды.

Сабақтың басында сіз өзіңізге маңызды болған бір сұрақты таңдадыңыз. Енді сол сұраққа қайта оралып көріңіз. *Бүгін оған жауап таба алдыңыз ба?*

«Менің білгім келетіні...» (біреуін таңдаңыз немесе өз ойыңызды қосыңыз)

...балам менімен ашық сөйлесуі үшін не істеуім керек?

...балам бәрін жоққа шығарса, не істеймін?

...оның жеке шекарасын бұзбай, қалай қолдау көрсетемін?

...ашуланған кезде дауысымды көтермей, өзімді қалай ұстаймын?

...ата-ана ретінде қай жерге дейін араласуым керек?

...неліктен балам менен алыстап бара жатқандай сезінемін?

...осы жаста қандай өзгерістер қалыпты, ал қайсысы қалыпты емес?

...балама еркіндік беріп, сонымен бірге оны қалай назардан тыс қалдырмаймын?

...неліктен кейде балама ашуланып, артынан өзімді кінәлі сезінемін?

...балам менің көмегімді қабылдаса, не істеймін?

Педагог: Егер балаңызбен қарым-қатынасқа қатысты сұрақтарыңыз немесе қиындықтарыңыз болса, Педагогикалық қолдау орталығына хабарласып, көмек ала аласыз.

10–11-сынып оқушылары мен ата-аналарына арналған

бірлескен сабақ

Тақырыбы: «Жасөспірімді интернеттегі қауіп-қатерден қалай қорғаймыз?»

Мақсаты: ата-аналарға интернеттегі қауіп-қатерді ажырата білуге, жасөспірімді осындай жағдайлардан қорғауға және қиындық туындаған кезде дұрыс қолдау көрсетуге көмектесу.

Міндеттері:

- интернетте жасөспірімдер қандай қауіп-қатерге тап болуы мүмкін екенін түсіндіру;
- интернет арқылы жасалатын зорлық-зомбылықты дер кезінде байқауға үйрету;
- жасөспірімнің өз бетінше әрекет етуге ұмтылатынын, айналасындағылардың оны қабылдауы мен бағалауы маңызды екенін, сондай-ақ жасөспірім қыздардың өзін бағалауы мен сезімталдығына байланысты ерекшеліктерін ескере отырып, оны интернеттегі қауіптен қорғаудың жолдарын қарастыру;
- ата-аналарға баласымен ашық сөйлесіп, сенімді қарым-қатынас орнатуға көмектесетін тәсілдерді үйрету.

Жоспар

I. Сәлемдесу

1.1. «Сынып чатындағы мазақ пен жәбірлеу» жағдаяты

1.2. Интерактивті сауалнама

II. Негізгі бөлім

2.1. Топтық жұмыс. «Қауіпті қалай байқаймыз? Жасөспірімді қалай қорғаймыз?»

2.2. Жұптық жұмыс. «Интернеттегі қауіпсіздігіңе өзін жауап бересің»

III. Қорытынды

3.1. Топтық талқылау. «Бүгін не үйрендім?»

3.2. «Мен не істей аламын?» жеке әрекет жоспары

Ресурстар: презентация, 1, 2, 3-қосымшалар, А4 қағазы, қаламдар, флипчарттар, маркерлер, төрт түсті стикерлер.

Сабақ ұзақтығы: 60 минут.

САБАҚ БАРЫСЫ

I. Сәлемдесу

1.1. «Сынып чатындағы мазақ пен жәбірлеу» жағдаяты

Әлия 16 жаста, 10-сыныпта оқиды. Ол ашық мінезді, белсенді қыз. Сабағын жақсы оқиды, сыныптастарымен араласады, мектептегі іс-шараларға да жиі қатысады.

Бірақ бір күні жағдай өзгеріп кетеді. Мектеппен экскурсияға барып келгеннен кейін Әлия сынып чатына суретін салады. Көп ұзамай сыныптастары суретті келемеждеп, түрлі пікір жаза бастайды:

- «Мына тұрғаның не? Модель болғың келіп жүр ме?»
- «Суретке дұрыс түсуді білмейсің бе?»
- «Мұны жариялауға саған кім рұқсат берді?»

Алғашында Әлия оларға мән бермейді. Бірақ бірте-бірте мазақ күшейеді. Сыныптастары оның суреттерінен мем жасап, басқа чаттарға тарата бастайды. Әлия тіпті досым деп жүрген балалардың да оны мазақ етіп жүргенін көреді.

