

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ОҚУ АҒАРТУ МИНИСТРЛІГІ
Ы. АЛТЫНСАРИН АТЫНДАҒЫ ҰЛТТЫҚ БІЛІМ АКАДЕМИЯСЫ



**БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ ФИЗИКАЛЫҚ, ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЖӘНЕ
ӘЛЕУМЕТТІК ӘЛ-АУҚАТЫН ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУ: МЕКТЕП
ЭКОЖҮЙЕСІ БОЙЫНША ӘДІСТЕМЕЛІК ҰСЫНЫМДАР**

Астана 2024

Ы. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясы Ғылыми кеңесінің шешімімен баспаға ұсынылды (2024 жылғы 6 қыркүйектегі №6 хаттама)

Білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету: мектеп экожүйесі бойынша әдістемелік ұсынымдар
Әдістемелік ұсынымдар – Астана: Ы.Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясы, 2024. – 85 бет

Әдістемелік ұсынымдамада білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз етуге бағытталған мектеп экожүйесін құру мәселелеріне кешенді көзқарас ұсынылады.

Білім беру ұйымдарында білім алушылардың жан-жақты дамуына жағдай жасау және «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы шеңберінде білім беру жүйесінің тиімділігін арттыруға, мектептерді білім беру экожүйесінің ажырамас бөлігі ретінде құндылықтарға негізделген білім беруді қамтамасыз етуге бағытталған.

Әдістемелік ұсынымдама білім беру ұйымдары басшыларына, педагогтерге, сынып жетекшілеріне, педагог-психологтерге, әлеуметтік педагогтерге арналған.

КІРІСПЕ

Баланың жеке басының жан-жақты дамуына ықпал ететін қолайлы мектеп ортасын құру қазіргі білім берудің маңызды міндеттерінің бірі.

Қазіргі білім беруде тек академиялық жетістіктерге ғана емес, сонымен қатар білім алушылардың жан-жақты әл-ауқатына да көп көңіл бөлінеді. Оқушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқаты олардың табысты дамуының негізгі элементтері болып табылады. Бұл әдістемелік ұсынымдар осы әл-ауқатты қамтамасыз етуге ықпал ететін қолайлы мектеп экожүйесін құруға бағытталған. Бұл әдістемелік ұсынымдама білім беру ұйымдарының педагогтеріне, психологтерге, әлеуметтік педагогтерге, тәрбие жөніндегі орынбасарларға оқушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз етуге көмектеседі.

Табиғаттағы, әлеуметтік саладағы, технологиялар мен инновациялардағы экожүйелер біздің өмірімізге тікелей әсер етеді және дамудың жаңа принциптерін енгізуге шабыттандырады. Олардың көмегімен білім беру жүйесі қазіргі өмірдің күрделі шындықтарына бейімделе алады. Адам мен табиғаттың жинақталған даналығына сүйене отырып, білім беру жүйесін барлық деңгейлерде терең өзгертуге және барлық жастағы адамдар үшін үздіксіз білім алуға жағдай жасауға болады.

Білім беру жүйелері озық ойлы болашақ ұлт бейнесін қалыптастыруда бір мезгілде ойлаудың дербестігін және өз бетінше әрекет ету, жанашырлық қабілетін, басқа адамдарға құрметпен қарауды, оқуда, еңбекте және өмірде ынтымақтастық әрекетке дайын болуға тәрбиелеуі тиіс. Болашақ тұлғада нақты моральдық «компас» болуы керек, қоғам алдындағы жауапкершілігін түсініп, өз мүмкіндіктерінің шекараларын білуге міндетті. Ол дамыған мәдени интеллектке ие болуы және басқалардың дәстүрлері мен әдет-ғұрыптарын еркін қабылдауы керек. Ол әлемді танудың түрлі тәсілдеріне – ғылымға да, өнерге де ашық болуы тиіс.

Кез-келген мәселеге шығармашылықпен қарау маңызды, бірақ оның салдары, артықшылықтар мен тәуекелдерін бағалау керек, ең бастысы – өз іс-әрекетінің нәтижелері үшін жауапкершілік болуы тиіс. Бұған моральдық және интеллектуалды жетілуі бар, қорытынды жасай алатын және өз әрекеттерінің салдарын болжай алатын адам ғана қабілетті.

Дәстүрлі білім мәселелерді жүйелі түрде шешуге, оларды орындалатын міндеттерге бөлуге үйретті. Бірақ қазіргі қоғамдарда бұл жеткіліксіз. Қазір кең ой-өріске ие болу, түрлі салалардан идеяларды синтездеу, айқын емес байланыстарды ашу әлдеқайда маңызды.

Дәстүрлі білім білім алушының жеке күш-жігеріне және жетістіктерді жеке бағалауға негізделген. Тағы да, қазіргі жағдайда бұл жеткіліксіз. Инновация сирек жеке өнертапқыштардың жұмысының нәтижесі, бұл командалық күш-жігердің, білім алмасудың және идеяларды біріктірудің нәтижесі. Қоғамның әл-ауқаты адамдардың үйлесімді әрекет ету қабілетіне байланысты болғандықтан, білім беру жүйелері қазіргі өмірдің барлық алуан түрлілігін көрсетуі тиіс.

Әдістемелік ұсынымдаманың мақсаты – білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету, мектептегі экожүйені құру мәселесі бойынша педагогтерге әдістемелік көмек көрсету

Әдістемелік ұсынымдаманың бірінші бөлімінде білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әлауқатын қамтамасыз ету: мектеп экожүйесі бойынша халықаралық және отандық тәжірибесі зерделеніп, ұсынылады.

Әдістемелік ұсынымдаманың екінші бөлімінде білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету: мектеп экожүйесі бойынша әдістері мен тәсілдері беріледі.

Әдістемелік ұсынымдаманың үшінші бөлімінде білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету: мектеп экожүйесі бойынша білім беру ұйымдары педагогтерінің озық тәжірибелері ұсынылады.

Мектеп экожүйесінің мақсаты мен міндеттері, әдіс-тәсілдер ұсынылып, нақты жобалар арқылы білім беру экожүйелерінің оқушылар мен мұғалімдердің жалпы өркендеуі үшін бірлесіп жұмыс істеу алгоритімдері ұсынылады.

1. БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ ФИЗИКАЛЫҚ, ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЖӘНЕ ӘЛЕУМЕТТІК ӘЛ-АУҚАТЫН ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУ: МЕКТЕП ЭКОЖҮЙЕСІ БОЙЫНША ХАЛЫҚАРАЛЫҚ ЖӘНЕ ОТАНДЫҚ ТӘЖІРИБЕСІ

Баланың жеке басының жан-жақты дамуына ықпал ететін қолайлы мектеп ортасын құру қазіргі білім берудің маңызды міндеттерінің бірі. Бұл әдістемелік ұсынымдамада мектеп экожүйесі аясында білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету саласындағы халықаралық және отандық тәжірибесі қарастырылады.

Көптеген елдер қолайлы мектеп ортасын құруға көп көңіл бөледі.

Мысалы: Финляндия баланың жеке басын дамытуға бағытталған білім беру жүйесімен танымал. Фин мектептері шығармашылықты дамытуға, сыни тұрғыдан ойлауға және ынтымақтастыққа көп көңіл бөледі. Сингапурда математикалық және жаратылыстану дағдыларын дамытуға көп көңіл бөлінеді. Сонымен қатар, білім алушылардың эмоционалды интеллектісін дамытуға ерекше мән береді. АҚШ-та қауіпсіз және инклюзивті мектеп ортасын құруға бағытталған түрлі бағдарламалар бар. Мысалы, буллинг және кемсітушілікке қарсы бағдарламалар және т.б.

Қоғамның индустриялық дәуірден цифрлық дәуірге, содан кейін цифрлық жүйеге көшуін барысында әлемде серпінді дамушы экожүйелер арқылы қоғам мен білімді цифрландыруды назардан тыс қалдыруға болмайтындығын ғалымдар зерттеуінен аңғаруға болады[1].

Американдық жүйелік зерттеуші Янир Бар-Ям адамзат тарихында болған басқару модельдері мен құрылымдарын талдап, қорытынды жасады: қауымдастықтар неғұрлым әртараптандырылған болса, басқару модельдері соғұрлым күрделене түседі. Ұзақ уақыт бойы бұл иерархиялардың күрделілігі мен әртүрлілігінің өсуі – олардың дамуы мен тиімділігінің шыңы XX ғасырдың екінші жартысында басталды, содан кейін олар «позицияларды өзгерте» бастады.

Уильям Росс Эшби тұжырымдаған қажетті әртүрлілік Заңына сәйкес, «басқару» жүйесінің күрделілігі ол басқаратын жүйелердің әртүрлілігімен салыстыруға болатындай немесе одан үлкен болуы керек. Сондықтан, «желілік» өркениеттің технологиялық және әлеуметтік салалары күрделене түсетіндіктен, күрделіліктің жаңа деңгейін «игере» алатын жаңа күрделі басқару жүйелерін әзірлеуіміз керек,- деді. Басқару жүйесінде әр адам біртұтас желінің түйіні – шешім қабылдау нүктесі де, сол шешімдердің орындалу нүктесі де болуы керек. Мұны істеу үшін әр өзгерістер «көшбасшысының» жеке деңгейдегі қызметі ұжымдық деңгейдегі бүкіл қоғамдастықтың қызметімен үнемі келісіліп отыруы керек, мысалы, желілік платформаларында ұжымдық және жасанды интеллекттің қолдауымен шешім қабылдау[2].

Бірқатар болжамдарға сәйкес, адамзат өркениетінің ХХІ ғасырдың соңына дейін құлдырау ықтималдығы шамамен 50% құрайды. Сондықтан қазір осы мәселені зерттеумен және шешумен айналысу қажет. Жаһандық тәуекелдердің жиынтық сипаты Насим Талейдің «Осалдыққа қарсы» жұмысында егжей-тегжейлі көрсетілген: автор басқарудың жетілдірілген жүйелерін құру арқылы барған сайын күрделеніп бара жатқан қоғамда жаһандық тәуекелдердің жиынтығын болдырмау мүмкін емес деп санайды және оған балама ұсынады. Оның пікірінше, жаһандық өркениеттің күйреуін болдырмаудың және оның «осалдыққа қарсы» болуын қамтамасыз етудің ең жақсы тәсілі — жеке деңгейде әрекет ете отырып, олардың пайда болу кезеңінде де тәуекелдерді жоюға жағдай жасау. Басқаша айтқанда, әлемнің әрбір тұрғыны оның әл — ауқатына қамқорлық жасауы керек. Жаһандық тәуекелдердің алдын алудағы басты рөлі жергілікті, ұлттық және жаһандық деңгейде әл-ауқатқа ықпал ететін жеке және ұжымдық бастамаларға берілуі тиіс.

Қоғамның индустриалды дәуірден цифрлық дәуірге, содан кейін қарқынды дамып келе жатқан экожүйелері бар әлемге өтуін талдау барысында қоғам мен білім беруді цифрландыру негізінен индустриалды парадигмаға ұқсас екенін байқамау мүмкін емес. Іс-әрекет пен мінез-құлықты механикаландыру өмірдің түрлі салаларында — технологиялық процестерден бастап қарым-қатынас орнатуға дейін «көз алдымызда». Сонымен қатар, органикалық, табиғатты және біздің денемізді түсінуге негізделген, жалпы биологиялық жүйелеріміздің ерекшеліктерін қамтитын жаңа ойлау мен іс-әрекетті дамыту мүмкіндігі бар. Осының арқасында өзін-өзі жүзеге асыруға, ойлау тәсілін пысықтауға, қарым-қатынас орнатуға және өркениет дамуының жаңа кезеңіне өтуге көптеген мүмкіндіктер пайда болады. Бүгінгі таңда технологиялық және цифрлық процестердің шеңберінен шығып, оларды біздің өмірімізден «қалдырмай», экожүйелерде бұрынғыдай шешуші рөл атқаруына жол бермеудің жаңа мүмкіндіктері пайда болуда.

«Экожүйе» термині 1935 жылы енгізілген және олардың бүкіл өмірлік цикл бойы қатар бізбен бірге өмір сүретін тәуелсіз, бірақ өзара байланысты жанды және жансыз объектілердің жиынтығын білдіреді. Әрбір экожүйе бірегей, бірақ бірдей топтардан тұрады: энергия өндірушілер, энергия тұтынушылар және жансыз заттар немесе қоршаған орта. Әрбір экожүйенің ортақ белгілері бар: бейімделу, әртүрлілік, байланыс, ресурстарды бөлу және өңдеу қабілеті. Зерттеушілердің шағын тобы, соның ішінде француз философы және әлеуметтанушысы Эдгар Морен экожүйелер туралы түсінікті кеңейтті: ол жанды және жансыз объектілері арасындағы қатынастардың күрделі сипатын қамтитын парадигма мәртебесін алды. Терминді түсіну арқылы жаңа биологиялық экожүйелердің әлеуетін метафоралық тұрғыдан зерттеуге және алған білімдерін басқа ғылыми пәндерге қолдануға мүмкіндік туды. Табиғаттағы экожүйелердің кең таралуын ұйымдастырудың бұл әдісі — экожүйе

эволюция тұрғысынан ең тиімді екенін көрсетеді, өйткені ол адамзат өмірінің тарихында 4 миллиард жыл бойы үстемдік еткен. Бұл өзін-өзі ұйымдастырудың және өмірдің керемет әртүрлілігін жүзеге асырудың негізі болып табылады, сонымен қатар барлық экожүйелердің бүкіл әлеммен байланысы контекстінде максималды экологиялық таза және өміршеңдігін сақтауға ықпал етеді[3].

Өсіп келе жатқан күрделі жағдаймен қалай өмір сүруге болады және одан қалай пайда табуға болады жүйелік ғылымдар экожүйелердің парадоксалды қасиеттері бар екенін көрсетеді: одақтастық тиімді басқарудың негізі болып табылатын бірлік пен әртүрлілікті біріктіреді. Бірлікке өзара әрекеттесудің жалпы хаттамаларын құру, экожүйенің барлық қатысушыларын ынтымақтастыққа бағыттау, сондай-ақ ортақ құндылықтарды құру және ұзақ мерзімді мақсаттар қою арқылы қол жеткізіледі. Әртүрлілік «эволюциялық» хаттамалармен қамтамасыз етіледі, олардың мәні барлық экожүйелер үшін бірыңғай даму жоспары жоқ, экожүйенің кез-келген мүшесі эксперименттерге қатыса алады және «эволюциялық жетістікке» қол жеткізе алады (дамы бастайды, өседі, таралады) немесе сәтсіздікке ұшырайды және «жойылады» (өз қызметін тоқтатады). Барлық жерде көптеген мүдделі тараптар арасында қатынастар пайда бола бастайды, бұл әсіресе салалардың көптігі, жұмыспен қамту түрлері және т.б. күрделі экономикаларға қатысты. Білім өндіру желілерінің қазіргі күрделілігін ескере отырып, таным мен оқыту үшін индустриялық жүйелердің тиімсіздігі айқын болады. Өнеркәсіптік жүйе бұрын стандартты білім мен дағдыларға негізделген стандартты жұмыс қажет болған кезде тиімді жұмыс істеді. Алайда, қазір болашақ экономикалар мен қоғамның негізі адамның бірегейлігі мен жеке шығармашылық әлеуеті болып табылады [4].

Жаппай бірегейлік пен ортақ ұжымдық құндылықтарды біріктіретін жаңа тәсілдер қажет – бұл экожүйелік тәсіл. Сондықтан әртүрлі секторларда «экожүйелік ауысу» құбылысын көліктен (қалалық және пилотсыз көлікті ұйымдастыру), энергетикадан («ақылды желілер») бастап білім, денсаулық сақтау, әлеуметтік инновациялар мен өнер салаларына дейін зерттеу кездейсоқ емес.

Жоғарыда айтылғандай, білім беру экожүйелері өнеркәсіптік / механикалық тәсілдерді алмастыратын мүлдем басқа оқыту моделіне ауысуға ықпал етеді. Қазіргі білім беру парадигмасы шамамен екі ғасыр бұрын ұлттық мемлекеттер мен жаппай өнеркәсіптік өндірістің өсіп келе жатқан секторының мүддесі үшін құрылған. Сол парадигма аясында қоғам стандарттарға адалдығын сақтап, өзіндік ерекшелігі мен шығармашылығын басып, адал азаматтар мен тілалғыш жұмысшыларды тәрбиеледі. Алайда, оның құрылымының күрделенуіне, білім мен шығармашылық экономикасына көшуге, басқаруды демократияландыруға және басқа да әлеуметтік өзгерістерге байланысты оқытудың ескі түрлері тиімсіз болып келеді.

Білім беру экожүйелері қазіргі білім беру жүйесінен айтарлықтай ерекшеленетін жаңа білім беру парадигмасындағы барлық тәсілдер жиынтығын біріктіреді.

«Білім беру экожүйесі» термині бізге жақында келді. Білім беру контекстіндегі «экожүйе» ұғымына алғашқы сілтемелердің бірі Вирджиния политехникалық университетінің инновациялық тәсілімен байланысты. Осы университеттің 2007 жылғы Стратегиясында «білім беру экожүйесі барлық мүдделі тараптардың (оқытушылар құрамы, студенттер, өнеркәсіп салалары, қауымдастықтар және осы санаттардың әрқайсысындағы жеке тұлғалар) активтері мен мүдделерінің жиынтығын қамтиды, олардың мақсаты барлығына тиімді синергетикалық нәтижелерге қол жеткізу» деп айтылды. 2011 жылы innovation Unit ұйымы CISCO мен серіктестікте «Білім беру үшін инновациялық экожүйені дамыту» тақырыбында баяндама жариялады.

