

АТА-АНАЛАРҒА КЕҢЕС

Құрметті ата-аналар!

Психологиялық қолдау – балаңыздың ҰБТ-ны сәтті тапсыруының бірден-бір маңызды факторы. Баланы қалай қолдау керек?

- Балаңыздың нашар жақтарын бетіне басудан аулақ болыңыз. Оның жақсы жақтарына ғана сүйеніңіз.
- Үйде достық жағдай қалыптастырыңыз.
- Үйде сабақ қарауға ыңғайлы орын дайындаңыз.
- Пән бойынша әртүрлі нұсқадағы тест тапсырмаларын дайындаңыз.
- Балаңызға әр күнге дайындық тақырыбын бөлуге көмектесіңіз.
- Бір уақытта қатал әрі мейірімді болыңыз, бірақ судья рөлінде болмаңыз.
- Балаңызды қолдаңыз, оның уайымдап жүргенін түсінетініңізді көрсетіңіз.
- ҰБТ-ның алдында баланың үрейін жоғарылатпаңыз – бұл нәтиженің төмендеуіне әкелуі мүмкін.
- Баланың ҰБТ-ға дайындық режимін бақылаңыз.
- Уақытты үнемдеуге үйретіңіз.
- Тамақтануына көңіл бөліңіз: баланың ақыл-ой жұмысы уақытында нәрлі және алуан түрлі тағам қажет.
- Балаңыздың хал-жағдайын бақылаңыз, оның әбден жалығуына жол бермеңіз.
- Тестілеу алдында балаңыздың толық демалуын қамтамасыз етіңіз.

Есіңізде болсын: ең негізгісі – дұрыс ниет, баланың өз мүмкіндіктерін бағалай алуы, уақытты дұрыс бөлу және жүйелі дайындық.

Емтиханды сәтті тапсыру көбіне баланың көңіл-күйіне және соған ата-анасының қатынасына байланысты. Баланың емтиханға дұрыс дайындалуына көмектесу үшін бірнеше кеңесті орындап көріңіз:

- Балаңыздың емтиханда алатын ұпай саны сізді мазаламайтынын көрсетіңіз. Ұпай саны білімін толық көрсете алмайтынына сендіріңіз.
- Емтихан алдында балаңыздың үрейін жоғарылатпаңыз – бұл нәтиженің төмендеуіне әкелуі мүмкін. Жас ерекшелігіне сәйкес бала өзінің эмоциясына ие бола алмай бірдеңе бүлдіріп қоюы мүмкін.

- Үйдегілердің ешқайсысы бөгет жасамайтындай баланың сабақ қарауына ыңғайлы орын қамтамасыз етіңіз.
- Тест тапсырмалары бойынша жаттығулар уақытында уақытты үнемдеуге және оны дұрыс бөлуге үйретіңіз.
- Емтиханға дайындық режимін бақылаңыз және шамадан артық оқуға жол бермеңіз.
- Тамақтануына көңіл бөліңіз. Балық, ірімшік, жаңғақ және тағы басқалар адам миының жұмыс істеуін жақсартады.
- Емтихан алдында балаңыздың толық демалуын қамтамасыз етіңіз, ол демалуы және ұйқысын қандыруы қажет.
- Емтиханнан кейін баланы сынамаңыз.
- **ЕСІҢІЗДЕ БОЛСЫН:** негізгісі – уайымын, үрейін төмендету және баланың сабақ қарауына жағдай жасау.

Ата-аналарға арналған 10 ұсыныс (кеңес)

1. Балаңызды бар болмысымен шынайы қабылдаңыз.
2. Ешқашан орынсыз бұйырмаңыз. Мақсатсыз бұйрықтардың қажеті жоқ. Баланың өміріне араласпау қаншалықты қауіпті болса, үнемі орынсыз «басыңызды сұға беру де» соншалықты қауіпті. Аражігін ажыратып, тепе-теңдікті сақтай біліңіз.
3. Сізге қарсы шыққан адамға белгілі бір мөлшерде сеніміңізді сақтаңыз.
4. Орнымен сыйланған сыйлық қанағатсыздықтың алдын алады. Балаларға «жоқ» деп айтуды үйреніңіз. Қалағанын орындамау көбірек пайда әкеледі, я болмаса, қажеттілік пен ысырапшылдықты ажырата білетін болады.
5. Ешқашан жалғыз шешім қабылдамаңыз. Отбасылық өмірдің «алтын заңы» – диархия. Әке мен ананың бір-біріне қарсы шығып, сөзге келу барысы сәби үшін қызық құбылыс болып табылады. Әрине, ол жас баланың санасына әсер етеді.
6. Әрқашан барлық істе өз үлгіңіз арқылы жұмыс істеңіз. Баладан өзіңіз істеген нәрсені ғана талап ете аласыз.
7. Барлық мәселе туралы қорқынышсыз ашық сөйлесеңіз. Сөз айтылса ғана өз

мақсатына жетеді.