Бірнеше аптадан кейін жағдай одан сайын ушығады. Біреулер әлеуметтік желіде Әлияның атынан жалған парақшалар ашып, оның қызығатын нәрселерін мазақ еткен жазбалар жариялайды.

Жеке хабарламасына: «Өзіңе тым сенімдісің. Мүмкін, жоғалып кеткенің дұрыс шығар?» – деп те жазады.

Мектепте де мазақ тоқтамайды. Үзілісте сыныптастары оған карап күледі, өзара сыбырласады. Бірақ бетіне ештеңе айтпайды.

Осының бәрі Әлияға ауыр тиеді. Ол әлеуметтік желілерден аулақ жүре бастайды, мектепке бармай қалатын күндері көбейеді, сабақ оқуға да зауқы соқпайды. Ата-анасы қызының мазасызданып жүргенін байқайды. Бірақ Әлия не болғанын айтпайды.

Ата-аналармен әңгімелесу

- Егер сіздің балаңыз осындай жағдайға тап болса, не істер едіңіз?
- Мұндай жағдайдың алдын алу үшін не істеуге болады?
- Жасөспірім интернетте өзін қауіпсіз сезінуі үшін ата-ана не істей алады?

1.2. Интерактивті сауалнама

Ата-аналарға әр түсті стикерлер таратылады.

Сіздің ойыңызша, интернет жасөспірімдер үшін қаншалықты қауіпті?

а) Қауіп аз. Қазіргі жасөспірімдер интернетте өздерін қорғай біледі. *(Қызыл стикер)*

ә) Қауіп бар. Бірақ көп нәрсе жасөспірімнің өзін қалай ұстайтынына байланысты. *(Сары стикер)*

б) Қауіп жоғары. Интернетте жасөспірімге елеулі зиян келтіруі мүмкін жағдайлар кездеседі. *(Жасыл стикер)*

Жасөспірімге интернетте қандай қауіп төнетінін және сондай кезде ата-ана не істеуі керектігін қаншалықты білесіз?

а) Бұл тақырыпты жақсы білемін. Балама не істеу керектігін түсіндіре аламын. *(Жасыл стикер)*

ә) Негізгі қауіптерді білемін. Бірақ кейде қалай әрекет ету керектігін білмей қаламын. *(Қызғылт сары стикер)*

б) Интернетте қауіп бар екенін білемін, бірақ бұл тақырып туралы көбірек білгім келеді. (*Сары стикер*)

в) Интернет қауіпсіздігі туралы білімім жеткіліксіз. Бұл тақырыпты толығырақ білгім келеді. (*Қызыл стикер*)

II. Негізгі бөлім

2.1. Топтық жұмыс. «Қауіпті байқа. Балаңды қорға» (1-қосымша)

Ата-аналарға жасөспірім интернетте кездесуі мүмкін бірнеше жағдаят беріледі. Әр топ өзіне берілген жағдаятты мына сұрақтар бойынша талқылайды:

- Бұл жерде жасөспірімге қандай қауіп төніп тұр?
- Ата-ана не істей алады?
- Бала осындай қауіптен сақтануы үшін оған нені үйрету керек?

Талқылауға арналған жағдаяттар

Бейтаныс адаммен сөйлесу. Жасөспірім интернетте танысқан адаммен жиі сөйлеседі. Бірақ кіммен және не туралы сөйлесіп жүргенін ата-анасына айтпайды.

Қауіпті челлендж. Әлеуметтік желіде жасөспірімдерді өз өмірі мен денсаулығына қауіп төндіретін әрекеттерге итермелейтін челлендж тарап жүр.

Кибербуллинг. Сыныптастары жасөспірімнің суретін пайдаланып, келемеждейтін мемдер жасайды және оның рұқсатынсыз басқа адамдарға таратады.

Фишинг. Жасөспірімге «аккаунтыңды раста» деген хат келіп, жеке мәліметтерін енгізу сұралады.

Әлеуметтік желіге тым көп уақыт бөлу. Бала телефоннан шықпайтын болды. Сабағына көңіл бөлмейді, отбасымен де бұрынғыдай араласпайды.

Секстинг. Біреу жасөспірімге жеке хабарлама жазып, ешкімге көрсетпейтінін айтып, жеке сипаттағы суретін жіберуді сұрайды.

Сексуалдық бопсалау (sextortion). Біреу жасөспірімнің жеке суреттерін жариялаймын деп қорқытып, ақша немесе тағы да сурет жіберуін талап етеді.