Осы уақытқа дейін «экожүйе» ұғымы ең алдымен «инновацияларды қолдау жүйесі» (соның ішінде әлеуметтік) ретінде қолданып келді.

Білім берудегі негізгі мақсаттардың бірі – білім алушының тек білім алуы ғана емес, сонымен қатар оның физикалық, психологиялық және әлеуметтік жағынан дамуы болып табылады. Бұл үшін білім беру ұйымдарында тиісті жағдай жасалуы қажет. Бүгінгі күні бұл мәселе әлемдік білім беру саласында өзекті.

Әлемнің көптеген елдерінде білім алушылардың жалпы дамуына бағытталған түрлі бағдарламалар мен жобалар жүзеге асырылуда.

Финляндияда балабақшадан бастап мектепке дейін білім алушылардың физикалық және психикалық денсаулығына баса назар аударылады. Оқу бағдарламаларында дене шынықтыру сабақтарына көп уақыт бөлінеді, сонымен қатар табиғат аясындағы сабақтар ұйымдастырылады.

Сыныптан тыс білім беру көбінесе мектеп ғимараттарынан тыс, табиғи (мысалы, парк немесе орман) немесе мәдени (мысалы, мұражай немесе кітапхана) ортада өткізілетін оқу бағдарламасына негізделген білім беру іс-шараларымен сипатталады. Сыныптан тыс білім беру түрлі танымдық сапарлар, мұражайларға бару және далада оқытудың көптеген тәсілдерін қамтиды. Сонымен қатар, сыныптан тыс білім беру көбінесе «тәжірибелік» немесе «шынайы» оқу ретінде қарастырылады.

Финляндияда сыныптан тыс білім берудің дәстүрлі тәжірибесі бар. Ондаған жылдар бойы фин сыныптары мектептен тыс түрлі орындарға баруды дәстүрге айналдырған. Әртүрлі мұражайларға, кітапханаларға, көрмелерге, мәдени шараларға және жұмыс орындарына бару Финляндиядағы ерте балалық шақтан бастап орта білімге дейінгі оқытудың ажырамас бөлігі болып келеді. Ашық ауада оқыту – немесе табиғатты оқу ортасы ретінде пайдалану – фин білім беру жүйесінде ерекше орын алады.

Финляндия – орманды ел. Негізінен, Финляндиядағы жалпы білім беретін мектептердің (1-9 сыныптар) әрқайсысының жанында орман бар. Көп жағдайда

орман мектеп ауласынан басталып кетуі ғажап емес. Сондықтан фин мұғалімдерінің оқушыларды жаңа нәрселерді үйрену үшін табиғатқа жиі алып шығуы таңқаларлық жағдай емес. Табиғат оқу ортасы ретінде тек биологияны оқыту үшін ғана қолданылмайды. Табиғат – білім алудың шексіз мүмкіндіктер көзі: мысалы, математика, физика, тілдер, өнер, дене шынықтыру және тағы басқа пәндерді табиғат аясында оқуға болады. Сонымен қатар, қазіргі күрделі экологиялық мәселелер мен олардың табиғатқа әсерін нақты контексте жақсы түсінуге болады. Ашық ауада оқытудың көптеген артықшылықтары бар. Мысалы, ол оқуға шынайы өмірлік контекст береді, күрделі құбылыстарды түсінуге ықпал етеді, ынта мен мотивацияны арттырады, өзін-өзі бағалауды күшейтеді және білім алушылардың оқу процесіне белсенді қатысуына көмектеседі.

Сонымен қатар, Финляндияда сыныптан тыс білім берудің кең ауқымды модельдері де бар. Финляндияда таза ауада жұмыс істейтін ерте балалық шақтан бастап мектепке дейінгі топтар да бар. Бұл топтардағы балалар күндерін толығымен орманда өткізеді. Олар ойнап, әртүрлі нәрселерді үйренеді, ауа райына қарамастан түскі асты және қосымша тамақтануды ашық ауада жасайды. Кейде оларда кішкентай ашық оты бар күрке болады, мысалы, ерекше қатты жауын жауғанда сол жерде паналайды. Бұл топтардан алынған пікірлер керемет: балалар бақытты және тыныш, ал ересектер де бұл процестен ләззат алады. Оқу нәтижелері тамаша. Әсіресе, оқу қиындықтары немесе басқа мәселелері бар балалар табиғи ортадағы оқудан үлкен пайда көреді.

Финляндияның сыныптан тыс білім берудің кешенді моделінің мүлде басқа үлгісі ретінде «Јоро» бағдарламасын айтуға болады – бұл икемді жалпы білім беру бағдарламасы. «Јоро» бағдарламасы әдетте 9-сынып оқушыларына арналған, оларда мектепке деген ынтасы бәсеңдеп және орта білімнен шеттетілу қаупі жоғары. Бұл оқушылар дәстүрлі мұғалім басқаруындағы оқыту тәсілдерімен ынталанбайды, керісінше, олар іс-әрекет арқылы оқудан пайда көреді. Сондықтан «Јоро» бағдарламасы шынайы жұмыс орындарында өндірістік оқытуды қамтиды. Өндірістік оқыту оқушыларға оқу мақсаттарына нақты өмірлік контексте қол жеткізуге мүмкіндік береді.

Сонымен қатар, «Јоро» бағдарламасы оқу лагерьлері мен танымдық сапарлар сияқты түрлі оқу орталарын пайдаланады, олар оқушылардың бір-біріне жақындық сезімін нығайтады және сыныптан тыс жерде білім алу мүмкіндіктерін кеңейтеді. Осылайша «Јоро» бағдарламасы өте тиімді екенін дәлелдеді. «Јоро» бағдарламасы жалпы және оның сыныптан тыс білім беру тәжірибелері, атап айтқанда, оқушыларға мектепке деген ынтасын қалпына келтіруге және олардың оқу үлгерімін жақсартуға көмектеседі.

Финляндияның сыныптан тыс білім беру жобасына әлем бойынша үлкен қызығушылық тудыруда. 2021 жылдың күзінен бастап Фин мектептері басқа еуропалық серіктестермен бірге сыныптан тыс білім беруді дамытуда OTTER жобасына қатысып келеді.

OTTER – Еуропалық Одақ қаржыландыратын жоба, оның мақсаты – сыныптан тыс білім беру құралдары мен әдістері арқылы жастардың ғылымға және қоршаған ортаны қорғау тұрақтылығына деген қызығушылығын ояту.

Geonardo және Bridge Budapest (Венгрия), Лимерик университеті (Ирландия), Гронинген университеті (Нидерланды), Еуропалық ғылым қоры (Франция), The Big Van Theory (Испания) және Cardet (Кипр) – бірге сыныптан тыс білім беру әдістерінің күшін пайдаланып, жастар арасында STEAM (ғылым, технология, инженерия, өнер және математика) оқытуды жақсартуды және қазіргі экологиялық мәселелер туралы хабардарлықты арттыру мақсатын көздейді.



Финляндия, Венгрия, Ирландия және Испаниядағы бастауыш және орта мектептерде сыныптан тыс білім беру іс-шараларын дамыту бойынша Хабтар құрылып, платформа жасалғаннан кейін, алынған білімді іске асырып, оның зертханаларда зерттеу жүргізеді.

Зертханалар Венгрия, Ирландия, Испания және Финляндияда жүзеге асырылады. Бұл зертханаларды бастауыш және орта мектептердегі кейбір сыныптар ұсынады. Осы сыныптар арнайы «OTTER» бағдарламасына қатысады, оған жағалауды тазалау, мұражайға бару, қайта өңдеу бойынша шеберлік сабақтары және басқа да көптеген іс-шаралар енеді.

Испания Жас тобы: 9-11, 16-18, Финляндия Жас тобы: 9-11, 12-15, Венгрия Жас тобы: 6-8, 12-15, Ирландия Жас тобы: 6-8, 16-18

Бағдарламаның мақсаты

Зертханалар арқылы негізгі қорытындыларды өлшеп, бағалау, яғни елге тән мәселелерді анықтап, төрт түрлі білім беру жүйесінен тікелей үйрену

Құрылымы

Зертханалар бағдарламасы төрт бөліктен тұрады, және бұл бағдарламаның ұзақтығы бойынша төрт күнге созылады.

1-қадам: Дайындық кезеңі

Мұғалімдер өздерінің OTTER зертханасы үшін мақсаттар қояды. Содан кейін олар белгілі бір сыныптан тыс іс-шараны және оның өтетін орнын таңдайды.

2-қадам: Бағыттау кезеңі

Осы кезеңде мұғалімдер оқу процесін талқылайды, білім алушыларда бар болуы мүмкін алдын ала білімді анықтайды және оқу тапсырмаларын белгілейді.

3-қадам: Зерттеу кезеңі

Оқушылар нақты өмірлік іс-шараларға қатысады, оларға бақылау жасау және деректер жинау тапсырмасы беріледі.

4-қадам: Әсер ету кезеңі

Осы кезеңде оқушылар жинаған деректерін талдап, оларды сыныптастарымен бөліседі. Олар өздері ашқан жаңалықтарға қатысты жастар бастамасын жоспарлап, іске асыруға мүмкіндік алады.

5-қадам: Ой толғау

Оқушылар не үйренгенін және сол білімнің не үшін маңызды екенін ойланып, талқылайды. Мұғаліммен бірге тақырыптың шынайы өмірмен байланысын және келесі мүмкін қадамдарды зерттейді[5,6].

Жапон мемлекетінің білім беру жүйесі білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз етуге ерекше назар аударады. Жапонияның бұл бағыттағы тәжірибесі төмендегі негізгі аспектілер арқылы ерекшеленеді:

1. Физикалық әл-ауқатты қамтамасыз ету:

Дұрыс тамақтану: Мектептегі тамақтану бағдарламасы (Kyushoku):

Жапонияда мектептерде арнайы мектеп асханалары ұйымдастырылып, оқушыларға пайдалы және теңгерімді тамақ ұсынылады. Әрбір оқушының тамақтануы дұрыс болуы үшін тағамдар мұқият таңдалады. Сонымен қатар, оқушылар тамақтану мәдениетін үйренеді, өйткені олар тамақ ішетін уақытта бір-бірімен қарым-қатынас жасайды және тазалық пен тәртіпті сақтауға дағдыланады.

Бұл бағдарлама балалардың денсаулығын жақсарту және дұрыс тамақтану әдетін қалыптастыру үшін аса маңызды.

Дене тәрбиесі: Жапонияда дене шынықтыруға үлкен мән беріледі. Әр мектепте күнделікті дене жаттығулары міндетті түрде өткізіледі, сондай-ақ дене тәрбиесі сабақтары аптасына бірнеше рет жүргізіледі. Бұл физикалық денсаулықты нығайтуға және оқушылардың жалпы жағдайын жақсартуға ықпал етеді. Жапон мектептерінде дене шынықтыру сабақтары мен спорттық іс-шаралар күнделікті оқу бағдарламасының бір бөлігі болып табылады. Оқушылардың физикалық жағдайын жақсарту мақсатында спорттық ойындар, жаттығулар және спорттық жарыстар ұйымдастырылады.

Сонымен қатар, жыл сайынғы спорт күндері (Undoukai) өткізіліп, оқушылар әртүрлі спорт түрлерінен жарыстарға қатысып, командалық рухты және бірлікті дамытады.

Салауатты өмір салты: Жапонияда мектептерде салауатты өмір салты мен тазалыққа қатысты тәрбие беру өте маңызды. Оқушыларды өз ортасын таза ұстауға, күнделікті жаттығу жасауға және өз денсаулығына мұқият болуға үйретеді.

2. Психологиялық әл-ауқатты қамтамасыз ету:

Мектептегі кеңес беру қызметі: Жапон мектептерінде психологиялық кеңес беру қызметтері кеңінен таралған. Оқушылар кез келген қиындықтар мен стресс жағдайында психолог мамандардан көмек ала алады. Психологтер оқушылардың жеке проблемаларын шешуге, мектептегі қиындықтарды жеңуге, емтиханға дайындалуға және басқа да мәселелерге қолдау көрсетеді. Жапон мектептерінде оқушылардың топтық жұмыс істеу дағдылары дамытылады, олар бір-біріне көмектесуге және қолдау көрсетуге үйренеді. Мектепте психологтер оқушылардың психологиялық жағдайын бақылайды және қажет болған жағдайда көмек көрсетеді. Мектеп психологтары мен мұғалімдер оқушыларға мейірімділік, жанашырлық, өзара түсіністік секілді қасиеттерді дамытып, олардың эмоциялық әл-ауқатын қамтамасыз етеді. Мектеп психологтері оқушылармен жеке кеңестер өткізіп, олардың проблемаларына жан-жақты қолдау көрсетеді, өзін-өзі бағалауды жақсартуға, сенімділікті арттыруға және қиындықтарды шешуге көмектеседі.

Оқушыларға арналған қолдау топтары: Мектептерде оқушылардың бір-біріне қолдау көрсетуіне бағытталған арнайы топтар құрылады. Бұл оқушылар арасында достық қарым-қатынас орнатуға, эмоциялық қолдауды қамтамасыз етуге және қиындықтарды бірге еңсеруге көмектеседі.

2. Әлеуметтік әл-ауқатты қамтамасыз ету:

Тәрбиелік және азаматтық іс-шаралар: Жапонияда тәрбие жұмысы маңызды рөл атқарады. Оқушыларға жауапкершілік, құрмет және тәртіп туралы арнайы іс-шаралар өткізіледі. Мектептерде тәртіп ережелерін сақтау және моральдық құндылықтарға құрмет көрсету негізгі қағидаттар болып табылады.

Қоғамдық пайдалы істерге қатысу арқылы оқушылар әлеуметтік жауапкершілікті, топпен жұмыс істеуді үйренеді. Бұл оқушылардың азаматтық белсенділігін және патриоттық сезімін арттыруға ықпал етеді.

Мектептердегі тәртіп пен ережелер: Жапония мектептерінде әлеуметтік тәртіпке және ережелерге ерекше мән беріледі. Оқушылардың мектеп ережелерін сақтауы, бір-біріне құрмет көрсетуі және әлеуметтік қарым-қатынас дағдыларын дамытуы маңызды болып саналады. Бұл оқушылардың қоғамға бейімделуіне және дұрыс әлеуметтік дағдыларды игеруіне ықпал етеді.

Қоғамдық іс-шаралар: Жапония мектептері қоғамға пайдалы іс-

шараларға белсенді қатысады. Мектеп оқушылары түрлі қоғамдық жұмыстарға қатысу арқылы әлеуметтік жауапкершілікке тәрбиеленеді, мысалы, қоршаған ортаны қорғау, көмек көрсету шаралары және т.б.

4. Мектеп пен отбасының өзара әрекеттестігі:

Жапонияда мектеп пен отбасы арасындағы тығыз қарым-қатынас орнатылған. Ата-аналар мектеп өміріне белсенді қатысады, мектеппен тұрақты байланыста болып, балаларының білім алу және тәрбиелік процесін қолдайды. Бұл балалардың психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын арттырады, себебі ата-аналар мен мұғалімдер баланың дамуына бірлесе ықпал етеді.

Мектептерде ата-аналар жиналыстары мен кеңес беру кездесулері тұрақты түрде өткізіліп, балалардың оқу жетістіктері мен тәртібі туралы ақпарат беріледі. Ата-аналар мектептегі іс-шараларға белсенді қатысып, білім алушылардың дамуына бірлесіп қолдау көрсетеді.

5. Моббингке қарсы күрес:

Жапон мектептерінде балалар арасындағы буллинг (моббинг) мәселесіне ерекше назар аударылады. Буллинктің алдын алу бойынша бағдарламалар, тренингтер өткізіледі. Бұл психологиялық қауіпсіздікті қамтамасыз етіп, білім алушылардың өздерін еркін әрі қауіпсіз сезінуіне мүмкіндік береді. Моббингтің алдын алу үшін оқушылар мен мұғалімдерге арнайы тренингтер өткізіледі, сонымен қатар оқушылар арасында өзара құрмет пен көмек көрсету мәдениеті қалыптастырылады. Бұл шаралар мектептерде психологиялық қауіпсіздікті қамтамасыз етіп, оқушылардың эмоционалды жағдайын жақсартуға ықпал етеді.

6. Сабақтан тыс үйірмелер мен секциялар (Bukatsu):

Жапонияда оқушылардың қызығушылықтары мен таланттарын дамыту үшін мектептерде әртүрлі үйірмелер мен секциялар ұйымдастырылады. Олар спорт, музыка, өнер, әдебиет және ғылым салалары бойынша жүргізіледі.

Бұл секциялар оқушылардың шығармашылық және әлеуметтік қабілеттерін дамытып, олардың болашақ мамандығын таңдауға бағыт-бағдар береді.

7. Экологиялық білім беру:

Жапония мектептерінде экологиялық білім беру бағдарламалары да іске асырылады. Оқушылар табиғатты қорғау, қоршаған ортаны ластамау, энергияны үнемдеу сияқты мәселелерді үйреніп, экологиялық жауапкершілікке тәрбиеленеді. Бұл іс-шаралар арқылы мектеп оқушылары қоршаған ортаны қорғауға қатысты саналы көзқарас қалыптастырады.

8. Эмоционалды қолдау топтары:

Мектептерде оқушылар арасында өзара қолдау көрсететін топтар құрылады. Бұл топтарда оқушылар өз мәселелерін талқылап, бір-біріне эмоционалды қолдау көрсетеді. Осындай қолдау топтары оқушылардың жалғыздық сезімін азайтып, олардың өзара түсіністігін арттырады.

