

Бақшаішілік семинар: «Бейімделу кезеңіндегі
стрессті төмендету: педагогикалық және
психологиялық әдістер».

Тәрбиеші: Байбулова. М. А.

17.11.25ж.

Семинардың жоспары.

1.Тренинг : «Мен сізді көргеніме өте қуаныштымын, себебі....»

Бұл сөздерді адамның сыртқы келбетіне қарап емес, мінез ерекшелігіне байланысты сөзбен аяқтау керек.

Бұл жаттығуды орындау сізге қиын болды ма? «Көршіңіз» мен сізді көргеніме қуаныштымын деген сөзді айтқан кезде қандай сезімде болдыңыз?

2.Баяндама: «Бейімделу кезеңіндегі стрессті төмендету: педагогикалық және психологиялық әдістер»

3.Видеоролик қарау.

4.Бейімделу кезінде балалармен ойналатын ойындар (педагогтармен)

Ойындардың мақсаты: баланы топта өзін жайлы сезінуін қамтамасыз ету.

Топтағы балалармен біріктіру.Баланың өзімен ойнаған кезде, тыныштандыру.

«Кел, танысайық!» ойыны. (әдемі, жеңіл доп).

«Көпіршіктер!» ойыны.

«Ойыншықпен әңгіме» ойыны.

«Тышқан» ойыны.

Платформа арқылы жануарлармен ойын.

Педагогтарға тілектерің, ұсыныстарын жазатын карточкалар тарату.

«Сабыр» ойыны.

Мақсаты: Жаңадан балабақшаға келген ата-аналардың қобалжуын басу, стресстен шығару.

Тренинг: «Жұмыла көтерген жүк жеңіл».

Мақсаты: Бірлесіп ұжымдастар болып жұмыс атқару.

Баяндама.

Тақырыбы: «Бейімделу кезеңіндегі стрессті төмендету: педагогикалық және психологиялық әдістер».

Мақсаты: Баланың бейімделу кезінде педагогтың, ата-ананың алатын орны ерекше екендігін түсіндіру, баламен дұрыс тіл табысуға, сөйлеу мәдениетін үнемі қолдауға ой салу.

Балабақшаға бірінші рет келген бүлдіршін үнін алғашқы ай бейімделу кезеңі болатыны сөзсіз. Бейімделу дегеніміз бала ағзасының жаңа немесе өзгерген жағдайға үйренуі. Кез келген балаға жаңа бөлменің, жаңа ойыншықтардың, жаңа өмір ережелерінің бір мезетте ұсынылуы эмоционалды және мәліметтік стресс болып келеді. Нақты күн тәртібі, ата-ананың жоқтығы, құрбыларымен қарым-қатынас, мінез-құлыққа жаңа талаптар, жалпы жаңа орта балабақшаға, жаңа келген бала психикасына ауыр жүк болып, нәтижесінде ұйқысы бұзылып, тәбеті жоғалып, қорқыныштар да пайда болып, бала жиі ауырады. Баланың балабақшаға бейімделу дәрежесі оның психикалық және физикалық денсаулығын анықтайды. Бейімделу сипаты келесі факторларға байланысты: Баланың жасына;

Баланың даму деңгейіне және денсаулық жағдайына;

Жағымды бейімделу бес күннен 15 күнге дейін созылып, балада салмақтың түсуі, көңіл-күйдің және тәбеттің болмауы, ұйқының бұзылуы сияқты жағымсыз белгілер байқалмай, күн тәртібі сақталып, белсенді ойын, жақсы тамақтану, ұйықтау, құрбыларымен және ересектермен араласу орын алады. Егер бала аурушаң болса, жүйке-психикалық дамуы қалыс қалса (мысалы сөйлеу дамуының артта қалуы диагнозы), үй және балабақша тәртіптері арасында үлкен айырмашылық байқалса, отбасында жеткіліксіз эмоционалды қатынас жасалса, қолайсыз бейімделу өтеді.

Балабақша педагог-психологы ерте жас тобындағы балаларды күнделікті қадағалап, бейімделу үрдісін байқайды.

Байқау нәтижелері тәрбиешілермен бірлесе отырып бейімделу парағына толтырылады. Бейімделу парағынан қай бала бейімделу жеңіл, орташа, ал кімде ауыр өтіп жатқанын байқап, педагог-психолог дамыту-түзетушілік жұмыс жүргізеді. Бұл топта ойындар ойнату, ертегі оқу, сахналау немесе сурет салғызу түрінде өтеді. Бейімделу кезінде сурет салуды педагог жиі қолданған жөн, себебі сурет-теріс эмоция мен сезімдерді шығару бір жолы, сол себепті балалармен жиі сурет салған бейімделу кезінде маңызды.

Баланың балабақшаға бейімделуі өзінің психофизиологиялық және тұлғалық ерекшеліктеріне, отбасылық қарым-қатынастарына мектепке дейінгі мекемедегі қатысу шарттарына байланысты.