Киберсталкинг. Бір адам жасөспірімнің әр жазбасына пікір қалдырып, қайта-қайта жеке хабарлама жібереді. Тіпті оның интернетте өзі жарияламаған жеке мәліметтерін де біледі.

Хейт және кибербуллинг. Жасөспірім әлеуметтік желіге жазба жариялайды. Осыдан кейін оның сыртқы келбетін, қызығушылықтарын келемеждейтін жағымсыз пікірлер көптеп жазыла бастайды.

Интернет арқылы қысым көрсету. Таныс адам жасөспірімге үнемі кемсітетін сөздер жазып, оның кіммен араласатынына, не істейтініне және қандай шешім қабылдайтынына араласуға тырысады.

Экстремистік идеялардың ықпалы. Жасөспірім радикалды идеяларға қатты қызыға бастайды, әлеуметтік желідегі экстремистік топтарға қосылады. Бірте-бірте оның айналасындағы адамдарға деген көзқарасы да өзгереді.

Барлық жағдаятты ата-аналармен бірге талқылаңыз. Әр жағдайда *қауіпті неден байқауға болатынына және ата-ананың не істегені дұрыс екеніне* назар аударыңыз.

Талқылаудан кейін әр топ күнделікті өмірде қолдануға болатын *интернет қауіпсіздігіне қатысты кеңестер тізімін* жасайды. Кеңестерді дайындағанда 16–18 жастағы жасөспірімдердің қарым-қатынас ерекшеліктерін, сондай-ақ жасөспірім қыздардың сезімталдығы мен ішкі толғаныстарын ескеру қажет.

Тапсырмаға 5 минут беріледі. Соңында әр топ өздері дайындаған кеңестерді таныстырады.

2.2. Жұптық жұмыс. «Интернетте не істесең де, жауапкершілік өзінде»

Нұсқаулық. Әр жұпқа бір жағдаят беріледі. Осы жағдай туралы балаңызбен қалай сөйлесер едіңіз? Араларыңызда болатын әңгімені құрастырыңыз. Баламен бірге болған жағдайды және оның арты неге соғуы мүмкін екенін талқылаңыз.

Талқылауға арналған жағдаяттар

- Жасөспірім бір жаңалықты өзгелерге жіберді. Кейін оның жалған ақпарат екені белгілі болды. Мұның арты неге соғуы мүмкін?
- Жасөспірім біреудің жазбасының астына ашумен ауыр сөз жазып қалдырды. Бұл сөз әлгі адамға қалай әсер етуі мүмкін?
- Жасөспірім «мұнда тұрған ештеңе жоқ» деп, суретін интернетке салды. Бірақ сол суретті бөтен адамдар өз мақсатына пайдалануы мүмкін. Мұнда қандай қауіп бар?
- Жасөспірім интернеттегі дауға араласып, ашумен дөрекі сөздер жазды. Мұның соңы не болуы мүмкін?
- Жасөспірім әлеуметтік желіге қайда оқитынын, үйінің мекенжайын жазып қойды. Мұндай мәліметті жариялау несімен қауіпті?
- Өзіл қай кезде адамның көңіліне тиетін сөзге айналады?
- Интернетте сөйлескенде де өзгенің көңіліне қарау неліктен маңызды?

Тапсырмаға 5 минут беріледі. Уақыт аяқталған соң, әр жұп өзіне берілген жағдаятты оқып, бала мен ата-ана арасындағы әңгімені көрсетеді. Одан кейін қалған ата-аналар өз ойларын айтады.

III. Қорытынды

3.1. Топтық талқылау. «Бүгін өзім үшін не білдім?»

Ата-аналар кезекпен сабақтан алған әсерімен бөліседі.

- Бүгін айтылған қауіптердің қайсысы сіз үшін күтпеген болды?
- Сізге әсіресе не пайдалы болды?
- Осы сабақтан кейін жасөспірімнің интернеттегі қауіпсіздігі туралы ойыңыз өзгерді ме?
- Бүгіннен бастап қандай әрекет жасауға дайынсыз?

3.2. «Сабақтан кейін не істеймін?»

Әр ата-ана баласын интернеттегі қауіптен қорғау үшін сабақтан кейін жасайтын *3 нақты әрекетін* жазып шығады.

Мысалы:

- Балаңыздан: «Интернетте біреу сен туралы жағымсыз пікір жазса, не істейсің?» – деп сұрап, осы тақырыпта сөйлесіңіз.
- Балаңызбен бірге оның әлеуметтік желідегі парақшасына кімдер кіре алатынын, жазбалары мен суреттерін кімдер көретінін тексеріңіз.
- Балаңызға интернеттен көрген ақпаратты бірден тарата салмай, алдымен оның рас екенін тексеру керектігін түсіндіріңіз.