Әрбір оқушыға қиындық кезінде қолдау көрсететін құрдастарының болуы психологиялық жағынан қауіпсіздік пен сенімділікті қамтамасыз етеді.

9. Отбасылармен психологиялық кеңестер:

Мектептерде ата-аналармен тұрақты түрде психологиялық кеңестер ұйымдастырылады. Бұл кеңестерде ата-аналарға балалардың психологиялық жағдайын түсіну, олардың эмоционалды қажеттіліктерін қанағаттандыру жолдары туралы ақпарат беріледі.

Психологтер ата-аналарға баланың эмоционалды әл-ауқатын жақсартуға бағытталған әдістерді ұсынады. Осылайша, мектеп пен отбасы арасында тығыз байланыс орнатылып, балалардың психологиялық әл-ауқаты жақсарады.

10. Ойын терапиясы мен арт-терапия:

Жапония мектептерінде ойын терапиясы мен арт-терапия әдістері кеңінен қолданылады. Бұл терапиялар балалардың ішкі сезімдерін ашып, олардың эмоцияларын шығармашылық арқылы көрсетуге мүмкіндік береді.

Ойындар мен шығармашылық жұмыстар арқылы оқушылар стрессті жеңілдетіп, өз сезімдерін сыртқа шығаруға үйренеді. Бұл әдістер балаларға ішкі тепе-теңдікті сақтау мен эмоционалды мәселелерді шешуге көмектеседі.

11. Стресс-менеджмент және релаксация әдістері:

Мектептерде оқушыларға стрессті басқару және релаксация әдістері үйретіледі. Бұл әдістер медитация, тыныс алу жаттығулары және йога сияқты дене мен ойды тыныштандыруға арналған жаттығуларды қамтиды.

Осы жаттығулар оқушылардың күнделікті стрессті азайтып, эмоционалды тұрақтылығын жақсартуға ықпал етеді.

Жапонияда бұл шаралар оқушылардың психикалық денсаулығын қорғауға және дамытуға бағытталған. Оқушылардың өздерін сенімді сезінуі, қиындықтарды жеңе білуі және қоғамда өз орнын табуы үшін маңызды жағдайлар жасалады.

Осы іс-шаралар Жапонияның білім беру жүйесінде білім алушылардың жан-жақты дамуына, денсаулықтарын нығайтуға, психологиялық тұрақтылықты сақтауға және қоғамға бейімделуіне бағытталған.

Жапонияның бұл тәжірибесі білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету үшін кешенді және тиімді тәсілдерді қамтиды, бұл балалардың мектептегі жетістіктеріне және жалпы өмірдегі табыстарына айтарлықтай әсер етеді.

Жапон мемлекеті білім беру жүйесінде білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету мақсатында бірнеше маңызды іс-шаралар жүргізеді. Бұл іс-шаралар оқушылардың жан-жақты дамуына бағытталған және оларға қолайлы оқу ортасын құруға көмектеседі[6].

АҚШ-та білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз етуге бағытталған көптеген бағдарламалар мен іс-шаралар жүзеге асырылады. Бұл бағдарламалар білім алушылардың

жалпы дамуы мен олардың мектептегі өмірін жақсартуға, денсаулығы мен психологиялық әл-ауқатын нығайтуға бағытталған.

1. Физикалық әл-ауқатты қамтамасыз ету

Дене шынықтыру бағдарламалары: АҚШ мектептерінде дене шынықтыру пәндері міндетті болып табылады. Білім алушылардың физикалық денсаулығын жақсарту үшін арнайы бағдарламалар жасалады, оның ішінде спорттық секциялар, ойындар және жаттығулар өткізіледі. Мұндай бағдарламалар оқушылардың денсаулығын нығайтып, салауатты өмір салтын қалыптастыруға ықпал етеді. Оқушылар спортпен айналысуға, белсенді өмір салтын ұстануға ынталандырылады.

Тамақтану бағдарламалары: АҚШ мектептерінде оқушыларға дұрыс тамақтануды қамтамасыз етуге бағытталған мектеп асханалары жұмыс істейді. «Ұлттық мектептік асхана бағдарламасы» (National School Lunch Program) арқылы мектептер төмен табысты отбасылардан шыққан оқушыларға тегін немесе арзандатылған тамақтану мүмкіндігін ұсынады. Сонымен қатар, денсаулыққа пайдалы тағамдармен қамтамасыз ету және дұрыс тамақтану туралы білім беру арқылы оқушылардың денсаулығына ерекше көңіл бөлінеді. Мектеп оқушыларының денсаулығына зиянды өнімдердің сатылуына тыйым салынады.

Денсаулық сақтау қызметтері: Көптеген мектептерде денсаулық сақтау орталықтары немесе медбикелер жұмыс істейді. Олар оқушылардың денсаулығын бақылап, қажет болған жағдайда алғашқы медициналық көмек көрсетеді. Мектептерде денсаулық сақтау, гигиена, зиянды әдеттердің алдын алу туралы сабақтар өткізіледі.

2. Психологиялық әл-ауқатты қамтамасыз ету

Мектеп психологтары мен кеңес беру қызметтері: АҚШ мектептерінде психологиялық қолдау көрсету мақсатында арнайы мектеп психологтері мен кеңесшілер жұмыс істейді. Олар оқушыларға психологиялық мәселелерді шешуге, стресспен күресуге және эмоционалды денсаулықты сақтауға көмектеседі.

Буллингтің алдын алу бағдарламалары: Мектептерде буллингтің (қорлаудың) алдын алу бағдарламалары мен тренингтер өткізіледі. Бұл бағдарламалар оқушылар арасында достық қарым-қатынастарды нығайтуға және зорлық-зомбылықтың алдын алуға бағытталған.

Жарақатқа бағдарланған көмек: Кейбір мектептерде оқушылардың психологиялық жарақаттарымен жұмыс істеуге арналған бағдарламалар жүзеге асырылады. Бұл бағдарламалар эмоционалды жарақаттарды емдеуге және осындай оқушыларды қолдауға бағытталған [6]

Стресс-менеджмент және mindfulness: Кейбір мектептерде mindfulness (ойлау шеберлігі) және медитация сияқты әдістерді енгізу арқылы оқушыларға стресспен күресу және эмоционалды тұрақтылықты сақтау дағдыларын үйретеді.

3. Әлеуметтік әл-ауқатты қамтамасыз ету

Әлеуметтік қолдау бағдарламалары: Кейбір мектептерде оқушыларға әлеуметтік қолдау көрсету үшін арнайы бағдарламалар жүзеге асырылады. Мысалы, аз қамтылған отбасылардан шыққан оқушыларға қосымша ресурстар, мектеп жабдықтары немесе көмек көрсетіледі.

Қарым-қатынас дағдыларын дамыту: Оқушылардың қарым-қатынас дағдыларын дамытуға бағытталған арнайы тренингтер мен бағдарламалар бар. Бұл бағдарламалар оқушылардың бір-бірімен тиімді қарым-қатынас жасауына, жанжалдарды шешуге және өзара түсіністікке жетуіне көмектеседі.

Мектептегі әлеуметтік қолдау топтары: Кейбір мектептерде оқушыларға бір-біріне әлеуметтік қолдау көрсету үшін арнайы қолдау топтары құрылады. Бұл топтарда оқушылар өзара мәселелерді талқылап, бір-біріне қолдау көрсетуге үйренеді.

Әлеуметтік дамуды қолдау:

Волонтерлық қызмет: Мектеп оқушылары қоғамдық жұмыстарға белсенді қатысады, волонтерлық қызметтерге тартылады.

Көшбасшылық қабілеттерді дамыту: Оқушылардың көшбасшылық қабілеттерін дамытуға бағытталған әртүрлі бағдарламалар жүзеге асырылады.

Көпмәдениеттілікке тәрбиелеу: Мектептерде әртүрлі мәдениет туралы білім беруге баса назар аударылады, оқушылардың төзімділігі мен ашықтығы қалыптасады.

4. Кеңес беру және ата-аналармен жұмыс

Ата-аналарға кеңес беру: Мектептерде ата-аналармен тұрақты байланыс орнату маңызды рөл атқарады. Мектептер ата-аналарға балалардың дамуы мен әл-ауқатын қамтамасыз ету үшін кеңестер береді. Бұл ата-аналарға балаларының оқу процесіне белсенді қатысуға мүмкіндік береді.

Отбасылық қолдау бағдарламалары: Кейбір мектептер отбасыларға арналған арнайы бағдарламаларды жүзеге асырады. Бұл бағдарламалар арқылы отбасыларға қажетті ресурстар, кеңестер және психологиялық қолдау көрсетіледі.

5. Инклюзивті білім беру бағдарламалары

АҚШ мектептерінде инклюзивті білім беру бағдарламалары жүзеге асырылады, бұл оқушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік дамуына көмектеседі. Мұндай бағдарламалар ерекше қажеттіліктері бар оқушыларға білім алуға және мектеп қоғамдастығына белсенді қатысуға мүмкіндік береді. Мүмкіндіктері шектеулі балалардың білім алуына жағдай жасауға бағытталған арнайы бағдарламалар жүзеге асырылады.

Инклюзивті ортаны қалыптастыру үшін мектептер жабдықталып, мұғалімдер дайындықтан өтеді.

АҚШ-тағы білім беру жүйесінің ерекшеліктері:

Жергілікті басқару: Әрбір штаттың өзіндік білім беру жүйесі бар, бұл жергілікті қажеттіліктерге бейімделуге мүмкіндік береді.

Мектептердің автономдылығы: Мектептер өздерінің оқу бағдарламаларын, әдістерін және бағалау жүйелерін таңдай алады.

Қоғамдық-жеке серіктестік: Мектептер мемлекеттік қаржыландырумен қатар, жеке компаниялар мен қайырымдылық ұйымдарының қолдауына ие болады.

Қосымша сабақтар

АҚШ мектептерінде оқу бағдарламасынан тыс көптеген қосымша сабақтар ұйымдастырылады. Бұл сабақтар оқушылардың қызығушылығы мен қабілеттерін дамытуға бағытталған. Кейбір жиі кездесетін қосымша сабақтардың қатарына мыналар жатады:

Спорт секциялары: Футбол, баскетбол, волейбол, жеңіл атлетика және басқа да спорт түрлері бойынша секциялар.

Өнер студиялары: Сурет салу, мүсіндеу, музыка, драмалық үйірмелер.

Ғылыми клубтар: Математика, физика, химия, биология бойынша эксперименттер жүргізуге бағытталған клубтар.

Компьютерлік клубтар: Бағдарлама, робототехника, веб-дизайн сияқты бағыттар бойынша сабақтар.

Тілдерді үйрену курстары: Испан, француз, неміс және басқа да тілдерді үйренуге арналған курстар. Қосымша сабақтар әдетте мектеп ішінде немесе сырттан келген мамандармен ұйымдастырылады. Көптеген мектептерде оқушылардың қызығушылығына байланысты түрлі клубтар мен үйірмелер жұмыс істейді.

Мектептердегі қауіпсіздік

АҚШ мектептерінде оқушылардың қауіпсіздігіне ерекше көңіл бөлінеді. Қауіпсіздікті қамтамасыз ету үшін мынадай шаралар қолданылады:

Мектепке қару-жарақ әкелуге тыйым салу: АҚШ-тың көптеген штаттарында мектептерге қару-жарақ әкелуге тыйым салынатын заңдар қабылданған.

Қауіпсіздік қызметтері: Көптеген мектептерде қауіпсіздік қызметкерлері жұмыс істейді, олар мектеп аумағындағы тәртіпті сақтауға жауапты.

Қауіпсіздік камералары: Мектептерде қауіпсіздік камералары орнатылған.

Қауіпсіздік жаттығулары: Мектептерде үнемі өрт, жер сілкінісі және басқа да төтенше жағдайлар кезіндегі әрекет ету бойынша жаттығулар өткізіледі.

Оқушылармен жұмыс: Мектептерде оқушыларға қауіпсіздік ережелерін үйрету және олардың қауіпсіздік сезімін қалыптастыру бойынша жұмыстар жүргізіледі.

Сонымен қатар, АҚШ-та мектептердегі қауіпсіздікті арттыру бойынша үнемі жаңа бастамалар мен жобалар жүзеге асырылып отырады. АҚШ

мектептеріндегі қауіпсіздік шаралары әрбір штаттың және мектептің ерекшеліктеріне байланысты әртүрлі болуы мүмкін.

АҚШ-та білім алушылардың жалпы дамуына бағытталған кең ауқымды жұмыстар жүргізіліп жатқанын айтуға болады. Бұл бағдарламалар оқушылардың тек білім алуына ғана емес, сонымен қатар олардың болашақ өміріне қажетті дағдылар мен қабілеттерді қалыптастыруға бағытталған.

АҚШ-та білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз етуге бағытталған бағдарламалар мектеп жүйесінің ажырамас бөлігі болып табылады. Бұл шаралар оқушыларға қолайлы білім беру ортасын қамтамасыз етіп қана қоймай, олардың жан-жақты дамуына көмектеседі[7].

Сингапурдағы білім беру жүйесіндегі оқушылардың әл-ауқатын қамтамасыз ету.

Сингапур – білім беру сапасының жоғары деңгейімен танымал ел. Мұндағы білім беру жүйесі тек академиялық жетістіктерге ғана емес, сонымен қатар оқушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік жағынан дамуына баса назар аударады.

Физикалық әл-ауқат

Дене шынықтыру: Сингапур мектептерінде дене шынықтыру сабақтары міндетті түрде енгізілген. Оқушылар спортпен айналысуға, белсенді өмір салтын ұстануға ынталандырылады. Денсаулық және фитнес бағдарламалары жүргізіледі. Сингапур мектептерінде оқушылардың дене тәрбиесіне ерекше көңіл бөлінеді. Әр мектепте оқушыларды спортпен шұғылдануға және салауатты өмір салтын ұстануға бағыттайтын дене шынықтыру бағдарламалары жүргізіледі. Бұл бағдарламалар оқушылардың денсаулығын сақтап, физикалық белсенділіктерін арттыруға бағытталған.

Салауатты тамақтану: Мектептерде салауатты тамақтануды насихаттауға баса назар аударылады. Мектеп асханаларында теңдестірілген тағамдар ұсынылады, және зиянды тағамдардың сатылуына тыйым салынады. Оқушыларға мектеп асханаларында теңдестірілген және пайдалы тағамдар беріледі. Сингапурдың «Healthy Meals in Schools» бағдарламасы арқылы мектеп асханалары салауатты тамақтануды насихаттап, дұрыс тағамды ұсынуға міндетті.

Психологиялық әл-ауқат

Психологиялық қызмет: Сингапур мектептерінде психологтар жұмыс істейді. Олар оқушылармен жеке және топтық кеңес беру жұмыстарын жүргізеді, олардың психологиялық жағдайларын бақылайды. Сингапур мектептері оқушылардың психологиялық денсаулығына ерекше назар аударады. Мектептерде психологтер және кеңесшілер жұмыс істейді, олар оқушыларға эмоционалдық қиындықтарды жеңуге және стресс, алаңдаушылық секілді мәселелермен күресуге көмектеседі. Бұл қызметтер жасөспірімдер арасындағы психологиялық проблемаларды алдын алуға және олардың

эмоционалдық саулығын жақсартуға бағытталған. Оқушылардың психологиялық әл-ауқатын жақсарту үшін мектептерде стрессті басқару, эмоционалдық интеллектіні дамыту, өзін-өзі реттеу және мотивацияны арттыру бойынша арнайы бағдарламалар өткізіледі.

Эмоционалды интеллект дағдыларын дамыту: Оқушыларға өз эмоцияларын басқаруды, басқа адамдармен қарым-қатынас жасауды үйретуге баса назар аударылады [8].

Әлеуметтік қамсыздандыру:

Әлеуметтік дағдыларды дамыту: Сингапур мектептері оқушылардың әлеуметтік дағдыларын дамытуға үлкен мән береді. Олар көшбасшылық, топтық жұмыс, достық қарым-қатынас орнату және қарым-қатынас дағдыларын дамытатын арнайы бағдарламалар арқылы қолдау көрсетеді.

Әлеуметтік қолдау жүйесі: Мектептерде оқушылардың әлеуметтік қолдау жүйесі бар, олар оқушыларды қиын жағдайларда қолдау көрсету мақсатында ұйымдастырылған. Бұл жүйе отбасы жағдайы қиын немесе әлеуметтік тұрғыдан қолдауды қажет ететін оқушыларға бағытталған.

Қауіпсіз орта: Оқушылардың мектепте өзін қауіпсіз сезінуі үшін Сингапур мектептерінде буллингке қарсы бағдарламалар жүзеге асырылады. Мектептердегі әрбір оқушының құқығы мен қауіпсіздігі қорғалады.

Топтық жұмыс: Сингапур мектептерінде оқушылардың топтық жұмыс істеу дағдылары дамытылады. Олар бір-біріне көмектесуге және қолдау көрсетуге үйренеді.

Волонтерлік қызмет: Мектеп оқушылары қоғамдық жұмыстарға белсенді қатысады, волонтерлық қызметтерге тартылады.

Көпмәдениеттілікке тәрбиелеу: Сингапурдың көпұлтты құрамын ескере отырып, мектептерде әртүрлі мәдениеттер туралы білім беруге баса назар аударылады, оқушылардың төзімділігі мен ашықтығы қалыптасады.

Инклюзивті білім беру: Мүмкіндіктері шектеулі балалардың білім алуына жағдай жасауға бағытталған бағдарламалар жүзеге асырылады.

Шығармашылықты дамыту: Мектептерде оқушылардың шығармашылық қабілеттерін дамытуға бағытталған әртүрлі жобалар жүзеге асырылады [9].