8.Туған-туыстарыңызбен жұмған жұдырықтай болыңыз. Отбасы – шағын мемлекет. Барлық іс-ірекет ақылдасу арқылы шешілу қажет.

9. «Ашық есік» саясатын ұстаныңыз. Ерте ме, кеш пе ер жеткен ұлыңыз бен бой жеткен қызыңызды үйде ұстап отыра алмайсыз. Уақытылы еркіндікке үйретіңіз.

10.Баланың өміріне араласуды өз уақытында тоқтатыңыз. Бұл заңдылық көңілсіздік тудырады, әрине. Алайда, ата-аналық кәсіптің шектеулері мен өз заңдылықтары бар. Қазақы менталитетке салсақ, тірліктеріне араласпай, махаббаттарына бөленіп, немерелеріңізді бағып, кәріліктің рахатын көріңіз!

Баланың балабақшаға бейімделуіне байланысты сұрақтарға психологтан ақыл-кеңес алыңыз.

2. Баланы балабақшаға тек қана дені сау күйінде жіберіңіз.
3. Салалық дәрігерден алдын-ала біліп алыңыз: балаңызға бейімделудің қандай түрі жағымды, егерде бейімделу қиындау болса, онда уақытында барлық жағдайды жасаңыз.
4. Баланың туғаннан бейімделу механизмінің жүйесін жаттықтырыңыз. Баланы тосын жағдайларда қимыл-әрекетін өзгерте білуге үйретіңіз.
5. Балабақшадағы күн тәртібіндегі жаңа сәтін алдын-ала біліп алып, оларды үйдегі күн тәртібіне кіргізіңіз.
6. Сізді толғандырып жүрген балабақшаға байланысты мәселелерді баланың көзінше талқыламауға тырысыңыз.
7. Өз уақытыңызды былай жоспарлаңыз: баланың балабақшаға қатысуының алғашқы айында сіз балаңызды күні бойға қалдырмауға жағдай жасаңыз.
8. Баланы өзі жақын арада келетін топтың балаларымен және тәрбиешілерімен ертерек таныстырыңыз.
9. Үйде баланы өзіне-өзі қызмет етуге қажетті барлық дағдыларға үйретіңіз.
10. Сіздің балаңыз бәрінен бұрын сізге қымбатты және сүйікті екенін ұмытпаңыз!

Ата-аналарға ұсыныс

Мектепке дейінгі бала даму және танып білу қабілеттерінің мүмкіншіліктеріне зор ие. Балада дүниені танымын және зерттеймін деген негіз салынған, сол мүмкіншіліктерді дамытуда көмек көрсетіңіз. Өткен уақытыңызды аямаңыз, кейін ол көптеп қайтарылады.

Мектеп табалдырығын аттағанда балаңыз өз күшіне сенімді болады, оқу ол үшін қиын болмай, қуаныш қана әкеледі, сізде оның үлгеріміне аландамайтын боласыз.

Сіздің жігеріңіз тиімді болу үшін, мына кеңестерді қолданыңыз:

1. Оқу барысында бала зерігіп кетпесін. Егер бала көңілді оқыса, ол жақсы оқитын болады. Қызығушылық – мотивациялардың ең жақсысы, ол балаларды шығармашылықты тұлғалар етіп шығарады және ақыл-ой сабақтарынан қанағат алады.
2. Жаттығуды қайталаңыз. Баланың ақыл-ой қабілетін дамыту уақыт пен тәжірибеде айқындалады. Егер де небір жаттығу келіспей жатса, үзіліс жасаңыз, кейін қайтып келсеңіз де, не басқа жеңілдеу тәсілге көшсеңіз болады.
3. Жеткіліксіз жетістіктерге жетпей жатса не алға ештеңе жылжымаса үрейленбеңіз.
4. Шыдамдылық танытыңыз, асықпаңыз, баланың ақыл-ойын бөліп тастамайтын, басқа жағынан назар аударатын жаттығуларды бермеңіз.
5. Сабақта балаға деген бір өлшем болу керек. Бала шаршап, айналшақтап, не көңілсіздеу болса жаттығу жасамай-ақ қойыңыз. Баланың шыдамдылығын байқап және сабақты дайындағанда әр кез сайын аздап қана уақыт мерзімін қосып отыру керек. Кей кезде өзіне ұнайтын істерімен айналысуға мүмкіндік беріңіз.
6. Мектепке дейінгі бала қайталай беретін, бірқалыпты, нақты уақытымен ғана берілетін сабақтарды қабылдамайды. Сондықтан ойын түрінде өткізген жөн.
7. Балада қатынас жасаудың машықтарын дамытыңыз, бірлесіп істеуді, ұйымшыл болуды, басқа балалармен достасып кетуіне, олармен жетістіктерді және қиыншылықтарды бөлісуге үйрету керек, бұның бәрі ертең мектепке барғанда әлеуметтік атмосферада керек болады.
8. Немқұрайлы баға бермеңіз, ылғи да сүйемелдеп отырыңыз, жиі балаңызды шыдамдылығы мен жетістігі үшін мақтап отырыңыз. Басқа балалармен оның әлсіздігін салыстырмаңыз, оның өзіне деген сенімділігін қалыптастырыңыз. Ал ең негізі, баламен оқыған сабақты ауыр еңбек түрінде қабылдамаңыз, керісінше қуанып, ләззат алыңыз, күліп-ойнап жүрсеңіз жақсы болады. Баламен тіптен дос болу мүмкіншілігі туғанын есіңізге сақтаңыз.

Сонымен, сіздерге жетістіктер, өзіңіздің, балаңыздың мүмкіншіліктеріне сенімділік тілейміз!

Ата-аналарға ұсыныс

Бала тәрбиесі жайлы

Қазіргі уақытта бала тәрбиесінің табысты болуы ата – аналардың тәжірибесіне, кәсіби шеберлігіне, ынтымақтастығына, отбасы мүшелерінің өзара қарым – қатынасына, көзқарастарының және мақсаттарының бірлігіне байланысты. Ол үшін ата – аналар күнделікті өмірде балаларының мінез – құлқына, қажетті қасиеттердің қалыптасуына назар аударуды, тәрбие үрдісінде теріс қылықтарды болдырмауды ойластыруы шарт. Отбасында тәрбие ісімен айналысу үшін, ең алдымен ата – ана өз өмірін, өз ісін дұрыс ұйымдастыра білуі қажет.

Баланың көп уақыты сәби шағынан бастап отбасында өтеді. Оның өмірін, іс - әрекетін, демалысын бірқалыпты ұйымдастырып, реттеп отыру үшін қажетті жағдай керек. Ал жағдай ұтымды күн ырғағы негізінде жасалады. Күн ырғақ – бұл өмір тәртібі. Ал бала өз міндетін қашан да орындауға тырысады. Отбасында бала

әр нәрсені естиді, көреді, қалай өмір сүру керек, өзін - өзі қалай ұстай білу керек, жағымды, жағымсыз мінез – құлықтарды байқайды. Сондықтан ата – ана балаға үңіле қарап, үнемі бақылап бала жан дүниесіне оң әсер ететін іс - әрекеттерді дағдыға айналдыру керек.

Ата — ана — бала тәрбиесіндегі басты тұлға. Сондықтан әке де, шеше де балаларының жан дүниесіне үңіліп, мінез - құлықындағы ерекшеліктерді жете білгені жөн. Балалармен әңгімелескенде олардың пікірімен де санасып отырған орынды. Баламен сөйлесуге тіпті арнайы уақыт бөлудің қажеті жоқ. Әке мен шеше ұл - қыздармен үй шаруасында жүріп - ақ әңгімелесіп, ой бөлісуге болады.

Баламен үйде сырласып әңгімелесу керектігін естен шығармаған жөн. Бала оқу орнында болған жайды әңгімелеп, достары жайлы ой пікірімен бөліскісі келеді. Балаға уақытым жоқ деп тиып тастамай, сұрақтарына жауап беріп өз пікіріңізді ортаға салсаңыз, ол баланың ойында дұрыс пікір қалыптастырады.

Бала дегеніміз – болашақ. Балаларымызды қалай тәрбиелесек болашағымыз солай болмақ. Келешегіміздің қожасы балаларымызды білімді де мәдениетті, тәрбиелі де әдепті, кішіпейіл де қарапайым етіп тәрбиелеу өз қолымызда.