ҚОСЫМША

1-қосымша



2-қосымша

ӨРТ ШЫҚҚАН ЖЕРДЕ ҚАЛЫП ҚОЙСАҢЫЗ, НЕ ІСТЕУ КЕРЕК?

Ол жерден шығып кетуге мүмкіндік болса:



Шығып кету мүмкін болмаса:



Өрт кезінде адамдардың қаза болу негізгі себептері





ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙ КЕЗІНДЕ



Сабыр сақтаңыз

Бала ең алдымен сіздің әрекетіңізге қарайды.
Сондықтан абыржымай, байыппен әрекет етіңіз.



Не істеу керекін ретімен орындаңыз

Жағдайға қарай қауіпсіз жерге шығыңыз немесе қауіпсіз жерде қалыңыз.
Балаларды қасыңыздан шығармай,
отбасы мүшелерінің түгел екенін тексеріңіз.



Ресми хабарламаларды тыңдаңыз

Төтенше жағдайлар қызметінің хабарламаларын қадағалап,
берілген нұсқауларды орындаңыз.



Балаға не болып жатқанын түсіндіріңіз

Балаға жағдайды жасына сай, түсінікті тілмен айтып беріңіз.
Сұрақтарына жауап беріп, қорқып тұрса, қасында болыңыз.



ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙДАН КЕЙІН



Айнала қауіпсіз бе, тексеріңіз

Үйге бірден кірмеңіз. Алдымен ғимаратқа зақым келмегенін,
газдың иісі шықпай тұрғанын, электр сымдарының үзілмегенін тексеріңіз.



Жақындарыңызға хабар беріңіз

Аман екеніңізді және қай жерде екеніңізді жақындарыңызға айтыңыз.
Балаға достарымен және сыныптастарымен хабарласуға
мүмкіндік беріңіз.



Баланы тыңдаңыз

Болған жағдай туралы сөйлескісі келсе, сөзін бөлмей тыңдаңыз.
Сұрақтарына түсінікті жауап беріңіз.
Қорқынышы мен мазасыздығы басылмаса, психологтің көмегіне жүгініңіз.



Күнделікті тіршілікке біртіндеп оралыңыз

Мүмкіндігінше бұрынғы күн тәртібін қалпына келтіріңіз.
Балаға үйреншікті істерімен айналысуға, оқуына,
достарымен араласуына мүмкіндік беріңіз.

АТА-АНАЛАРҒА ЖАДЫНАМА

ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙДА БАЛАНЫ ҚАЛАЙ ҚОРҒАУ КЕРЕК?

№		Не істеу керек
1.		Отбасыңызға ортақ құпия сөз ойлап табыңыз. Балаңызды сіздің атыңыздан біреу алып кетуге келсе, одан осы сөзді сұрасын.
2.		Балаңыз өз мекенжайын және жақындарының телефон нөмірлерін жатқа білсін. Сондай-ақ төтенше жағдайда 112 -ге хабарласуды үйретіңіз.
3.		Өрт шықса, тығылып қалуға болмайтынын түсіндіріңіз. Киімін, телефонын немесе басқа заттарын іздеп уақыт жоғалтпай, сыртқа шығуы керек. Лифтіге мінуге болмайды.
4.		Түтін басқан жерде қалай әрекет ету керегін көрсетіңіз. Түтін қою болса, төмен еңкейіп жүрген дұрыс. Ауыз бен мұрынды дымқыл матамен жабуға болады.
5.		Төтенше жағдай кезінде бала ересектерден алыс кетпесін . Бөгде заттарды ұстамасын , қараусыз қалған сөмке мен пакеттерге жақындамасын.
6.		Көмек керек болса, кімге бару керегін бала білсін. Адасып қалса немесе қауіп төнсе, полиция қызметкерінен, құтқарушыдан, күзетшіден немесе сол жердің қызметкерінен көмек сұрасын.
7.		Жер сілкінгенде не істеу керегін үйде бірге қайталап көріңіз . Терезеден және құлауы мүмкін заттардан аулақ болып, басы мен мойнын қорғауды көрсетіңіз. Үйдегі қауіпсіз жерлерді бала алдын ала білсін.
8.		Балаңыз 112 нөмірін жатқа білсін. Қоңырау шалғанда не болғанын, қай жерде тұрғанын және кімге көмек керек екенін анық айтуды үйретіңіз.
9.		ЕСТЕ ҰСТАҢЫЗ Қауіп төнгенде бала абдырап қалмауы үшін, не істеу керегін алдын ала айтып қана қоймай, бірге қайталап көрген дұрыс.