Сингапур білім беру жүйесінің ерекшеліктері

Нәтижеге бағытталғандық: Білім беру жүйесінің негізгі мақсаты – жоғары сапалы білім беру арқылы оқушылардың болашақ өміріне дайындық.

Инновациялық әдістерді пайдалану: Сингапур мектептерінде оқытудың жана әдістері мен технологиялары белсенді қолданылады.

Мұғалімдердің жоғары біліктілігі: Мұғалімдер үздіксіз кәсіби даму бағдарламаларына қатысады.

Ата-аналармен тығыз байланыс: Мектептер ата-аналармен тығыз байланыс орнатады, бірлесіп баланың тәрбиесімен айналысады.

Сингапурдың білім беру жүйесі көптеген елдер үшін үлгі болып табылады. Оның жетістіктері оқушылардың тек білім алуына ғана емес, сонымен қатар олардың толыққанды жеке тұлға ретінде қалыптасуына бағытталған кешенді тәсілге негізделген [10]

Сингапурдың білім беру жүйесінің басты ерекшеліктерінің бірі – оның баланың тек академиялық жетістіктеріне ғана емес, сонымен қатар оның жалпы дамуына бағытталғаны. Бұл жүйеде оқушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік қажеттіліктері қанағаттандырылады.

Отандық тәжірибе

Қазақстанда да білім беру саласында оқушылардың жалпы дамуына бағытталған бастамалар бар.

Білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әлауқатын қамтамасыз ету бағыты бойынша «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы жүзеге асырылуда. Бағдарламаны іске асыру құндылыққа бағдарланған және құзыреттілік тәсілдемелеріне негізделген. Олар білім алушылардың қазіргі қоғамда табысты өмір сүруі үшін қажетті дағдылар мен құндылықтарды қалыптастыруға ықпал ете отырып, оқытуды, тәрбиелеуді және дамытуды біріктіруге бағытталған.

Тәрбиеге құндылыққа бағдарланған көзқарас білім алушылардың дүниетанымын, мінез-құлқын және қоршаған әлемге деген көзқарасын анықтайтын құндылықтар жүйесін қалыптастыруға негізделген. Білім алушылардың моральдық таңдауын, мінез-құлқы мен қызметін айқындайтын негізгі құндылықтар тәуелсіздік және отаншылдық, бірлік және ынтымақ, әділдік және жауапкершілік, заң және тәртіп, еңбекқорлық және кәсіби біліктілік, жасампаздық және жаңашылдық болып табылады. Негізгі құндылықтар Бағдарламаны іске асыру шеңберіндегі тәрбие мазмұнын көрсетеді және білім алушыларды оқыту, тәрбиелеу және дамыту бірлігін қамтамасыз ету үшін білім беру мазмұнына біріктірілуі керек. Негізгі құндылықтар барлық жалпы білім беретін пәндердің, сыныптық және сыныптан тыс іс-шаралардың ажырамас бөлігі болуы тиіс.

Бағдарламаның мақсаты:

рухани-адамгершілік қасиеттерді, азаматтық жауапкершілік пен патриотизмді, парасаттылық пен адалдықты дамыту арқылы қазақстандық мәдениеттің құндылықтары негізінде білім алушының үйлесімді дамыған тұлғасын қалыптастыру.

Бағдарламаның міндеттері:

Рухани-адамгершілік қасиеттерді тәрбиелеу:

- отанға, өз халқына, оның тарихы мен мәдениетіне деген сүйіспеншілікті қалыптастыру;
- Қазақстан Республикасының Мемлекеттік рәміздерін құрметтеуге тәрбиелеу;

- адалдықты, әділдікті, мейірімділікті, қамқорлықты, қайырымдылықты және басқа да адамгершілік қасиеттерді дамыту;

- табиғатқа және қоршаған ортаға ұқыпты қарауды қалыптастыру.

Азаматтық жауапкершілік пен патриотизмді дамыту:

- өз елі үшін мақтаныш сезімін және оның жетістіктерін тәрбиелеу;

- отбасы, қоғам және мемлекет алдындағы өз міндеттеріне саналы көзқарасты қалыптастыру;

- өз құқықтары мен бостандықтарын, сондай-ақ басқа адамдардың құқықтары мен бостандықтарын қорғауға дайын болуды дамыту;

- білім алушыларды әлеуметтік маңызы бар қызметке тарту.

Парасаттылық пен адалдықты қалыптастыру:

- мінез-құлық пен басқалармен қарым-қатынаста адалдық пен әділеттілікке тәрбиелеу;

- өз іс-әрекеттері мен сөздері үшін жауапкершілікті дамыту;

- еңбексүйгіштік пен өзін-өзі жетілдіруге деген ұмтылысты қалыптастыру;

- біреудің еңбегі мен мүлкін құрметтеуге тәрбиелеу.

Білім алушының жеке басының үйлесімді дамуы үшін жағдай жасау:

- әрбір білім алушыны тәрбиелеу мен оқытуға жеке көзқарасты қамтамасыз ету;

- білім беру ортасында қолайлы психологиялық-педагогикалық климат құру;

- ерекше білім беру қажеттіліктері бар балаларды қолдау;

- отбасын тәрбие процесіне тарту.

Білім алушылардың бойында құндылықтарды дамыту білім беру ұйымдарының оқу-тәрбие процесі жағдайында жүйелі түрде іске асырылады. Бұл міндетті іске асыру білім беру мазмұны, сыныптық және сыныптан тыс іс-шараларды ұйымдастыру және өткізу арқылы жүзеге асырылады.

Ай сайын өткізілетін тұрақты іс-шаралар білім алушылардың біртұтас тұлғасын қалыптастыруға бағытталуы тиіс:

Қыркүйек – Еңбекқорлық және Кәсіби біліктілік айы;

Қазан айы – Тәуелсіздік және Отаншылдық айы;

Қараша айы – Әділдік және Жауапкершілік айы;

Желтоқсан – Бірлік және Ынтымақ айы;

Қаңтар – Заң және Тәртіп айы;

Ақпан – Жасампаздық және Жаңашылдық айы;

Наурыз – Тәуелсіздік және Отаншылдық айы;

Сәуір – Еңбекқорлық және Кәсіби біліктілік айы;

Мамыр – Бірлік және Ынтымақ айы.

Құндылықтарды қалыптастырудағы жүйелі және кешенді жұмыс оқу-тәрбие процесінде күн сайын және апта сайын іске асырылатын іс-шараларды қамтиды:

күнделікті:

«Ұлттық ойын – ұлт қазынасы» – білім алушылардың бос уақытын ойын түрінде ұйымдастыру – асық, тоғызқұмалақ, бес тас және т.б.

«Өнегелі 15 минут» – ата-аналардың баласымен күнделікті 15 минут ішінде өзекті адамгершілік тақырыптарда жеке әңгіме өткізуі.

«Үнемді тұтыну» – жадынамалар, нұсқаулықтар мен парақшалар арқылы суды, тамақты, энергияны және табиғи ресурстарды үнемді тұтынуды және іс-әрекет барысында табиғи ресурстарға (су, энергия және т.б.) күнделікті ұқыпты қарауды қалыптастыру.

«Күй күмбірі» – қоңыраудың орнына күйлерді пайдалану, сондай-ақ үлкен үзіліс кезінде арнайы күй күмбірін тыңдату.

апта сайын:

«Менің Қазақстаным» – оқу аптасының басында бірінші сабақта білім алушылар Қазақстан Республикасының әнұранын орындайды.

Аптаның дәйексөздері – бүкіл ұйымның сабақта және сабақтан тыс іс-әрекетінің лейтмотиві ретінде қызмет ететін мақал-мәтелдер, нақыл сөздер, халық даналығы, ұлы тұлғалардың ұлағатты сөздері. Аптаның дәйексөздері ақпараттық стендтерде, Led-экрандарда, тақталарда және т.б. орналастырылады.

«Қауіпсіздік сабағы» – білім алушылардың жеке қауіпсіздігін, қауіпсіз мінез-құлқын және т.б. сақтауы, соның ішінде жол қозғалысы ережелерін, тіршілік қауіпсіздігі негіздерін зерделеу туралы сынып сағаты шеңберінде 10 минут уақыт бөлінеді.

Апта сайын сынып сағаттарын өткізу шеңберінде білім алушылардың қауіпсіз мінез-құлық мәдениетін және салауатты өмір салтын қалыптастыру бойынша жүйелі жұмыс іске асырылады. Сынып сағаттарының мазмұнына келесі алдын алу шаралары біріктіріледі:

- Цифрлық әлемде қауіпсіз қадам;
- Буллингтен қорған!
- Ойынға салауатты көзқарас;
- Өмірге салауатты қадам;
- Қоғамдық мүлікті қорға!
- Қауіпсіз қоғам.

«Цифрлық әлемде қауіпсіз қадам» жобасы шеңберінде сынып сағаттарында ақпараттық қауіпсіздік, кибермәдениет, кибергигиена, медиа тұтыну жөніндегі мамандармен пікірталастар, кездесулер өткізу ұсынылады.

Буллингтің алдын алу мақсатында сынып сағаттары барысында «Буллингтен қорған!» қарым-қатынас дағдылары, эмоцияларды басқару және қақтығыстарды шешу, өмірлік жағдайларға байланысты жағдаяттарды шешу, тренингтер мен кейс-сессияларын өткізу ұсынылады.

«Ойынға салауатты көзқарас» – лудоманияның алдын-алу, лудомания туралы бейнероликтер қарауды, сынып сағаттарында топтық талқылауларды

ұйымдастыруды, салауатты әдеттерді, баламалы қызығушылықтар мен хоббиді дамыту бойынша мектепшілік шеберлік сыныптарын өткізуді қамтиды.

«Өмірге салауатты қадам» алдын-алу іс-шаралары шеңберінде синтетикалық есірткілердің (Интернет-ресурстар арқылы) таралуының алдын алу және жасөспірімдер арасында салауатты өмір салтын қалыптастыру бойынша сынып сағаттарында олардың зияны мен денсаулыққа теріс әсері туралы деректі фильмдерді көруді ұйымдастыру, сыныптарда есірткіге қарсы плакаттар, бейнероликтер және т.б. әзірлеу, тамақтану және салауатты өмір салты мәселелерін талқылау бойынша іс-шаралар өткізу ұсынылады.

«Қоғамдық мүлікті қорға!» вандализмнің алдын алу бойынша сынып сағаттарында топтық талқылауларды ұйымдастыруды, вандализмге қарсы плакаттар, граффити немесе иллюстрациялар жасауды, мәдени ескерткіштерді қиратудың зияны туралы мектепшілік әңгімелер өткізуді қамтиды.

«Қауіпсіз қоғам» Қылмыстық кодекстің зорлық-зомбылыққа, есірткі заттарын таратуға және т.б. байланысты негізгі нормаларын түсіндіру үшін ішкі істер органдарының, прокуратураның өкілдерімен сынып сағаттарында кездесулер өткізуді, нәтижесінде адам бас бостандығынан айырылған заң бұзушылық жағдайлары, оның ішінде кәмелетке толмағандар туралы бейнероликтерді қарауды қамтиды.

Сыныптан тыс жұмыстар шеңберінде білім алушылардың негізгі құзыреттіліктерін дамыту мақсатында келесі әлеуметтік жобаларды жүзеге асыру ұсынылады:

– «Қамқор» – әлеуметтік жобаны жүзеге асыру арқылы құндылықтарды дамыту. Жоба аясында білім беру ұйымдарына қарттарға көмек көрсету, жануарларға қамқорлық жасау, «Қоғамға қызмет ету» волонтерлік қызмет шеңберінде табиғат элементтерінен қайта өңделген материалдарды пайдалана отырып, жемшөп пен құс қораларын құру арқылы білім алушыларды тарту ұсынылады. Волонтерлік іс-шараларға ата-аналар қауымдастығын тарту және жергілікті атқарушы органдармен өзара әрекеттесу ұсынылады.

Жобаны іске асыру сонымен қатар «Жер сағаты» экологиялық акциясын, «Түлектердің ағаш егуі» экокелленджін, «Табиғатқа қамқорлық жасаймыз» акциясын өткізуді қамтиды. «Жер сағаты» экологиялық акциясы климаттың өзгеруі мен ресурстарды үнемдеудің жаһандық мәселелеріне назар аударуға бағытталған бастама болып табылады. Акцияның негізгі элементі – жарық пен электр құрылғыларын бір сағатқа өшіру, бұл энергияны ұқыпты пайдалану міндеттемесін білдіреді. Білім беру ұйымдарына жыл бойы табиғи ресурстарды қорғаудың маңыздылығын көрсететін әр сыныптан бір постер шығарумен іс-шаралар өткізу ұсынылады.

«Түлектердің ағаш егуі» экокелленджі – бұл бүкіл республика бойынша мектеп түлектері арасында (9-шы және 11-ші сыныптар) мектеп аулаларында немесе көше бойында бір мезгілде ағаш отырғызудан тұратын челлендж ұйымдастыру. «Табиғатқа қамқорлық жасаймыз» акциясы – бұл мектеп

жанындағы аумақты жинау немесе қоғамдық орындар (саябақтар, скверлер) күту акциясы

«Еңбек адал-жас өрен» – білім алушылардың түрлі мамандыққа деген қызығушылығын дамыту және еңбексүйгіштік идеясын дамыту арқылы құндылықты қалыптастыру. Жоба «Күзгі асар» жәрмеңкесін, «Мамандықтар әлемі» іс-шараларын, «Мамандықтар марафоны» байқауын, мектептің әлеуметтік желілеріндегі жарияланымдарды өткізу арқылы жүзеге асырылады. «Күзгі асар» жәрмеңкесін өткізу кезінде білім алушыларға күзгі егіннің табиғи материалдары мен табиғаттың орман ғажайыптарын пайдалана отырып, ата-аналарымен бірлесіп жасалған өз қолөнерін таныстыру ұсынылады. «Мамандық әлемін» өткізу мамандықтармен танысу үшін түрлі кәсіпорындарға немесе мекемелерге бару жоспарын жасауды қамтиды. «Мамандықтар марафоны» байқауы әр түрлі мамандықтардағы ең жақсы маманды анықтауға бағытталған (WorldSkills халықаралық байқауына дайындық) өзінің шеберлігін көрсету арқылы (мысалы, ағаштан бұйым жасау). Конкурс сарапшыларына түрлі саладағы мамандықтардың үздік мамандарын тарту ұсынылады. Мектептің әлеуметтік желілерінде жариялау білім алушылардың әртүрлі мамандықтардың өкілдерімен сұхбат әзірлеуді және оны мектептің әлеуметтік желілерінде орналастыруды қамтиды.

«Шабьт» – шығармашылық әлеуетті дамыту арқылы құндылықтарды насихаттау. Жобаны жүзеге асыру барысында «Даналық ұстаздан» челленджін, «Ұлттық мәдениет» көрмесін, «Жас сарбаз» әскери-патриоттық әндер фестивалін, «Ананың аялы алақаны» челленджін, «Әншуақ» фестивалін, «Домбыра күні» көрме және концерт, мектеп театры жұмысын ұйымдастыру.

«Даналық ұстаздан» – мұғалімдер күні қарсаңында алғашқы мұғалімдеріне, сүйікті педагогтерге және құрметті тәлімгерлерге арналған челленджи өткізіледі. Қатысушылар бейне хабарлама, мақалалар, өлеңдер, әндер, суреттер және басқа да шығармашылық формалар арқылы алғыстарын білдіре алады.

«Ұлттық мәдениет» көрмесі білім алушылардың ұлттық атрибуттарды (ағаштан, металдан, матадан, киізден және басқа материалдардан жасалған бұйымдар) пайдалана отырып орындалған шығармашылық жұмыстарын ұсынады. Мұғалімдерге, білім алушыларға және ата-аналарға аптасына бір рет мектепке ұлттық киіммен келуге және/немесе ұлттық мәдениетті насихаттау үшін ұлттық атрибуттарды қолдануға кеңес беріледі.

«Жас Сарбаз» әскери-патриоттық әндер фестивалі саптық әндер конкурсын, әскери-патриоттық фестивальді, спорттық-далалық ойындарды өткізуді қамтиды. Білім беру ұйымдарына «Жас сарбаз» фестивалін өткізу кезінде қазақстандық авторлардың әндерін және Ұлттық әскери форманы пайдалану ұсынылады.

«Ананның аялы алақаны» челленджін өткізу кезінде білім алушылар бейнероликтер, мерекелік ашықхаттар және бейне құттықтаулар арқылы аналарына, әжелеріне және барлық аналарға алғыстарын білдіре алады.

«Әншуақ» фестивалі #Әншуақ хэштегімен «ТikTok» әлеуметтік желісінде өз әнін жанды дауыста орындаудың бейнежазбасын жариялау арқылы білім алушыларды балалар әні фестиваліне қатысуға тарту арқылы ұйымдастырылады.

«Домбыра күні» – білім алушылардың, талантты музыканттар мен орындаушылардың қатысуымен түрлі ұлттық аспаптар көрмесімен сүйемелденетін концерт ұйымдастыру.

Мектеп театрының жұмысын ұйымдастыруда тек театрландырылған қойылымдарды ғана емес, сонымен қатар зерттелген әдеби шығармалар, тарихи оқиғалар мен атаулы күндер, сонымен қатар жағымсыз әдеттердің алдын алу (лудомания, нашақорлық, кибергигиена т.б.) бойынша сыныптар арасында байқаулар мен театрландырылған қойылымдардың фестивальдерін өткізу ұсынылады.