«Ұл тәрбиелей отырып, жер иесін тәрбиелейміз, қыз тәрбиелей отырып, ұлтты тәрбиелейміз». Отбасындағы тәрбие әрбір мүшенің өзін - өзін сақтау, ұрпақты жалғастыру, өзін - өзі сыйлау қажеттігінен туындайды. Отбасында адамның жеке басының қасиеті қалыптасады. Баланы дұрыс тәрбиелеу отбасында, алдымен, отбасы жағдайы, онда қалыптасқан он моральдық - психологиялық ахуал, татулық пен өзара түсіністік, сүйіспеншілік пен сыйластық, ауызбіршілік, отбасы мүшелерінің бір - біріне деген құрмет сезімдері, яғни, отбасындағы кіршіксіз таза, мөлдір көңіл - күйі тікелей ықпал етеді.

«Адамға ең бірінші білім емес, тәрбие берілуі керек, тәрбиесіз берілген білім адамзаттың қас жауы, ол келешекте оның барлық өміріне апат әкеледі»- дейді Әл - Фараби. Сонымен қорыта келе, жас ұрпаққа тәлім тәрбие беруді қоғам болып, ұстаздар қауымы болып, ең бастысы ата - аналар болып қолға алсақ болашағымыз жарқын болмақ.

Ата – аналарға кеңес

1. Баланың берген жауабына шын және шыдамдылықпен жауап беріңіз.
2. Балаңыздың жеке бөлмесі не бір бұрышы болуына жағдай жасаңыз.
3. Балаңыздың шашылып жатқан үстеліне ұрыспаңыз, егер ол шығармашылық іс - әрекетпен айналысып отырса.
4. Шешім қабылдауда өзіндік жеке жоспар құруына көмек көрсету.
5. Балаңыздың кемістіктерін бетіне басып, басқа балалармен оны салыстырмаңыз.
3. Күнде балаңызбен жеке сөйлесуге уақыт бөліңіз.
7. Отбасымен шешетін мәселелерге балаңызды қатыстырып, оның жеке басының ой-пікірімен санасыңыз.

4. Қателескені үшін баланы кекетіп, бетінен алмаңыз.
9. Баланың әрбір жетістігі үшін мақтап отырыңыз.
10. Жас мөлшері әртүрлі адамдармен дұрыс қарым-қатынас жасауға үйретіңіз.
5. Қиын нәрселерді тауып және оны өз бетімен, жауапкершілікпен шешуге балаңызға көмек көрсетіңіз.
12. Балаңызды жетістік пен дәрежесі үшін емес, сол қалпында сөзсіз қабылдап жақсы көретіндігіңізді сездіртіңіз.
13. Балаңызбен бірге әңгімелер, ертегілер, фантастикалық оқиғалар құрастырып, баланың шығармашылық қабілетінің дамуына жағдай жасаңыз.
6. Балаңыздың сүйікті ісіне керек кітап, ойын, т.б. құралдармен қамтамасыз етіңіз.
7. Балаңыздың алған негізгі ісінің ойдағыдай орындалуына сеніміңіз болмаса да, сол істі өзі аяқталуына жағдай жасаңыз.
16. Бала өз жұмысын көрсете алатын стенд жасап қойыңыз.
17. Істеген жұмысының нәтижелі болуына көмектесіңіз.
18. Баланың қойған талабына ерекше көңілмен қараңыз.
19. Балаңыздың өткір ойлығына сеніп, әрдайым сенім артыңыз.

АТА-АНАЛАРҒА ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ КЕҢЕС

1. Балаларыңызды жетістік пен дәрежесі үшін емес, сол қалпында сөзсіз қабылдап жақсы көретіндігіңізді сездіртіңіз.
2. Қателескені үшін баланы кекетіп, бетінен алмаңыз, басқа балалармен оны салыстырмаңыз.
3. Баланың сұрақтарына жауап берген кезде шын және шыдамдылықпен жауап беріңіз.
4. Күнде балаңызбен жеке сөйлесуге уақыт бөліңіз.
5. Жас мөлшері әртүрлі адамдармен дұрыс қарым-қатынас жасауға үйретіңіз.
6. Баланың әріп жетістігі үшін мақтап отырыңыз.
7. Балаға баға бермеңіз, оның іс-әрекетін бағалаңыз.
8. Табысқа күшпен жетуге болмайды, сондықтан балаңызға күш көрсетіп, тапсырманы орында деп талап етпеңіз.
9. Баланың қателік жіберуге құқығы бар екенін айтыңыз.
10. Баланың «бақытты кездер банкісі» туралы ойлаңдар.
11. Үлкендер балаға қалай қараса, бала да өзіне солай қарайды.
12. Жалпы, өзіңізді баланың орнына қойып отырыңыз.