МЕН НЕ ІСТЕУГЕ БОЛМАЙТЫНЫН БІЛЕМІН





Бейтаныс адамға жақындамаймын.

Таныс емес кісі шақырса, қасына бармаймын.

Бейтаныс адамға үйімнің қайда екенін айтпаймын. Аты-жөнімді, мекенжайымды сұраса, жауап бермеймін.



Бөтен адамның көлігіне отырмаймын.

«Апарып тастаймын» десе де, мінбеймін.



Бейтаныс адамнан тәтті де, ойыншық та алмаймын.

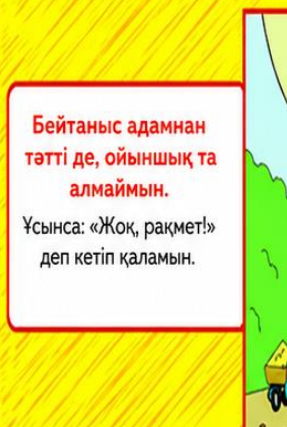
Ұсынса: «Жоқ, рақмет!» деп кетіп қаламын.

Бейтаныс адаммен әңгімелесіп тұрмаймын. Бірдене сұраса да, ұзақ сөйлеспей, өзім танитын үлкен адамның қасына барамын.



Бөтен адаммен ешқайда бармаймын.

«Бір жерге барып келейік», «бір нәрсе көрсетемін» десе де, ермеймін.



Бейтаныс адамнан тәтті де, ойыншық та алмаймын.

Ұсынса: «Жоқ, рақмет!» деп кетіп қаламын.

Үйімнің мекенжайын және ата-анамның телефон нөмірін жатқа білемін. Бірақ оны кез келген адамға айта бермеймін.



Бөтен адаммен ешқайда бармаймын.

«Бір жерге барып келейік», «бір нәрсе көрсетемін» десе де, ермеймін.

МЕН
ЖАҚСЫ БІЛЕМІН:



АТА-АНАҒА АРНАЛҒАН ЧЕК-ПАРАҚ БАЛАҢЫЗДЫҢ ИНТЕРНЕТТЕ ҚАУІПТІ ЖАҒДАЙҒА ТАП БОЛҒАНЫН ҚАЛАЙ БІЛУГЕ БОЛАДЫ?

МЫНАЛАРҒА МӘН БЕРІҢІЗ:

1		Балаңыз интернетте біреумен жиі сөйлесетін болды, бірақ оның кім екенін айтпайды.	☐
2		Желіде қауіпті әрекетке шақыратын тренд тарап жүр. Балаңыз да соны қайталағысы келеді.	☐
3		Сыныптастары балаңыз туралы мем жасап, одан сұрамай-ақ желіге салып жіберген.	☐
4		Балаңызға «аккаунтыңды раста» деген хабарлама келіп, аты-жөні, телефон нөмірі, құпиясөзі сияқты деректерді сұраған.	☐
5		Балаңыз телефонға бұрынғыдан да көп үңілетін болды. Сабағына, үйдегі әңгімеге, басқа істерге зауқы соқпай жүр.	☐
6		Біреу балаңызға жеке жазып, «ешкімге айтпа» деп, суретін жіберуді сұраған.	☐
7		Біреу балаңызды: «Ақша не сурет жібермесең, қолымдағы суреттеріңді жариялаймын» деп қорқытып жүр.	☐
8		Бір адам балаңыздың әр жазбасын аңдып, үнемі пікір қалдырады, жеке жазады. Тіпті балаңыз туралы өзі айтпаған нәрселерді де білетін сияқты.	☐
9		Балаңыз бір нәрсе жарияласа, артынан келемеждейтін, сырт келбетіне немесе қызығатын нәрселеріне тиісетін пікірлер жазылады.	☐
10		Бір танысы балаңызға қайта-қайта ауыр сөздер жазып, кіммен сөйлесетінін, не істейтінін нақылауға тырысады.	☐
11		Балаңыз бұрын қызықпаған радикалды мазмұндағы парақшаларды қарайтын, сондай топтарға жазылатын болды. Басқа адамдарға көзқарасы да күрт өзгерген.	☐



ЕСТЕ ҰСТАҢЫЗ

Осындай жағдайдың бірін байқасаңыз, «Телефоныңды бер!», «Неге кірдің?», «Өзің кінәлісің!» деп ұрысуға асықпаңыз.