«Ұшқыр ой алаңы» – пікірталастар мен зияткерлік ойындар өткізу арқылы тақырыпты зерделеу және сөйлеу дағдыларын қалыптастыру арқылы құндылықтарды дамыту. Білім беру ұйымдарына құндылықтарға, тарихи оқиғаларға, айтулы күндерге, заңдар мен құқықтарды зерттеуге, жағымсыз әдеттердің алдын алуға (лудомания, нашақорлық, кибергигиена, зорлық-зомбылық, буллинг және т.б.) байланысты мектепте тақырыптық пікірталастар өткізу ұсынылады. Пікірталас кезінде ата-аналарды, танымал тұлғаларды, қоғам қайраткерлерін және т.б. тарту ұсынылады.

Зияткерлік ойындарды тек мектеп пәндеріне ғана емес, сонымен қатар танымал тұлғаларға, атаулы күндерге, әлемдік және спорттық оқиғаларға байланысты зияткерлік ойындарды ұйымдастыруға және өткізуге ата-аналарды, танымал тұлғаларды, қоғам қайраткерлерін және т.б. тарту ұсынылады.

«Smart bala» акциясы – инновациялық жобалар байқауы арқылы құндылықты дамыту. Жоба «Startup» және «Өнертапқышқа алғашқы қадам» конкурстарын өткізу арқылы жүзеге асырылды. «Startup» байқауы кәсіпкерлік және инновация саласында білім алушылардың қызығушылығын оятуға және дағдыларын дамытуға бағытталған. Білім беру ұйымдарына TEDx форматында хакатондар, челленджер, инновациялық идеялардың тұсаукесерлерін өткізу ұсынылады.

«Өнертапқыштыққа алғашқы қадам» байқауы – бұл мектептің мүмкіндіктерін ескере отырып, жасанды интеллектті пайдалану арқылы командалық инновациялық жұмыстар байқауын өткізу. Конкурсты дайындау және өткізу шеңберінде инновациялық объектілерге бару/ осы объектілер туралы материалдарды (EXPO, IT университеті, ғарыш айлағы және басқалар) онлайн-қарау ұсынылады.

«Балалар кітапханасы» – оқу мен білімге деген қызығушылықты қалыптастыру. Жобаға әдеби кеш / кітаптар жәрмеңкесі / кітап кейіпкерлерінің байқауы, «Кітаптар айналымы» акциясы, «Шын жүректен кітап сыйла!» челленджі кіреді.

Білім беру ұйымдарына әдеби кеш /кітап жәрмеңкесі / кітап кейіпкерлері байқауын өткізу кезінде балалар мен жастар арасында танымал заманауи авторлардың кітаптарын талқылауды ұйымдастыру ұсынылады.

Мектеп буккроссингі аясында «Кітаптар айналымы» акциясын өткізу кезінде білім беру ұйымдары кітапханасында білім алушыға өзіне қажетті таңдаған кітабын өз кітабымен ауыстырып отыратын кітаптар сөресін құру ұсынылады.

«Шын жүректен кітап сыйла!» челленджі «Досыңа кітап сыйла» челленджін ұйымдастыруды, жазбалары мен тілектері бар кітаптарға сыйлық мұқабаларын жасауды және т.б. қамтиды[11].

Қазақстан Республикасында мектепке дейінгі, орта, техникалық және кәсіптік білім беруді дамытудың 2023-2029 жылдарға арналған тұжырымдамасын бекіту туралы Үкіметінің 2023 жылғы 28 наурыздағы № 249 қаулысының 4-тарауында Балалардың қауіпсіздігі, олардың құқықтары мен мүдделерін қорғау делінген [12].

«Біртұтас тәрбие» бағдарламасы шеңберінде сынып сағатының соңғы 10 минутында балалардың қауіпсіздігін сақтау үшін Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2024 жылғы 18 қыркүйегінде №263 бұйрықпен Мектепке дейінгі, орта, кәсіптік және техникалық білім беру ұйымдарының білім алушылары мен тәрбиеленушілерінің білім беру процесіне «Жеке қауіпсіздік» сабақтары енгізілді[13]. (Қосымша 2 «Жеке қауіпсіздік» сабағының сілтемесі)

2 БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ ФИЗИКАЛЫҚ, ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЖӘНЕ ӘЛЕУМЕТТІК ӘЛ-АУҚАТЫН ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУ: МЕКТЕП ЭКОЖҮЙЕСІ БОЙЫНША ӘДІСТЕРІ МЕН ТӘСІЛДЕРІ

Әдістемелік ұсынымдамада қазіргі заманғы жаһандық әлеуметтік-экономикалық және технологиялық сын-тегеуріндер жағдайында білім алушылардың физикалық, психикалық және әлеуметтік әл-ауқатын қалыптастыру, жалпы білім беруді трансформациялау үшін экожүйелік тәсілді қолдану мәселесі қарастырылады. Экожүйелік тәсілдің қағидаттарын анықтап, оларды білім беру экожүйесін модельдеуде қолдану мүмкіндіктерін негіздеу маңызды.

Модельдеу әдісі негізінде білім беру экожүйесінің тұжырымдамалық архитектурасы жасауға болады.

«Экожүйе» ұғымы білім беруді дамыту туралы зерттеулерде ХХІ ғасырдың басында пайда болды, бірақ әлі күнге дейін оның нақты анықтамасы жоқ. Көп жағдайда білім беру саласындағы «экожүйе» термині білім беру ұйымдары мен жеке білім алушыларға қолжетімді білім беру технологиялық шешімдерінің жиынтығын білдіру үшін қолданылады (мысалы, білім беру платформаларын қолдану) [14]

Бұл ұғымның толық анықтамасын LANIT Education холдингінің ғылыми жетекшісі А.М. Конадков білім беру экожүйесін «бейімделгіш және әртүрлі білім беру контенті, инновациялық өнімдер, технологиялар мен басқа да экожүйе элементтері негізінде білім беру қатынастары қатысушылары арасындағы деректер алмасу арқылы өзара әрекеттесудің интеграциялық ортасы» деп сипаттайды. Бұл жүйе жеке қауіпсіздікті, мемлекеттік білім беру стандарттарының талаптарын жүзеге асыруды, ХХІ ғасырдың дағдыларын қалыптастыруды, тұлғаның, әлеуметтік және кәсіби өзін-өзі жүзеге асыруды желілік қоғам жағдайында қамтамасыз етеді [15].

Білім беру саласындағы экожүйелер деп институционалдық және жеке қатысушыларды біріктіретін және жеке әрі ұжымдық оқыту үшін әртүрлі білім беру ресурстарын басқаратын өзара байланысқан білім беру кеңістіктерін айтады.

Бұл экожүйелер білім алушылар мен білім беру ұйымдарына бейімделген әрі тиімді шешімдерді ұсына отырып, білім беру процесінің сапасын жақсартуға және білім алушыларды заманауи өмірге дайындауға көмектеседі. Осылайша, экожүйелік тәсіл білім беру мен технологияны интеграциялау арқылы заманауи білім беру жүйесін дамытудың маңызды құралына айналады.

Бүгінгі таңда ең озық білім беру ұйымдарының өзіне білім беру жүйесінде туындап жатқан барлық сын-қатерлерге өздігінен жауап беруі қиынға соғуда. Бұл саладағы негізгі мәселелер:

Ақпараттың жаңару қарқынының күрт өсуі. Классикалық білім беру жүйесінің ескіруі, білім беру жүйесі индустриядан оқшау жағдайда болғанда, ол инновацияларға уақытында жауап бере алмайды. Қазіргі уақытта көптеген білім беру бағдарламаларына бағытталған дағдылар жылдам өзектілігін жоғалтуда. Сондықтан тәрбие мен білім беруде ең алдымен метадағдыларды үйретуге бағытталуы керек, бұл кейіннен қажетті тар кәсіби дағдыларды меңгеруге мүмкіндік береді. Бұл дағдылар болашақта білім алушылардың кәсіби қызметке қажеттіліктеріне сәйкес болуы тиіс.

Оқу үдерісінің цифрландыру қарқынының өсуі. Классикалық оқу ортасы және дәстүрлі оқу процесінің ұйымдастырылуы біртіндеп өз өзектілігін жоғалтуда. Көп жағдайда педагог немесе сынып жетекшісі білім алушылар үшін негізгі ақпарат көзі болудан қалып барады. Қазіргі кезде ақпарат көптеген дереккөздерден қолжетімді болғандықтан, мұғалімнің рөлі де өзгеруі керек;

Еңбек нарығының трансформациясы. Негізгі өндірістік үдерістердің роботтандырылуы және ауыр жұмыстың едәуір бөлігінің автоматтандырылуына байланысты шығармашылық, эмоционалды интеллект, командада жұмыс істеу қабілеті сияқты адамға тән дағдыларға сұраныс артуда. Көптеген дәстүрлі білім беру бағдарламалары тек қатты дағдыларға (hard skills) шоғырланған, алайда заманауи нарықтағы кәсіби қажеттіліктер бұл дағдылардан әлдеқайда көбірек талап етеді;

Кейбір мамандықтардың жойылуы және демографиялық өзгерістер. Бұрын кәсіби білім тек жастық шақта алынады деген пікір болған еді. «Өмір бойы білім алу» концепциясының пайда болуы білім алушылардың түрлі жастағы топтарында ортақ білім беру стандарттарын қолдану мүмкін еместігін көрсетті. Сондықтан білім беруде икемді, жеке тұлғаға бағытталған әдістерді құру, оқу үдерісін ұйымдастырудың жаңа әдістерін енгізу маңызды болып отыр. Бұл оның ішінде цифрлық платформаларға көшу, білім беру мүмкіндіктерін желілік негізде ұсыну және жаңа басқару тәсілдерін енгізуді қамтиды;

Ғаламдық трансформациялар. Ғаламдық даму проблемаларын шешу үшін бірлескен күш-жігер қажет. Алайда, қазіргі білім беру жүйесі көбінесе жеке жетістіктерге бағытталған: жоғары баға алған немесе конкурс жеңімпазы атанғандар жақсы білім алушы деп саналады. Мұндай тәсіл ынтымақтастықтан гөрі бәсекелестікті дамытуға ықпал етеді.

Білім беру ұйымдары осы заманауи сын-қатерлерге дайын болуы және жаңа технологияларды, басқару тәсілдерін енгізе отырып, білім беру үдерісін қайта қарастыруы тиіс.

Сондықтан білім беру ұйымдарында білім алушыларға қолайлы экожүйелік орта құру үшін «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы өзекті.

«Біртұтас тәрбие» бағдарламасы шеңберінде жоспарланған кешенді жоспар (Қосымша 1) және әлеуметтік жобаларды іске асыру арқылы білім

алушылардың психологиялық, физиологиялық, әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету тиімді.

Когнитивті, әлеуметтік және эмоционалды қабілеттерді дамыту оқыту мен тәрбиеге мүлдем жаңа көзқарасты яғни педагогтердің жаңа калибрін қалыптастыруды қажет етеді. Педагогтер автономды жұмыс істеуге және білім алушылармен, әріптестерімен тиімді ынтымақтастыққа қабілетті білім экономикасының озық қызметкерлеріне айналады. Білім беру жүйесі өзгеруі керек, ол жаңа принциптерге негізделуі тиіс.

Дәстүрлі білім беруде білім алушылар білім мен даналық «багажын» алады десек, ал жаңа білім беруде бұл даналықты құруды үйренуді талап етеді. Пән мазмұны мен тәрбие іс-шаралары арқылы білім алушыларға тәжірибе жинауға, түрлі салалардағы білімді қолдануға және шешім қабылдауға мүмкіндік беретін әлеуметтік жобалармен ауыстырылуы тиіс. Иерархия ынтымақтастыққа жол беруі керек, педагогтер мен білім алушылар білім беру процесінің құрушылары ретінде танылуы қажет.

Жайлы білім ортасы үздіксіз өзара әрекеттесуге негізделеді және отбасымен және қоғамдастықпен, жоғары біліммен және баламалы білім көздерін пайдалану арқылы кәсіби, әлеуметтік және мәдени капиталды кеңейтудің жаңа жолдарын табады. Мұндай білім беру жүйесі өнеркәсіптік конвейер зауытына емес, әркімнің өз экологиялық орны мен таңдау құқығы бар білімнің тірі экожүйесін құрайды.

Бұл идеялардың барлығы әлі жүзеге асырылмағандықтан оны жасау үшін ұсынылған әдіс-тәсілдер қолдануға мүмкіндік береді. Ол өмір бойы білім беру мәдениетін қалыптастыруға және дамытуға арналған болашақтың білім беру экожүйелерін құруға біртұтас көзқарасты ұсынып қана қоймайды, мұнда әркім таңдау құқығына ие сонымен қатар көшбасшылар экожүйелік білім беруде іс жүзінде сәтті жүзеге асыра алады.

Экожүйелік білім беруді іс жүзінде сәтті жүзеге асыру үшін келесі мәселелерге көңіл бөлуге болады:

1. Балаларға, ересектерге және қарттарға өз өмірлерін толыққанды және табысты етуге қандай дағдылар мен білім беру траекториялары көмектеседі?

2. Экожүйелік тәсіл адамдар мен қауымдастықтарға кез келген жаста оқуды жалғастыруға мүмкіндік беретін үздіксіз білім беру жүйелерін қалыптастыруды қалай қамтамасыз етеді?

3. Білім беру экожүйелері жаһандық қиындықтарды жеңуде және адамдардың, қауымдастықтардың, адамзаттың, биосфераның және жалпы планетаның өркендеуіне жағдай жасауда қандай рөл атқара алады?

4. Мұны жүзеге асыру үшін қандай жаңа басқару тәжірибелері мен құралдары қажет?

Ол үшін:

Физикалық әл-ауқатты қамтамасыз ету

Денсаулық сақтау ортасын ұйымдастыру

Оқу жайларында қолайлы жағдайларды қамтамасыз ету: мектептің сыныптарында, асханасында, кітапханада және оқу залдарында жарықтандыруды, желдетуді және ауа сапасын үнемі тексеру.

Салауатты өмір салтын насихаттау: тұрақты спорттық іс-шараларды, таңғы жаттығуларды өткізу, салауатты тамақтану және дене белсенділігі бойынша қоғамдық акцияларға қатысу.

Рационалды тамақтану: мектеп асханасында ұсынылатын тағамның сапасын бақылау, соның ішінде мәзірдің әртүрлілігі және тамақтану нормаларын сақтау.

Оқу процесіне дене белсенділігін енгізу

Сабаққа белсенді кідірістерді біріктіру: шаршаудың алдын алу және зейінді арттыру үшін оқу сабақтары арасында қысқа физикалық жаттығуларды енгізу.

Сабақтан тыс іс-шараларға мүмкіндіктер жасау: спорт секцияларын, үйірмелерді және шығармашылық клубтарын ұйымдастыру, сондай-ақ оқушылардың жарыстар мен спорттық іс-шараларға қатысуын қолдау.

Психологиялық әл-ауқатты қамтамасыз ету

Қолайлы психологиялық климат құру

Позитивті мектеп мәдениетін қолдау: оқушылар мен мұғалімдер арасында құрмет, сенім және өзара көмек мәдениетін қалыптастыру.

Буллингпен жұмыс: буллинктің алдын алу бағдарламаларын енгізу, сондай-ақ құрбандарды қолдау және агрессорлармен түзету жұмыстарын жүргізу.

Психологиялық қолдау: алғашқы психологиялық көмек көрсету бойынша педагогтер үшін тренингтер мен семинарларды тұрақты өткізу, оқушылар үшін психологтермен консультациялардың қолжетімді жүйесін құру.

Эмоционалды интеллектті дамыту

Эмоционалды сауаттылықты дамыту курстарын енгізу: эмоцияларыңызды білуге және басқаруға, эмпатия мен тиімді қарым-қатынас дағдыларын дамытуға бағытталған сабақтар.

Қолдау топтарын ұйымдастыру: қатысушылар өз тәжірибелерімен бөлісе алатын және құрдастары мен ересектерден қолдау алатын оқушылар мен педагогикалық топтарды құру.

Әлеуметтік әл-ауқатты қамтамасыз ету

Әлеуметтік интеграция және инклюзивтілік

Барлық оқушылардың мектеп өміріне интеграциялануын қолдау: ерекше білім беру қажеттіліктері бар оқушыларға қосымша көмек көрсету және қолдау көрсету, сондай-ақ әркім өзін ұжымның бір бөлігі ретінде сезінетін инклюзивті орта құру.

Әлеуметтік дағдыларды дамыту: командада жұмыс істеу, көшбасшылық және азаматтық белсенділік дағдыларын дамытуға бағытталған іс-шараларды ұйымдастыру.

Ата-аналар мен қоғамдастықтың қатысуы

Ата-аналармен ынтымақтастық: ата-аналармен үнемі кездесулер өткізу, балалардың әл-ауқатын талқылау және оларды мектептегі іс-шараларға тарту.

Жергілікті қоғамдастықпен байланыс: мектептің жергілікті қоғамдастыққа қатысуы, оқушылар арасында әлеуметтік жауапкершілік пен белсенді азаматтықты дамытуға ықпал ететін бірлескен жобалар мен акциялар ұйымдастыру.

Қолайлы мектеп экожүйесін құру оқушылардың физикалық және психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтитын кешенді тәсілді қажет етеді. Осы Әдістемелік ұсынымдарды қолданысқа енгізу мектеп ортасын жақсартуға және білім алушылардың жеке басының жан-жақты дамуына ықпал етуге мүмкіндік береді.

Іс-қимыл жоспарын құру: әкімшіліктің, мұғалімдердің, білім алушылардың және ата-аналардың қатысуымен әл-ауқатты жақсарту бойынша егжей-тегжейлі жоспар құру.