Анасынан және жанұядан тыс жерде ересектер және өзге балалармен жаңа қарым-қатынас орнату бала үшін қиындық тудырады.

Әр бала жаңа жағдайға әртүрлі бейімделеді. Мысалы 2-3 жастағы балалар үшін балабақшаға бейімделу күрделі құбылыс, өйткені анасымен құштарлық сезімі тығыз, анасының жоқ болғаны баланың қарқынды

қарсылығын толғатады, әсіресе бала сезімтал болса.

Баланың балабақшаға қиын бейімделу себептері: -Дәретке өзі отырып үйренбегендіктен;

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

Әр отбасында бейімделудің үш түрі бар:

Жеңіл түрі –баланың мінез-құлығы 10-15 күнде қалпына келеді.

-Орташа ауырлық бейімделу- 1 айдың ішінде;

Ауыр бейімделу – 2 айдан 6 айға дейін.Бала үшін өзінің отбасында өзін ұстау ережелері қалыптасып қалған.Балабақшаға келген күннен бастап үйреншікті өмір сүру ортасы өзгереді.

Бұл неден көрініс табады?

- 1.Баланың эмоционалды жағдайы, ұйқысы, тәбеті нашарлайды.
 2. дене қызуы көтерілуі мүмкін;
 3. бала бойында қалыптасып қалған жақсы қасиеттерінің жоғалуы мүмкін;
 - 4.Иммунитеттің төмендеуі,
- Салмағының азаюы мүмкін.

Бала ортаға бейімделгеннен кейін эмоционалды жағдайы қалпына келеді.

Қобалжулары қатты ата-аналардың балалары да балабақшаға қиын бейімделеді, өйткені ата-анасының қобалжуын көріп, баланың қорқынышы ұлғая бастайды.

Осы кезде ата-аналар балаға көмек беруі керек.

Психологтың кеңесі:

1. Баланы балабақшаға апармас бұрын, оның өзге балалармен көбірек араласуына мән беріңіз.
Балалар саябағына, ойын аңдарына жиі ертіп барып тұрғаныңыз абзал. Құмда ойнауға, әткеншекте ұшуға үйретіңіз;
2. Балаңыз баратын топтың тәрбиешісімен алдын ала танысып алыңыз.
Баланың бойындағы жеке ерекшеліктерімен хабардар етіңіз;
3. Балабақшаның тамақтану ас мәзірімен танысып, баланың үйдегі тамақтануына балабақшада ішетін тамақтар түрін қосыңыз;
4. Баланың үйдегі жағдайда өзіне-өзі қызмет етудің алғы шарттарына үйрете беріңіз, жуыну, қолын сүрту, шешіну, өз бетімен тамақтану, дәретке сұрану т.б.;
5. Баланы ауладағы өзімен құрдас балалармен көбірек ойнатыңыз, жолдастарына қонаққа барсын, әжесінде қонуға қалсын.
6. Баламен жағымды эмоционалдық жағдайлар жасау қажет, ол көбіне ата-ана жағынан болуы қажет.
Балабақша туралы, оның өзіне керектігін түсіндіріп, балаңызды сүйіп, аймалап, жиі оған өз мейіріміңізді көрсетіңіз.

7. Бірінші күні балабақшаға серуенге келген дұрыс: тәрбиешісімен танысып, жаңа достар табу үшін.

Бейімделу кезінде үйде демалыс күндері баламен көп шұғылдану керек.

8. Балабақшаға бала тек ауырмай келуі қажет. Психолог баланың балабақшаға барлық бейімделу уақытында бақылауға алады.

Балабақшада баланың өзін еркін сезінуіне қажетті машықтарынан басқа, оның ұжымға араласуға психологиялық дайындығы да аса маңызды. Баланың көңілі ашық, жылтыр заттар өзіне аударады.

Мысалы: сабын көпіршіктері, шарлар: Тәрбиешілер баланың назарын топтағы ойыншықтарға аудару қажет. Саусаққа киетін ойыншықтарды алып баламен сөйлесу, доппен ойын ұйымдастырып, жаңадан келген балаларды шақыру керек. Эмоция балалардың өмірінде маңызды роль атқарады. Олар шындықты ұғындыруға және дұрыс қарым-қатынас құруға көмектеседі.

Сезім- бет –әлпетімізде, іс-әрекетте, ым-ишарадан көрініп тұрады. Балабақша туралы баламен әңгімелескенде, онда көп нәрсе үйренуге, баланың және тәрбиешінің достасуға болатындығын айту қажет. Ата-ананың сенімділігі, жайылығы балаға сенімділік берері сөзсіз. Үйдің жайлы және әдеттелген атмосферасымен ажырап, ол балабақшадан қажеттілігін тауып, тәрбиешілермен, балалармен жақсы қарым-қатынасқа түсуге үйренеді.

Туындаған мәселелер бірдей болуы мүмкін, бірақ әр ата-анада одан шығу жолдары әртүрлі.

Егерде балаңыз жоғарыда

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