Алдымен: «Не болды? Айта аласың ба? Мен сені тыңдаймын» деп сөйлесіп көріңіз.

Ең маңыздысы – бала басына іс түскенде сізден жасырмай, сізге келе алсын.





АТА-АНАҒА АРНАЛҒАН ЧЕК-ПАРАҚ



БАЛАҒЫЗДЫ ИНТЕРНЕТТЕ ҚАЛАЙ ҚОРҒАЙ АЛАСЫЗ?



1



Балаңыздың парақшасын кімдер көре алатынын бірге тексеріңіз.

Телефон нөмірі, мекенжайы, жүрген жері сияқты мәліметтерді жұрттың бәрі көріп тұрмағанына көз жеткізіңіз.



2



Балаңызбен интернеттегі сақтық туралы сөйлесіңіз.

Құпиясөзін ешкімге айтпасын. Бейтаныс адамға өзі туралы мәлімет бермесін. Біреудің жазғаны күмән тудырса, сізге көрсетсін.



3



Қандай хабарламаға сенуге болмайтынын көрсетіңіз.

«Сыйлық ұтып алдың», «мына сілтемеге кір», «ақша жібер», «суретіңді жібер», «ешкімге айтпа» деген хабарламалар келсе, асықпай, алдымен сізге айтсын.



4



Телефонға қатысты үйдегі тәртіпті бірге келісіп алыңыз.

Қай уақытта телефонды қоя тұратынын, қандай қосымшаларды қолданатынын алдын ала сөйлесіңіз. Тек тыйым сала бермей, себебін де түсіндіріңіз.



5



Біреу желіде тиіссе, бала не істерін білсін.

Жауап беріп, сөз таластырмасын. Хабарламаны өшірмей, сізге көрсетсін. Қажет болса, ол адамды бұғаттап, шағымдануға көмектесіңіз.



ЕҢ БАСТЫСЫ

Балаңыз интернетте бір жағдайға тап болса, «ұрысады» деп сізден жасырмасын. «Не болса да, маған айта аласың» деген сенім болсын.



Интернеттен қорғаймын деп бәріне тыйым салудың қажеті жоқ. Балаға қай жерде сақ болу кергін үйреткен маңызды.





АТА-АНАҒА АРНАЛҒАН ЧЕК-ПАРАҚ



БАЛАҒЫЗДЫҢ ИНТЕРНЕТТЕ БІР НӘРСЕГЕ АЛАҒДАП ЖҮРГЕНІН ҚАЛАЙ БАЙҚАЙСЫЗ?

1



**Телефонда кіммен сөйлесетінін
жасыратын болды.**
Сұрасаңыз, жауап бергісі келмейді.

☐

2



**Телефонды қарағаннан кейін
ашуланып не көңілсіз болып қалады.**
Кейде мазасызданып, тұйықталып кетеді.

☐

3



**Көңіл күйі өзгеріп,
тамаққа тәбеті болмай жүр.**
Бұрын ұнататын нәрселеріне де
қызықпай қалуы мүмкін.

☐

4



**Ұйқысы бұзылып, басы
жиі ауыратын болды.**
Түнде де телефонын
қайта-қайта қарай береді.

☐

5



**Хаттарын, жазбаларын немесе
парақшасын кенет өшіріп тастайды.**
Неге олай істегенін айтқысы келмейді.

☐


БАЛАҒЫЗБЕН СӨЙЛЕСІҢІЗ

Осындай белгілерді байқасаңыз,
бірден сұрақтың астына алмаңыз.
Жай ғана: «Соңғы кезде көңілсіз жүрсің.
Бірдеңе мазалап жүр ме? Айтқың келсе,
тыңдаймын», деп әңгіме бастаңыз.



**Балаңыз қандай жағдай болса да,
сізге айта алатынын білсін.**



АТА-АНАҒА АРНАЛҒАН ЧЕК-ПАРАҚ



1

Балаға интернетте қандай қауіп төнуі мүмкін екенін білесіз бе?



1



Иә, білемін. Қай кезде сақ болу керекін де білемін.

☐

2



Біраз білемін, бірақ әлі де білгім келетін нәрселер бар.

☐

3



Бұл туралы көп біле бермеймін. Толығырақ білгім келеді.

☐

2

Балаңыз интернетте бір жағдайға тап болса, не істеу керекін білесіз бе?



1



Иә, не істеу керекін және кімге хабарласу керекін білемін.

☐

2



Жалпы білемін, бірақ кейбір нәрселерді нақтылап алғым келеді.