Мониторинг және бағалау: енгізілген шаралардың тиімділігін тұрақты бағалау және алынған нәтижелер негізінде жоспарды түзету.

Осы ұсыныстарды енгізу білім беру процесіне қатысушылардың барлығының қолдауын және мектеп экожүйесін жетілдіру бойынша жүйелі жұмысты талап етеді.

Білім алушыға құндылыққа негізделген тәрбие мен білімді тиімді беру үшін бірқатар маңызды әдістер мен тәсілдерді қолдануға болады:

1. Жеке тұлғаға бағытталған тәсіл:

Әрбір білім алушының жеке ерекшеліктері мен қабілеттерін ескере отырып, оқыту тәсілін қолдану маңызды. Бұл әрбір білім алушыға білімді өз деңгейінде қабылдауға, өзіне ыңғайлы қарқынмен игеруге мүмкіндік береді. Мысалы, кейбір білім алушылар материалды тез қабылдайды, ал кейбіреулеріне көбірек уақыт пен қолдау қажет болуы мүмкін.

2. Құндылықтарды үлгі арқылы беру:

Мұғалімнің мінез-құлқы мен іс-әрекеті білім алушылар үшін үлгі болады. Сондықтан мұғалімдер тек теориялық білім беріп қана қоймай, өздерінің кәсіби және адамгершілік қасиеттерімен де құндылықтарды насихаттай алады. Мектептегі жобаларға, әлеуметтік және мәдени іс-шараларға қатысу арқылы білім алушылардың бойына патриотизм, жауапкершілік, адалдық сияқты құндылықтарды дарытуға болады.

3. Тәжірибеге негізделген оқыту:

Тек теориялық біліммен шектеліп қоймай, білім алушыларға тәжірибелік тапсырмалар беру арқылы білімді практикада қолдануға мүмкіндік беру керек. Жобалық жұмыстар, зертханалық тәжірибелер, рөлдік ойындар арқылы білім алушылар алған білімдерін нақты өмірде қалай қолданатынын көре алады. Бұл олардың сыни ойлау, шығармашылық және мәселе шешу дағдыларын дамытуға көмектеседі.

4. Кері байланыс:

Білім беру процесінің ажырамас бөлігі – кері байланыс. Мұғалім үнемі білім алушылармен байланысып, олардың жетістіктері мен қиындықтарын талқылап отыруы қажет. Бұл білім алушыларға өздерінің білім деңгейін түсініп, кемшіліктерін түзетуге мүмкіндік береді.

5. Оқытудың түрлі әдістерін қолдану:

Оқыту барысында бір ғана әдіске сүйену білім алушылардың қызығушылығын төмендетуі мүмкін. Сондықтан сабақ барысында визуалдық, аудиалдық, практикалық тәсілдерді, мультимедиалық құралдарды, топтық және жеке жұмыстарды үйлестіре қолдану білім алушылардың материалды жақсырақ меңгеруіне ықпал етеді.

6. Құндылықтарға негізделген білім беру:

Білім беру процесінде тек пәндік біліммен шектелмей, адамгершілік, еңбекқорлық, адалдық, ынтымақтастық сияқты жалпыадамзаттық құндылықтарды да жүйелі түрде үйрету маңызды. Бұл құндылықтар білім алушылардың тұлғалық және рухани дамуына үлкен әсер етеді.

7. Өз бетімен білім алуға ынталандыру:

Білім алушылардың өз бетімен оқу дағдыларын дамыту маңызды. Оларға дербес ізденуге, ақпаратты талдауға, өз бетімен шешім қабылдауға мүмкіндік беретін тапсырмалар беру арқылы олардың өздік жұмысқа деген қызығушылығын арттыруға болады.

Білім беру процесі тек білім алудың ғана емес, сонымен бірге тұлғалық даму мен құндылықтарды қалыптастырудың негізі екенін ескерсек, мұндай кешенді тәсіл білім алушыларға өмірде де, болашақ кәсіби әрекетінде де сәтті болуға көмектеседі.

Білім беру ұйымдарында білім алушылардың физикалық, психикалық және әлеуметтік әл-ауқатын қалыптастыруда қолайлы білім беру ортасын құру керек.

Тәрбиенің жан-жақты дамуы жалпы және негізгі шарттарды немесе қағидаларды сақтағанда ғана дұрыс болады:

Физикалық және психикалық дамудың өзара байланысы, тәрбиенің бала жасына, физикалық және психикалық жағдайына сәйкес болуы, оның ағзасының қалыптасуына ықпал етуі. Бехтерев былай деп жазады: «Ерте балалық шақтағы тәрбиенің негізгі қағидасы – баланы мүмкіндігінше оның табиғи бейімділіктеріне сүйене отырып тәрбиелеу, ешбір қиындықтар мен мәжбүрлеусіз»[16]. Антропологиялық тәсілге сүйене отырып, педагогиканың адамды зерттейтін ғылымдарға, әсіресе физиология мен психологияға сүйенуі керектігін ұсынады. Бехтеревтің пікірінше, баланы тәрбиелеу жас ерекшеліктеріне сәйкес физиология мен психология негізінде жүргізілуі тиіс. «Физикалық тәрбие бала ағзасының физиологиясымен тығыз байланысты болғаны сияқты, адамгершілік және ақыл-ой тәрбиесі де бала психологиясымен тығыз байланысты және бұл психологияның қолданбалы біліміндей көрінеді»,

– дейді ғалым. Бехтерев екі-үш жасқа дейінгі балаға тек дәрігер қажет деген көзқарасты үзілді-кесілді жоққа шығарады. Ол балаға туған күнінен бастап физикалық қана емес, сонымен бірге адамгершілік тұрғыдан да қамқорлық қажет екенін айтады. Адамның биосоциалды табиғатына сүйене отырып, Бехтерев түсіндіреді: «Баланы туған күнінен бастап оның физикалық дамуына ғана емес, психикалық саласына да бағытталған ықпал қажет, сондықтан физикалық күтім бойынша нұсқауларды балалар дәрігеріне, ал моральдық күтім бойынша нұсқауларды психолог пен педагогке тапсыру керек» [17].

Психикалық даму саласында ғалым адамгершілік тәрбиенің мақсаттарына басымдық береді, бұл тәрбие сәбиді тазалыққа және күн тәртібіне үйретуден басталады, кейіннен еңбек тапсырмаларын орындауға, этикалық сезімдерді дамытуға және жеке тұлғаны дербес әлеуметтік бірлік ретінде қалыптастыруға бағытталады.

Тәрбиенің даралануы. Бехтерев тәрбиенің стандартты болмауы керектігін, оның баланың жеке ерекшеліктеріне сәйкес жүргізілуі тиіс екенін атап көрсетеді [18]. Тәрбиенің бала ерекшеліктеріне сәйкес келуі оның теріс жағымсыз қасиеттерін жұмсартып немесе жойып, жағымды қасиеттерін және талантын дамытады.

Тәрбиенің даралануы зерттеу және тәрбиенің бірлігі қағидасына негізделеді. Бехтерев былай деп жазады: «Психиканы зерттеу мен қалыпты тәрбие әрдайым қатар жүруі керек, біреуі екіншісін толықтырып отыруы тиіс, әйтпесе тәрбие ақылға қонымсыз болады, ал психиканы зерттеу тәрбиесіз толық болмайды» [17]. Осы қағидаға сәйкес тәрбиешінің кәсіби-педагогикалық қызметі зерттеушілік және шығармашылық сипатта болуы керек.

Тәрбиенің үздіксіздігі баланың алғашқы балалық шағынан бастап орта және жоғарғы мектепте де жалғасады, бұл оның жеке тұлға ретінде қалыптасуының бүкіл кезеңін қамтуы тиіс. Бехтерев бұл туралы былай деп жазады: «Тәрбие бүкіл жеке тұлғаның даму кезеңінде, оның соңғы қалыптасуына дейін жалғасуы керек, адам бойындағы барлық жағымды қасиеттерді нығайтып, дамытып, барлық теріс көріністерді мүмкіндігінше жойып немесе жұмсартуы тиіс» [19].

Баланың психикасын зерттеу әдістері туралы Бехтерев: «Балалар психологиясы, жеке индивидтердің психикалық дамуының заңдылықтарын зерттейтін ғылым ретінде, тек өзін-өзі бақылауды ғана емес, ғылыми әдістерді де қолдануы тиіс: бақылау, эксперимент, балалар әрекеттерін талдау. Баланың психикасын зерттеу оның жүйке-психикалық қызметінің барлық сыртқы көріністерін объективті бағалауға негізделуі керек және оларды туындататын сыртқы ықпалдармен байланыстыруы тиіс» деп жазады [19].

Қазіргі гуманистік білім беру, қоғамның дүниетанымдық негіздері мен адамгершілік-рухани қағидаттарының өзгеруі жағдайында, жастардың өзіндік құндылығын, қайталанбас ерекшелігін түсінуге, сондай-ақ физикалық,

психикалық және әлеуметтік әл-ауқатқа және жеке тұлғаның шығармашылық өзін-өзі іске асыруына ұмтылысын қалыптастыруға бағытталған.

Адам – бұл күрделі өзін-өзі басқаратын және өзін-өзі ұйымдастыратын биосоциалды жүйе, ол адамның ішкі әлемін де, сондай-ақ оның қоршаған ортамен байланысын қамтиды. Бұл байланыс физикалық, психикалық (рухани) және әлеуметтік аспектілерді қамтиды.

Денсаулықтың көптеген анықтамалары мен түсініктеріне қарамастан, қазіргі таңда оның бірегей анықтамасы жоқ. Біздің көзқарасымызға сәйкес, денсаулық, Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының (ДДҰ) жарғысына сәйкес, физикалық, психикалық және әлеуметтік әл-ауқат жағдайы ретінде анықталады. Денсаулық – бұл ағзаның жалпы жұмыс істеуінің интегралды көрсеткіші және негізінен адамның өмір салтына байланысты.

Әл-ауқат біз үшін адамның бейімделу қабілеті ретінде қарастырылады (бейімделу – бұл организмнің қоршаған ортаның өзгерістеріне бейімделуі, оның ішкі ортасының тұрақтылығын сақтауға бағытталған). Денсаулық категориясымен тығыз байланысты ұғым – «өмір сапасы», ол адамның физикалық, психикалық және әлеуметтік жағдайын сипаттайтын субъективті қабылдауға негізделген көрсеткіш.

Білім алушылардың өмір сапасы көптеген факторларға байланысты: әлеуметтік ортадағы қарым-қатынастар, психологиялық және әлеуметтік мәртебе, бос уақытты ұйымдастыру, білім деңгейі және білім беру ортасының жағдайлары, олар білім алушылардың денсаулығын сақтау мен нығайтуға, олардың бейімделу қабілетіне және өмірдің өзгеретін жағдайларына төзімділігіне ықпал етеді.

В.М. Бехтерев жеке тұлғаның физикалық, психикалық және әлеуметтік әл-ауқатында тәрбиенің маңызды рөл атқаратынын атап өткен. Тәрбие жеке тұлғаның өз бетінше, бастамашыл және сыни ойлайтын болып қалыптасуына ықпал етуі керек.

Жеке тұлғалық фактор, сыртқы стрессорлық факторлармен (құрдастарымен, ата-аналарымен немесе педагогтермен қақтығыстар және т.б.) бірге, білім алушының бейімделу механизмдерінің бұзылуына айтарлықтай әсер етеді: психофизиологиялық дезадаптация (күн тәртібінің бұзылуы, асқазан-ішек жолдарының жедел аурулары, иммунитеттің төмендеуі, аллергиялық көріністер, эндокриндік бұзылулар және т.б.) және әлеуметтік-психологиялық дезадаптация (шаршағыштық, тітіркенгіштік, қақтығыстарға бейімділік, депрессиялық күйлер, психосоматикалық бұзылулар және т.б.).

Білім беру ортасының субъектілері білім алушының денсаулығын бұзатын факторларды жоюға бағытталған негізгі бағыт – профилактика болып табылады:

Бастапқы профилактика – бұл дені сау білім алушының денсаулығын сақтауға бағытталған психологиялық-педагогикалық шаралар;

Екінші профилактика – бұл білім алушының денсаулығын нығайтуға және девианттық мінез-құлықтың әртүрлі түрлерін алдын алуға бағытталған медициналық, әлеуметтік және психологиялық шаралар;

Үшінші профилактика – бұл созылмалы аурулардың және тәуелді мінез-құлық түрлерінің алдын алуға бағытталған медициналық және реабилитациялық шаралар.

Білім беру ортасы тек профилактикалық жұмысты жүргізу ғана емес, сонымен бірге білім алушылардың кәсіби білімі барысында олардың денсаулығын сақтау мен нығайтуға жағдай жасайтын денсаулықты сақтау ортасы болып табылады. Бұл ортаның субъектілері (әкімшілік, педагогтер құрамы және білім алушылар) білім алушылардың физикалық, психикалық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз етуге бағытталған іс-әрекеттерді жүзеге асырады.

Негізгі бағыттар:

Білім беру ортасының денсаулықты сақтау моделі: білім беру ұйымының субъектілерінің денсаулықты сақтауға бағытталған іс-әрекеттерін үйлестіру.

Әлеуметтік, психологиялық және медициналық шаралар: білім беру ортасында білім алушылардың денсаулығын сақтауға және нығайтуға бағытталған түрлі шаралар мен технологияларды енгізу.

Білім алушылардың денсаулықты сақтау іс-әрекетіне қатысуы: білім алушыларды денсаулықты сақтау және нығайту әрекеттеріне тарту.

Мониторинг: білім алушылардың физикалық, психикалық және әлеуметтік әл-ауқатының үнемі бақылауы.

Бұл шаралар кешені білім беру ортасының барлық субъектілерінің денсаулықты сақтау қызметін тиімді жүзеге асыруға, білім алушылардың әлеуметтік маңызды қасиеттерінің және жеке тұлғалық дамуының жағымды динамикасын қамтамасыз етуге бағытталған.

Қазіргі уақытта біздің қоғамдағы экономикалық және әлеуметтік жағдай өскелең ұрпақ үшін көптеген қауіп-қатер факторларын тудырады, бұл бірқатар мәселелерге әкеледі. Оқушылар, мұғалімдер, ата-аналар және мектеп әкімшілігі арасындағы өзара әрекеттесу процесі әртүрлі қалыптасуы мүмкін – өзара төзімділік пен ынтымақтастық қатынастарында; үстемдік пен пайдалану қатынастарында; қысым көрсету, бағыну немесе қамқорлық пен қолдау көрсету қатынастарында. Осы жағдайлардың әрқайсысында жеке тұлға белгілі бір әлеуметтік ортада болады, ол өзінің психологиялық қауіпсіздік деңгейіне ие, сәйкесінше, оның дамуы мен психологиялық әл-ауқатының қалыптасу процесі әртүрлі өтетін болады.

Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің Орта білім беру ұйымдарындағы психологиялық қызметтің жұмыс істеу қағидаларын бекіту туралы 2022 жылғы 25 тамыздағы № 377 бұйрығының 2-тарауында орта білім

беру ұйымдарында психологиялық қызметтің жұмыс істеу тәртібі көрсетілген. Психологиялық қызмет білім алушылар мен тәрбиеленушілердің оқу іс-әрекетінің білім беру уәждемесін, үлгерімін, шығармашылық өзін-өзі іске асыруын қалыптастыру, психологиялық жай-күйін тұрақтандыру, бейінді өзін-өзі айқындау және басқа да қолайлы жағдайлары бойынша орта білім беру ұйымының алқалы органы болып табылады делінген[20].

Білім беру ұйымдарында білім алушылардың психологиялық әл-ауқатын қалыптастыру

Психологиялық әл-ауқатты зерттеудің өзектілігі үш негізгі аспектімен байланысты: адамның денсаулығын зерттейтін ғылымдардың өкілдері медицина моделінің жеткіліксіздігін түсінумен, мұнда денсаулық тек айқын аурулардың болмауы ретінде қарастырылады, сондай-ақ «аурудың жоқтығынан» тысқары позитивті денсаулықты анықтаудың қажеттілігімен; денсаулықты психикалық, соматикалық, психологиялық, мәдени және басқа да өзара байланысты құрамдас бөліктерді қамтитын құбылыс ретінде кешенді түрде қарастырумен; ғылым мен тәжірибенің өмірлік құндылықтарды, игіліктерді түсінудің философиялық негіздерін, сондай-ақ психоәлеуметтік әл-ауқат аспектілерін, оның ішінде дені сау, «қалыпты» адамдағы қолайсыздықтардың көрінісін зерттеуге деген сұраныстың болуымен қарастырылады.

Шетелде психологтер психологиялық денсаулық ұғымын әл-ауқаттың кең мағынада түсіндіреді. Әл-ауқат – бұл мәдени, әлеуметтік, психологиялық, физикалық, экономикалық және рухани факторлардың күрделі өзара байланысын білдіретін көпфакторлы ұғым. Бұл күрделі өнім генетикалық бейімділік, қоршаған орта және жеке даму ерекшеліктерінің ықпалының нәтижесі[21].

Отандық психологияда психологиялық әл-ауқат мәселесінің теориялық өңделуі оның табиғатын зерттеумен байланысты. Психологиялық әл-ауқат категориясының орнына отандық авторлар мағынасы жағынан жақын ұғымдарды пайдаланады: «тұлғалық денсаулық» және «психологиялық денсаулық»[22].

Тұлғалық денсаулық деңгейі адамның өзінің құндылықтық бағдарларын таңдаумен, өмірінің жалпы мағынасын анықтаумен, қоршаған ортаға және өзіне деген қарым-қатынасымен байланысты. Ол төменгі деңгейлерге әсер етеді. Тұлғалық денсаулықтың ерекшелігі мынада: адам психикалық тұрғыдан толықтай сау болуы мүмкін, бірақ кейде тұлғалық тұрғыдан кемшіліктерге ие болуы ықтимал [23].

Әл-ауқатқа байланысты әртүрлі авторлардың (Ш. Бюлер, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, Э. Эриксон, К.Г. Юнг және т.б.) концепцияларын біріктіру негізінде, К. Рифф психологиялық әл-ауқаттың жинақталған моделін ұсынады, оған алты құрамдас бөлік кіреді:

- Өзіне және өзінің өткен өміріне деген оң көзқарас (өзін қабылдау);

- Өмірге мағына беретін мақсаттардың және іс-әрекеттердің болуы (өмірлік мақсаттар);
- Күнделікті өмірдің талаптарын орындау қабілеті (құзыреттілік);
- Тұрақты даму және өзін-өзі іске асыру сезімі (тұлғалық өсу);
- Басқалармен қамқорлық пен сенімге негізделген қарым-қатынас (басқалармен жағымды қарым-қатынас);
- Өз сенімдеріне сәйкес әрекет ету қабілеті[24]

Рационалды-эмоционалды мінез-құлық терапиясының өкілдері А. Эллис пен У. Драйден [25] психологиялық денсаулықтың келесі критерийлерін ұсынды:

Өзіне деген қызығушылық: сезімтал және эмоционалды сау адам өзінің мүдделерін басқалардың мүдделерінен сәл жоғары қояды, белгілі бір деңгейде өзін қамқорлық жасайтын адамдар үшін құрбан етеді, бірақ толықтай емес.

Қоғамдық қызығушылық: егер адам адамгершіліксіз әрекет етсе, басқалардың мүдделерін қорғап, әлеуметтік іріктеуді қолдамаса, ол өзі жайлы және бақытты өмір сүретін әлем құра алмайды.

Өзін-өзі басқару (өзін-өзі бақылау): өз өмірі үшін жауапкершілікті өз мойнына алу қабілеті және елеулі қолдау талап етпей, басқалармен бірігуге ұмтылу.

Жоғары фрустрацияға төзімділік: өзіне және басқаларға қателесуге құқық беру, өзін немесе басқалардың жеке басын айыптамау.

Икемділік: ой икемдігі, өзгерістерге ашықтық; адам өзіне және басқаларға қатаң, өзгермейтін ережелер қоймайды.

Белгісіздікті қабылдау: адам толық айқындық ешқашан болмайтын, ықтималдықтар мен кездейсоқтықтар әлемінде өмір сүреді.

Шығармашылыққа бағытталу: шығармашылық қызығушылықтар адам өмірінде маңызды орын алады және оны қатысуға шақырады.

«Ғылыми» ойлау: объективтілікке, рационалдылыққа ұмтылу; өз сезімдері мен әрекеттерін реакциялау және олардың жақын және алыс мақсаттарға әсерін бағалау арқылы реттеу.

Өзін-өзі қабылдау: ішкі құндылығын сыртқы жетістіктер немесе басқалардың бағасы негізінде бағалаудан бас тарту; өзін-өзі растаудан гөрі өмірден ләззат алуға тырысу («Мен өз өмірім үшін және өмірден ләззат алу мүмкіндігі үшін өзімді жақсы көремін»).

Тәуекел: эмоционалды түрде сау адам ақылға қонымды тәуекелге бейім және сәтсіздікке ұшырау мүмкіндігі бар болса да, ол қалаған нәрсені жасауға тырысады; ол бастамашыл болуға ұмтылады, бірақ ақылсыз батылдық танытпайды.

Ұзақ мерзімді гедонизм: адам қазіргі сәттен де, болашақтан да ләззат алуға ұмтылады; ол бүгінгі күн мен ертеңгі күн туралы бірдей ойлайды және лезде қанағаттануды көздемейді.

Нонутопизм: шексіз бақытқа, қуанышқа, кемелдікке немесе алаңдаушылық, депрессия, қадір-қасиетті төмендету және қарсылық таныту мен шектен тыс қағамға қайшы әрекет пен ұмтылыстардан бас тарту.

Эмоциялық бұзылулары үшін жауапкершілік: өз әрекеттері үшін жауапкершілікті өзіне алу, басқаларды немесе әлеуметтік жағдайларды айыптау арқылы өзін қорғауға ұмтылмау.

Осылайша, батыс психологиясында психологиялық әл-ауқат адамның негізгі позитивті қызмет ету компоненттерін (тұлғалық өсу, өзін-өзі қабылдау, ортаны басқару, автономия, өмірлік мақсаттар, басқалармен оң қарым-қатынас) іске асыруға бағытталу дәрежесін, сондай-ақ бұл бағыттың іске асу дәрежесін білдіретін интегралды көрсеткіш ретінде түсіндірілуі мүмкін, ол субъективті түрде бақыт, өзімен және өз өмірімен қанағаттану сезімдерінде көрінеді.

Балалар уақытының көп бөлігін мектепте өткізеді, мұғалімдер мен құрдастарымен қарым-қатынаста болады. Ересектермен өзара әрекеттесу түрі баланың дамуы мен оның психологиялық әл-ауқатына айтарлықтай әсер ететін маңызды фактор. Сондықтан білім беру процесіне қатысушылардың барлығының психологиялық әл-ауқатты қабылдау ерекшеліктерін зерттеу маңызды. Психологиялық әл-ауқат деп біз мәдени, әлеуметтік, психологиялық, физикалық, экономикалық және рухани факторлардың күрделі өзара байланысын білдіретін көпфакторлы құрастырылым.

Оқу-тәрбие процесі «білім беру ортасы» деп аталатын белгілі бір әлеуметтік және кеңістіктік-пәндік ортада жүзеге асырылады. Білім беру қазіргі заманғы баланың дамуы мен әлеуметтенуінің ең маңызды механизмдерінің бірі. «Білім беру ортасы» ұғымы бірнеше онжылдықтар бұрын пайда болды, ал соңғы уақытта жиі қолданылып келеді. Шетелдік зерттеулердің көпшілігінде білім беру ортасы мектептің әлеуметтік жүйе ретіндегі «тиімділігі» тұрғысынан бағаланады – эмоционалдық климат, психологиялық әл-ауқат, тәрбие мен білім беру процесінің сапасы.

Мектептің білім беру ортасын саралаудың психодидактикалық моделі – білім беру ұйымдарының әртүрлі типтері мен түрлерінің көптүрлілігі және білім беру бағдарламаларының өзгермелілігі есебінен жеке тұлғаның толыққанды дамуына қолайлы жағдайлар мен мүмкіндіктер жасауды көздейді;

білім мазмұнын жүйелі түрде жаңарту; адамның рухани әлемін қалыптастыруды қамтамасыз ететін мәдениетке сай білімге бағытталу;

білім алушыларды әлеуметтік өзгерістерге бейімдеу;

ғылыми білім жүйесін қалыптастыру және оларды қолдана білу дағдыларын дамыту.

Бұл білім беру ортасының моделі тұлғалық-бағдарлы оқытуға қолданылады, мұнда білім беру процесі оқушының жеке басынан, оның субъектілік тәжірибесінің маңыздылығынан, танымдық қабілеттерінің қалыптасу деңгейінен бастау алады.

Экопсихологиялық тәсіл мен білім беру ортасының моделі дамытушы білімнің психодидактикалық парадигмасы аясында әзірленген. Оның өкілдері: В. И. Панов, Л. М. Богатырева, В. А. Орлов, Т. В. Хромова және басқалар. Бұл тәсілге сәйкес, білім беру ортасы – бұл білім алушылардың әлі ашылмаған қызығушылықтары мен қабілеттерін дамытуға және олардың жас ерекшеліктеріне сәйкес әлеуметтендіру талаптарын ескере отырып, бұрыннан ашылған қабілеттерін дамытуға мүмкіндік беретін педагогикалық және психологиялық жағдайлар мен әсерлер жүйесі. Осы тәсіл бойынша, білім беру ортасының негізгі құрылымдық компоненттері: іс-әрекеттік, коммуникативтік және кеңістіктік-пәндік компоненттер болып табылады.

Білім беру ұйымдарында жас ерекшеліктеріне сай физикалық, психологиялық, әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету.

Білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету: кешенді тәсіл

Білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету – заманауи білім берудің маңызды міндеттерінің бірі. Бұл кешенді тәсіл баланың тұлғалық үйлесімді дамуына, қоғамда табысты әлеуметтенуіне және бейімделуіне жағдай жасауға бағытталған.

Физикалық әл-ауқат

Дұрыс тамақтану: Барлық қажетті қоректік заттармен қамтылған ұтымды тамақтануды ұйымдастыру.

Физикалық белсенділік: Оқу процесіне дене жаттығуларын, спорт секцияларын қосу, белсенді үзілістерді ұйымдастыру.

Медициналық қызмет көрсету: Тұрақты медициналық тексерулер, вакцинация, алғашқы медициналық көмек көрсету.

Қауіпсіз орта: Оқу барысында қауіпсіз жағдай жасау, жарақаттар мен оқыс оқиғалардың алдын алу.

Психологиялық әл-ауқат

Психологиялық қолдау: Мектеп психологтерінің болуы, жеке және топтық кеңес берулерді өткізу.

Позитивті атмосфера құру: Педагогтер мен білім алушылар арасында ізгі қарым-қатынас орнату, сенім мен құрмет атмосферасын жасау.

Стрестің алдын алу: Білім алушыларды релаксация әдістеріне, стрессті басқаруға үйрету.

Эмоционалдық интеллектті дамыту: Эмоцияларды тану мен білдіру, эмпатия және тұлғааралық қарым-қатынас дағдыларын үйрету.

Әлеуметтік әл-ауқат

Әлеуметтену: Коммуникативтік дағдыларды, ынтымақтастық пен топтық жұмыс дағдыларын дамытуға ықпал ететін түрлі іс-шаралар ұйымдастыру.

Инклюзивті білім беру: Ерекше білім беруді қажет ететін балаларға білім алуға қолайлы жағдай жасау.

Буллингтің және зорлық-зомбылықтың басқа түрлерінің алдын алу: Зорлық-зомбылықтың алдын алу бағдарламаларын әзірлеп, мектептегі қауіпсіз ортаны қамтамасыз ету.

Ата-аналарды қатыстыру: Ата-аналар жиналыстарын, кеңестерін ұйымдастыру, ата-аналар қауымдастығын құру.

Әл-ауқатты қамтамасыз ету әдістері мен тәсілдері

Психологиялық-педагогикалық қолдау: Балалармен жеке және топтық жұмыс жүргізу, психологиялық көмек көрсету.

Жобалық қызмет: Білім алушылардың өзекті мәселелерін шешуге бағытталған жобаларды әзірлеп, жүзеге асыру.

Шығармашылық сабақтар: Үйірмелер, секциялар, қызығушылық клубтарын ұйымдастыру.

Әлеуметтік бағдарламалар: Тәлімгерлік, волонтерлік, әлеуметтік жобалау бағдарламалары.

Кешенді тәсілдің маңыздылығы

Білім алушылардың әл-ауқатын қамтамасыз етудегі кешенді тәсіл оқу процесінің барлық қатысушыларының: мұғалімдер, психологтер, әлеуметтік педагогтер, ата-аналар, мектеп әкімшілігінің өзара іс-қимылын болжайды. Тек бірлескен күш-жігермен ғана әр баланың үйлесімді дамуына жағдай жасауға болады.

Жас ерекшеліктерін ескеру

Білім алушылардың әл-ауқатын қамтамасыз ету бойынша жұмысты ұйымдастыру кезінде балалардың жас ерекшеліктерін ескеру маңызды.

Мектепке дейінгі жас: Ұсақ моториканы, сөйлеуді, ойын әрекеттерін дамытуға, қоршаған әлемге жағымды қатынас қалыптастыруға ерекше көңіл бөлінеді.

Бастауыш мектеп жасындағы балалар: Мектепке табысты бейімделуіне, танымдық үдерістердің дамуына, оқу мотивациясының қалыптасуына жағдай жасау маңызды.

Жасөспірімдік кезең: Өзін-өзі анықтау мәселелеріне, тұлғааралық қарым-қатынастарға, зиянды әдеттердің алдын алуға ерекше назар аударылады.

Жасөспірімдік кезең жеке тұлғаның өміріндегі барлық салаларда өзгерістермен, өзіндік ерекшеліктермен сипатталады. Дүниетанымдық рефлексияға, өзінді, қабілеттеріңді және мақсатыңды саналы түрде түсінуге барлық жағдайлар жасалады. Бұл кезеңде отбасының рөлі біртіндеп төмендейді, бірақ білім беру ұйымдарының маңызы сақталады. Қоршаған ортаның, әлеуметтік микроортаның ықпалы күрт артады.

Жасөспірімдік кезең – бұл жаста адам өзінің өмірлік мақсаты, өмірдің мәні және кәсіби өзін-өзі анықтау туралы алғаш рет ойланатын ерекше кезең. Ол өз өмірлік стилін табуға тырысады, шешім қабылдауда және өз іс-әрекеттері үшін жауапкершілікте дербестікке ұмтылады.

Өзін-өзі дәлелдеу мен өзін-өзі жүзеге асырудағы сәтсіз әрекеттер, сәтсіздіктер негізінде қалыптасқан теріс ұстанымдарға әкеледі, бұл өз-өзіне баға берудің төмендеуіне, сәйкесінше психоэмоционалдық қолайсыздыққа әкеледі. Жасөспірімдердегі стресстің индикаторлары көбінесе депрессия мен мазасыздық болып табылады, яғни ішкі жан дүниесіндегі, эмоциялық құлдыраудың тұрақты күйлері. Қазіргі зерттеулердің нәтижелері бойынша, ересек жасөспірімдердегі депрессия көріністеріне жеткіліксіз назар аудару ересек өмірде елеулі проблемалардың пайда болуына әкеледі [26].

Қазіргі жоғары сынып оқушылары өзге буын құрдастарынан ерекшеленеді. Жасөспірімдердің психологиялық ерекшеліктеріне жүргізілген зерттеу нәтижелері көрсеткендей, олар цифрлық технологияларға көбірек тәуелді, олар шыдамсыз және негізінен қысқа мерзімді мақсаттарға шоғырланады, алдыңғы буын өкілдеріне қарағанда амбициялары төмен; тұтынуға бағытталған және көбірек индивидуалистік сипатта.

Қазіргі жоғары сынып оқушылары белгілі бір топтардың мүшесі болуға бейім емес, олар шешім қабылдауда өздерінің құқықтарын қорғауға тырысады, ата-аналардың пікірін ескереді, бірақ үнемі оған сәйкес келмейді. Зерттеу нәтижелері қазіргі жоғары сынып оқушыларының бұрынғы буын құрдастарынан ерекшеленетінін ол олардың ақпаратқа, әлеуметтік желіге тым жақын болуымен түсіндіріледі. Олар өте ерте жастан ұялы телефон мен компьютерді қолдана бастайды. Интернеттен алған ақпараттары арқылы олар тез есеюге бет алады. Олардың ойлау стилі фрагментті және кейбір мәселелерде үстірт болып келеді.

Бүгінгі таңда ата-аналардың өз балаларының алдында беделді рөлі азайып барады. Жаңа буынның балалары толығымен «цифрлық» ұрпақ, олар компьютермен байланыс орнатуда жеңілдік танытады, ал бір-бірімен қарым-қатынас жасау қиындап барады. Оқушылар үшін виртуалды әлем мен шынайы әлем арасындағы қарама-қайшылық маңызды емес (олар үшін бұл тұтас бір әлем, біреуі екіншісінің жалғасы). Демек, жаңа цифрлық ұрпаққа жататын мектеп оқушыларының құндылықтық бағдарлары, соның ішінде кәсіби таңдаудың себептері де өзгеретін болады.

Жоғары сынып оқушыларының психологиялық әл-ауқатына (бірінші кезекте оның психикалық, әлеуметтік және эмоционалдық әл-ауқаты сияқты компоненттеріне) ата-аналармен, сыныптастармен, мұғалімдермен қарым-қатынас, мектеп өмірі сияқты факторлар әсер етеді. Жасөспірімдік кезеңдегі эмоционалдық күйзеліс, стресс болашақта оның ересек өмірінде жанжалға, әлеуметтік дамудың баяулауына, қоғамның оны қабылдамауына әкеліп соғады.

Сондықтан мұғалімнің міндеті – жасөспірімді қолдау ғана емес, ата-аналармен, құрдастарымен және мұғалімдермен туындайтын қақтығыстық жағдайларды шешудің түрлі тәсілдерін үйрету, стресстік жағдайларды жеңудің түрлі әдістерін меңгерту. Сонымен қатар, мұғалім жасөспірім үшін маңызды

ересек тұлғаға айналуы керек, оған жасөспірім кез келген уақытта көмек сұрап, түсінбестік пен елемеуден қорықпай жүгіне алуы керек [27].

Мұғалімнің жасөспірімге көмегі бір жағынан кәсіби, екінші жағынан, тұлғаға жанама әсер ету арқылы көрсетілуі тиіс. Мұнда тұлғаның қалыптасуы, өзін-өзі дамыту және өзін-өзі тану процесін, сондай-ақ ересек жасөспірімнің рефлексия дағдыларын игеруді психологиялық қолдау қажеттілігі туралы сөз болуы тиіс. Сонымен қатар, бұл көмекті көрсету жасөспірімнің өзін-өзі бағалауының, шешімдерінің рационалдылығының, таңдауының еркіндігін және нәтижелерге қарамастан жауапкершілікті мойнына алу қабілетінің қалыптасуында шешуші рөл атқарады[28].