☐

3



Әзірге білмеймін. Осындай кезде не істеу керекін білгім келеді.

☐


ЕҢ МАҢЫЗДЫСЫ

Балаңыз қандай жағдай болса да, сізге қорықпай айта алсын. Оны тыңдап, түсініп, жанынан табылыңыз.





АТА-АНАҒА АРНАЛҒАН ЧЕК-ПАРАҚ

БАЛАҒЫЗҒА ИНТЕРНЕТТЕ САҚ БОЛУДЫ ҮЙРЕТІП ЖҮРСІЗ БЕ?

	1 Бейтаныс адам жазса, жауап беруге асықпауын айтамын.	☐
	2 Құпиясөзін, телефон нөмірін, үйінің мекенжайын бөтенге айтпауын ескертемін.	☐
	3 Біреу қорқытса, мазасын алса немесе күмәнді нәрсе сұраса, маған бірден айтуын өтінемін.	☐
	4 «Осындай жағдай болса, сен не істер едің?» деп, баламмен бірге әртүрлі жағдайларды талқылап отырамын.	☐
	5 Мазасын алған адамды бұғаттауды және шағым жіберуді көрсетіп қойғанмын.	☐
	6 Бейтаныс адамға сурет жіберуге, өзі туралы артық мәлімет айтуға болмайтынын біледі.	☐
	7 Баламның интернеттегі қызығушылықтары туралы сөйлесіп отырамыз. Кіммен араласатынын да білемін.	☐
	8 Қандай жағдай болса да, менен жасырмай айтқанын қалаймын. Сол үшін айтқанын сабырмен тыңдауға тырысамын.	☐
	9 Интернетте өзім түсінбейтін нәрсе кездесе, «білмеймін» деп қоя салмай, анықтап аламын.	☐



ЕҢ БАСТЫСЫ

Балаңыз: «Бірдеңе болса, үйдегілерге айта аламын. Олар мені тыңдайды» деп ойлайтын болсын.





БАЛАҒЫЗ ИНТЕРНЕТТЕ ӨЗІН ҚОРҒАЙ АЛА МА?



1



Бейтаныс адам жазса,
бірден жауап бермеу
керекін біледі.

☐

2



Жеке мәліметтерін бөтен
адамға айтпау керекін
біледі.

☐

3



Интернетте біреу мазаласа,
қорқытса немесе күмәнді
нәрсе сұраса, маған
айтатынын біледі.

☐

4



Интернетте қандай жағдайлар
болуы мүмкін екенін
баламмен бірге талқылап
отырамыз.

☐

5



Басыңа қандай жағдай
түссе де, менен жасырмай
айт деп отырамын.

☐


ЕҢ БАСТЫСЫ

Балаңыз интернетте бір жағдайға тап болса,
оны жалғыз шешуге тырыспай, сізге бірден айта алсын.
Ол сіздің ұрыспай, алдымен тыңдап, көмектесетінін білсін.





АТА-АНАҒА АРНАЛҒАН САУАЛНАМА

БАЛАҒЫЗ ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛІДЕ ҚАУІПСІЗ БЕ?



№	СҰРАҚ	ЖАУАП НҰСКАЛАРЫ	СІЗДІҢ ЖАУАБЫҢЫЗ
1. 	Балаңыздың әлеуметтік желіде немен айналысатынын білесіз бе?	1) Иә, жақсы білемін.	☐
		2) Біраз білемін.	☐
		3) Онша біле бермеймін.	☐
		4) Мүлде білмеймін.	☐
2. 	Төмендегілердің қайсысы балаға интернетте қауіп төндіруі мүмкін деп ойлайсыз?	1) Кибербуллинг	☐
		2) Бейтаныс адамның баланың сеніміне кіруі	☐
		3) Алдап, өз дегеніне көндіру	☐
		4) Жеке суреттерін сұрау немесе рұқсатсыз тарату	☐
		5) Балаға зиянды ақпарат пен материалдар	☐
		6) Интернет пен ойынға шектен тыс беріліп кету	☐
		7) Жалған сілтеме арқылы жеке мәліметтерін қолға түсіру	☐
		8) Қорқыту немесе бопсалау	☐
3. 	Балаңызбен интернеттегі сақтық жайлы сөйлесесіз бе?	1) Иә, бұл туралы жиі сөйлесеміз.	☐
		2) Кейде сөйлесеміз.	☐
		3) Сирек сөйлесеміз, көбірек білгім келеді.	☐
		4) Бұл туралы әлі сөйлескен жоқпыз.	☐
4. 	Балаңыз интернетте қиын жағдайға тап болса, оған қалай көмектесу керекін білесіз бе?	1) Иә, не істеу керекін білемін.	☐
		2) Жалпы білемін, бірақ кейбір нәрселерді нақтылап алғым келеді.	☐
		3) Әзірге білмеймін, үйренгім келеді.	☐



ЕҢ БАСТЫСЫ

Балаңыз интернетте бір жағдайға тап болса, сізге айта алатынын білсін. Ұрыспай тыңдап, мәселені бірге шешуге көмектесіңіз.





16–18 ЖАСТАҒЫ БАЛАМЕН ҚАЛАЙ СӨЙЛЕСКЕН ДҰРЫС?



1. Балаңызбен үлкен адамдай сөйлесіңіз.

Бұйырып, зекіп сөйлемеңіз. Өз ойыңызды айтыңыз, бірақ оның да пікірін тыңдаңыз. Сізбен келіспесе де, сөзін бөліп тастамаңыз.



2. Бала сізден қорықпай, сізге сенуі керек.

Бір жағдай болып қалса, оны жасырып жүрмей, сізге айта алсын. «Айтсам, ұрсады» деп қорықпасын.



3. Телефонын алып қоюмен мәселе шешілмейді.

Алдымен не болғанын сұраңыз. Неге бұлай болғанын түсініп алыңыз. Содан кейін не істеуге болатынын бірге ойластырыңыз.



4. Бірден кінәламай, алдымен тыңдаңыз.

«Неге олай істедің?» деп ұрыса жөнелмей, «Не болды?», «Өзің бұған қалай қарайсың?» деп сұраңыз.



«Біреудің жеке суретін басқа адамдарға жіберу дұрыс па? Сен қалай ойлайсың?»



«Біреу сені қорқытып, бірдеңе талап етсе, кімге айтар едің?»



5. Балаңыздың өмірінен хабардар болып жүріңіз.

Неге қызығады, кімдермен араласады, интернетте не қарайды, соны біліп жүрген дұрыс. Бірақ күнде телефонын тексеріп, әр қадамын аңдудың қажеті жоқ.



6. Қауіп туралы құр сөзбен емес, мысалмен айтыңыз.

Өмірде болуы мүмкін жағдайларды бірге талқылаңыз. «Осындай жағдайға тап болсаң, не істер едің?» деп сұрап көріңіз.



7. Қателессе де, жалғыз қалдырмаңыз.

Ондай кезде балаға ұрыстан бұрын көмек керек. Алдымен жағдайдан шығуға көмектесіңіз. Кейін сабырмен отырып, қай жерде қателескенін бірге талқылауға болады.



ЕҢ МАҢЫЗДЫСЫ

Балаңыздың «Бірдеңе болып қалса, үйдегілерге айта аламын. Олар мені бірден ұрыспай, алдымен тыңдайды» деген сенімі болсын.



АТА-АНАҒА АРНАЛҒАН ЖАДЫНАМА



ЖАСӨСПІРІМ ҚЫЗДЫҢ ЖАНЫНДА НЕ БОЛЫП ЖҮР?

Ата-анаға біле жүрген жөн



- 1. Қыз бала кей жағдайды ішіне бүгіп қалуы мүмкін.

Біреу ренжітсе, тиіссе немесе қысым көрсетсе де, «Айтсам, мені кінәлап жүрмей ме?» деп қорқуы мүмкін. Сондықтан болған жағдайды бірден айта алмауы қалыпты.

Неге олай
киіндің?

Неге ол жерге
бардың?

Өзің де себеп болған
шығарсың

- 2. «Өзіңнен болды» деп айтпаңыз.

«Неге олай киіндің?», «Неге ол жерге бардың?», «Өзің де себеп болған шығарсың» деген сөздерден кейін қыз бала келесі жолы ештеңе айтпай қоюы мүмкін. Алдымен не болғанын тыңдаңыз.



- 3. Бұл жаста қыздар көп нәрсені көңіліне жақын қабылдайды.

Сырт келбеті, достарының сөзі, біреудің мазағы, әлеуметтік желідегі пікірлер қатты әсер етуі мүмкін. Кейде үлкен адамға болмашы көрінген нәрсе қыз бала үшін өте ауыр болуы мүмкін.



ЕҢ БАСТЫСЫ

Қызыңыз «Не болса да, анама не әкеме айта аламын» деп білсін. Кейде оған ақыл айтудан бұрын, жай ғана қасында болып, тыңдап отырғаныңыз керек.