Қорытындылай келе, жеке тұлғаның дамуы – бұл қазіргі білім берудің басты басымдығы және бұл дамудың жүзеге асуының маңызды көрсеткіші – бұл адамға қажетті білімді өздігінен ізденуге, түсінуге, жүйелеуге мүмкіндік беретін әмбебап оқу әрекеттерінің қалыптасуы. Яғни, басты міндет – өзін-өзі тәрбиелеуге және өзін-өзі дамытуға қабілетті тұлғаны қалыптастыру. Бұл тұлғалық қасиет белгілі бір психологиялық тепе-теңдік – әл-ауқат сезімімен, психологиялық тұрақтылықпен және өз күшіне деген сенімділікпен қамтамасыз етіледі.

Білім алушылардың психологиялық әл-ауқаты әрбір білім беру ұйымының жұмысындағы міндетті мақсатты көрсеткіш және қазіргі білім беру сапасының көрсеткіші. Мектеп тек балаларды оқыту орны ғана емес, олардың толыққанды өсуіне арналған кеңістік, сәтті, бақытты және дені сау адамдардың қалыптасуына арналған қолайлы орта, сондай-ақ мектептегі барлық қатысушылар арасында ашық және сенімді тұлғааралық қатынастарды қалыптастырудың жайлы ортасы болуы тиіс.

3 БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ ФИЗИКАЛЫҚ, ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЖӘНЕ ӘЛЕУМЕТТІК ӘЛ-АУҚАТЫН ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУ: МЕКТЕП ЭКОЖҮЙЕСІ БОЙЫНША ӘДІСТЕМЕЛІК ҰСЫНЫМДАР

Қазіргі уақытта білім беру жүйесінде, сондай-ақ қоғамдық қажеттіліктер мен құндылықтарда орын алып жатқан ғаламдық сын-тегеуріндерге байланысты айтарлықтай өзгерістер байқалуда. Бұл өзгерістер білім беру ұйымдарында жаңа бағыттарды құруға, педагогтердің кәсіби біліктілігін арттыруға, әкімшілік басқару жүйесін жетілдіруге және жалпы білім беру ұйымының тиімділігін көтеруге мәжбүр етуде. Осыған орай, білім беру ұйымдары жаңа заман талаптарына сай келетін икемді және инновациялық шешімдер қабылдау қажеттілігіне тап болып отыр.

Білім беру экожүйелері тек техникалық және әлеуметтік-мәдени сипаттағы инновацияларды әзірлеп, оларды енгізумен ғана шектелмей, қоғамның әлеуметтік-экономикалық дамуына ықпал ететін маңызды рөл атқарады [29]. Сонымен қатар, өмір бойы оқыту жүйесін дамыту, заманауи, сұранысқа ие білім беру бағдарламаларын әзірлеу және іске асыру бүгінгі күннің маңызды міндеттерінің бірі болып табылады.

Әдістемелік ұсынымдамада тек жаңа білім беру жүйесін ғана емес, тұтастай білім беру экожүйесін модельдеудің қажеттілігі мәселесі көтерілген. Бұл экожүйені құру барысында білім алушылардың физиологиялық, әлеуметтік және психологиялық әл-ауқатын қамтамасыз ету маңызды. Экожүйе бірыңғай жүйе болуға ұмтылғанымен, оның әртүрлі элементтері жүйенің серпінділігі мен үздіксіз дамуын қамтамасыз етіп, әртүрлілікті қолдайды.

Әдістемелік ұсынымдамада білім беру экожүйесін қалыптастыру тәжірибесі, сондай-ақ мектептің осы экожүйе аясындағы іс-шараларды жүзеге асырудағы әлеуеті мен келешегін көрсету мақсаты қойылған. Мектептің білім беру экожүйесіндегі маңызды рөлін мойындау қажет. Ол тек білім мен дағдылар беріп қана қоймай, оқу ортасын қалыптастыратын негізгі орталық ретінде қызмет етеді. Мектеп білім беру экожүйесіндегі басқа ұйымдармен және құрылымдармен белсенді түрде өзара әрекеттесіп, білім беру процесіне қатысушылар үшін жан-жақты тәрбие, оқу және даму мүмкіндіктерін ұйымдастыруға тиіс. Сонымен қатар, мектеп өз ортасының әлеуетін барынша пайдаланып, қоғамның сұранысына жауап беретіндей білім алушылардың тәрбиесі мен біліміне ықпал етуі қажет [30].

Мектепте «Біртұтас тәрбие» бағдарламасын жүзеге асыру барысында білім алушылардың психологиялық, физиологиялық, әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ететінін атап өткен жөн. Мектеп білім, мәдениет және әлеуметтік салаларды интеграциялау орталығы бола отырып, білім алушылар мен ата-аналарға түрлі іс-шаралар арқылы жаңа мүмкіндіктер ұсынып, олардың жан-жақты дамуына жағдай жасай алады. Бұл ретте мектеп қоғамдағы негізгі

әлеуметтік институт ретінде тек қана оқытушы емес, тәрбие беруші және дамытушы орталық болуға тиіс.

Білім беру ұйымы мемлекеттік мүдделі органдармен, қоғамдық құрылымдармен тығыз ынтымақтастықта жұмыс істеп, білім алушылардың әлеуметтік жағдайын жақсарту және олардың қабілеттерін дамыту бағытында кешенді шешімдер ұсына алады. Мектеп білім беру процесін цифрлық технологиялармен, инновациялық әдістермен және ресурстармен толықтыра отырып, білім беру экожүйесінің серпінділігі мен тиімділігін арттыруы керек.

Сонымен бірге, мектептің білім беру экожүйесін қалыптастырудағы рөлін түсіну және «Біртұтас тәрбие» бағдарламасын табысты жүзеге асыру – қоғамның өзекті қажеттіліктеріне жауап беретін, заманауи әлемде өмір сүруге бейімделген, сыни ойлау қабілеті бар, әлеуметтік жауапкершілігі жоғары азаматтарды қалыптастыратын тиімді әрі инклюзивті білім беру экожүйесін құрудағы маңызды қадам болып табылады. Осы мақсатта мектептерде көшбасшылықты дамыту, белсенді азаматтық ұстанымды қалыптастыру және өмір бойы оқуға ынталандыру секілді бағыттарды дамыту да өте өзекті [31].

Мектептің білім беру экожүйесін қалыптастыруға қатысуы шын мәнінде үлкен маңызға ие. Мектеп тек білім мен дағдыларды берумен шектелмейді, ол мәдениет, азаматтық құндылықтар және кәсіби бағдарлау дағдыларын қалыптастыруда да жетекші рөл атқарады. Сонымен қатар, мектеп түлектері, әдетте, сапалы білім беру кластерінің, яғни университеттер мен колледждердің болуы және туған жеріне деген патриоттық сезімнің арқасында өз қалалары мен өңірлерінде қалып, жергілікті қоғамның дамуына өз үлестерін қосады. Бұл түлектердің кәсіби және азаматтық тұрғыда қалыптасуына мүмкіндік беріп, оларды қоғамның белсенді мүшелері етіп тәрбиелеуге ықпал етеді. Мектептің түлектерге тигізетін әлеуметтік және мәдени әсері дамып, олардың жергілікті қоғамдағы рөлі мен мектептің қоғамға әсері тереңдей түседі.

Мектептегі қосымша білім беру, мысалы, спорттық, музыкалық және көркем өнерпаздар, сондай-ақ секциялар, білім беру экожүйесінде маңызды рөл атқарады. Бұл ұйымдар білім алушыларға мектеп бағдарламасынан тыс өз мүдделері мен таланттарын дамытуға мүмкіндік береді [32]. Мұндай ұйымдар мен орталықтар мектеп құрылымдарында болуы білім алушылардың бойында құндылықтарды дарытудың маңызды факторларының бірі, өйткені олар балаларға әртүрлі салаларда сапалы білім алуға және қызықты әрі ынталандырушы ортада дамуға мүмкіндік береді. Сонымен қатар, осындай қосымша білім беру білім алушылардың өзін-өзі дамытуына, әлеуметтік дағдыларын жетілдіруге және өмірлік құндылықтарды қалыптастыруға ықпал етеді. Олар білім алушыларға ұжыммен жұмыс істеуді, жауапкершілікті, тәртіпті және табандылықты үйретіп, өмірге қажетті дағдыларды игеруге жағдай жасайды [33].

Ұсынылған бастамалар білім алушыларға қоғамдағы өз рөлін түсінуге, көшбасшылық қасиеттері мен шығармашылық әлеуетін дамытуға мүмкіндік

береді. Бұл сондай-ақ жастар арасында азаматтық жауапкершілік пен патриотизмді қалыптастыруға ықпал етеді. Осылайша, мектептер, қосымша білім беру ұйымдармен және мемлекеттік мүдделі органдармен ынтымақтастық арқылы білім беру экожүйесін қалыптастыруда маңызды рөл атқарады, білім алушылардың дамуына септігін тигізеді.

Зерттеушілердің пайымдауынша, қазіргі заманғы мектептер білім беру экожүйесіне қайта бағдарлауға және қайта құруға дайын болуы керек. Мектеп – негізі берік, бірақ шығармашылыққа толы дербес білім алуға және оқу тьюторлығына арналған орта болуы қажет. Ол сонымен қатар кәсіби білім алуда сабақтастықты қамтамасыз ететін, білім алушыларды өз өңірінің практикалық мәселелерін шешуге тартатын және олардың өмірлік маңызды дағдыларын дамытатын орын болуы керек. Мектептегі тәрбие мен оқыту нақты әлеммен және оның әлеуметтік, экономикалық, экологиялық мәселелерімен тығыз байланысты болуы қажет, сонымен қатар білім алушылардың сыни ойлауын, креативтілігін және азаматтық жауапкершілігін дамытуға бағытталған болуы тиіс.

Бұл саладағы міндеттер – педагогтер, әкімшілік, білім алушылар және олардың отбасылары арасында көпқырлы серіктестік қатынастарды қалыптастыру. Табысты білім беру экожүйесінің өлшемдерінің бірі ретінде тиімді оқу ортасын атап өтеді, ол үнемі өзара әрекеттестікті және кәсіби, әлеуметтік және мәдени капиталды кеңейтудің жаңа тәсілдерін қамтиды. Сондай-ақ, бұл ортаның дамуы отбасымен және қауымдастықпен тығыз ынтымақтастықта болуды, жоғары білім беру орындарымен, мемлекеттік мүдделі органдармен және қоғаммен өзара әрекеттесуді, балама білім көздерін тиімді пайдалануды, білім алушылардың жеке қажеттіліктері мен өңірдің ерекшеліктерін ескере отырып, білім беру үдерісін байытуды талап етеді.

Дегенімен мектеп деңгейінде білім беру экожүйесі әлі толық қалыптаспағанымен, оның келесі элементтерінің бар екенін атап өтуге болады:

Желілік ынтымақтастық және серіктестік байланыстар:

- Іс-шаралардың мақсаттары мен міндеттерін ескеру, жобаларды жүзеге асыруға белсенді қатысу

- Білім беру технологияларының әртүрлілігі және оқытуды жекелеуді.

Білім беру экожүйесіне көшу келесі кезекті қадамдарды қамтуы керек:

- Экожүйедегі байланыстардың мақсатты көрсеткіштері мен индикаторларын анықтап, оларды білім беру ұйымының ресурстарымен салыстыру;

- Ынтымақтастықты институционалдық тұрғыдан бекіту;

- Біртұтас ақпараттық ортаны құру;

- Ынтымақтастықты жүйелі деңгейге шығарып, басқа модульдермен үйлестіру (мүдделер қақтығысын жою немесе болдырмау);

Білім беру ұйымының серіктестері мен мүдделі тараптар арасындағы байланысты нығайтып, олардың білім беру үдерісіне әсерін арттыру;

Экожүйе ішінде тәжірибе алмасу және инновацияларды тұрақты түрде енгізу тетіктерін қалыптастыру.

Бұл қадамдар білім беру экожүйесінің тұрақтылығын қамтамасыз етуге, білім сапасын арттырып, білім алушылардың тәрбиесіне және қоғамның қажеттіліктеріне сай болуына ықпал етеді.

Білім беру ұйымдарында білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету педагогтерге арналған тапсырмалар мен іс-шаралар үлгілері

Білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету үшін мұғалімдерге келесі практикалық тапсырмалар мен іс-шараларды ұсынуға болады:

1. Физикалық әл-ауқат

Тапсырмалар:

Таңертеңгі жаттығу: Оқу күні басталар алдында күнделікті таңертеңгі физикалық жаттығуларды өткізу, энергия мен шоғырлануды арттыруға бағытталған.

Белсенді үзілістер: Ұзақ сабақ кезінде қан айналымын жақсарту үшін қысқа физикалық белсенділік (созылу немесе гимнастика) ұйымдастыру.

Салауатты өмір салты: Білім алушылармен салауатты тамақтану мен жеткілікті физикалық белсенділіктің маңыздылығы туралы әңгімелер мен сынып сағаттарын өткізу.

Іс-шаралар:

Денсаулық күндері: Жүйелі түрде спорттық іс-шараларды ұйымдастыру, мысалы, жүгіру, эстафеталар немесе ашық аспан астында ойындар өткізу.

Мектептегі спорт секциялары: Білім алушылардың қызығушылықтарына қарай қосымша секциялар құру (футбол, волейбол, би және т.б.).

2. Психологиялық әл-ауқат

Тапсырмалар:

Саналы ойлау жаттығулары: Стресті азайту және шоғырлануды арттыру үшін саналы ойлау және тыныс алу практикаларын тұрақты түрде жүргізу.

Эмоциялар күнделігі: Білім алушылардың күнделікті өз эмоциялары мен ойларын жазып, эмоционалдық сауаттылықты дамыту үшін күнделік жүргізу.

Өзін-өзі бағалау шеберлік сабақтары: Білім алушылардың өздеріне сенімділіктерін нығайту мақсатында талқылаулар мен рөлдік ойындарға тарту.

Іс-шаралар:

Эмоциялық қолдау клубы: Білім алушылардың проблемаларымен еркін бөлісе алатын және сыныптастары мен мұғалімдерден қолдау алатын тұрақты кездесулер ұйымдастыру.

Психологиялық тренингтер: Коммуникация, эмоцияларды басқару және қақтығыстарды шешу дағдыларын дамытуға арналған тренингтер өткізу.

3. Әлеуметтік әл-ауқат

Тапсырмалар:

Топтық жобалар: Білім алушылардың арасындағы өзара қарым-қатынасты нығайту үшін шағын топтарда оқу және шығармашылық тапсырмаларды тұрақты орындау.

БІнтымақтастық дағдыларын үйрету: БІнтымақтастық, өзара көмек және командалық рухты дамытуға арналған ойындар мен тапсырмаларды өткізу.

Іс-шаралар:

Мектептегі еріктілер бастамалары: Білім алушыларды әлеуметтік жобаларға (қорғау үйіне көмек көрсету, қайырымдылық акцияларын ұйымдастыру) тарту арқылы еріктілер іс-шараларын ұйымдастыру.

Әлеуметтік белсенділік күндері: Білім алушыларды қоғамға пайдалы жобаларға, мысалы, жергілікті қауымдастықтарға көмек көрсету немесе экологиялық акцияларға қатысуға тарту.

Бұл тапсырмалар мен іс-шаралар мұғалімдерге білім алушылардың жан-жақты дамуы мен әл-ауқатына ықпал ететін қолайлы орта құруға көмектеседі.

Физикалық жағдай

Денсаулық әр адамға қажет. Егер адам өзін нашар сезінсе, онда ол ештеңе істеуге, мақсат қоюға және оларға қол жеткізуге күш пен қуат алмайды. Сондықтан денсаулыққа прагматикалық көзқарас жалпы прагматизмнің маңызды бөлігі болып табылады. Білім алушыларға өз денсаулығы туралы ойлануға мүмкіндік беретін әдіс-тәсілдерді ұсынуға болады.

№ 1 тәжірибе. Қажетті энергия деңгейін сақтаңыз

Кез-келген әрекет үшін ішкі энергияның үлкен көлемі қажет. Көптеген адамдарда қандай да бір іс-әрекеттер жасауға энергиясы жетпей жатады.

Сабақтан кейін кейбір оқушылар шаршап, үйге келіп ештеңе жасамай, бірден диванға жатып демалып, әлеуметтік желіде отырады, ол оның шаршағанды басып, демалып отырмын деп өзі жұбатады. Мұндай демалыстан энергия ала алмайды.

Энергияның маңызды көзі - спорт. Уақыт болмаса да, сіз жаттығуға мүмкіндік табуға тырысуыңыз керек.

Оқушылардың бос уақыты емес, бұл уақытты қалай пайдаланатыны маңызды. Үзіліс кезінде олар ұялы телефонда ойын ойнайды немесе физикалық ойындар ойнай алады, бой сергіту немесе жаттығулар жасай алады. Спортпен

шұғылданудың қысқа бір сәттерінің өзі қажетті қуат деңгейін сақтауға көмектеседі.

Екінші энергия көзі – ол ұйқы. Мамандардың ұйқыға қатысты ұсыныстарын сақтау ұйқыдан ағзаға барынша пайда алуға мүмкіндік береді.

Ұйқыдан 2 сағат бұрын, әрекетіңіздің бәрі тежелуге, тыныштандыруға ықпал етуі керек: жүйкені тоздырмаңыз, ұрыспаңыз, ауыр тамақ ішпеңіз. Сонымен қатар, егер оқушылар сабаққа дайындықты аяқтауға уақыттары болмаса, тапсырмаларды таңертең ерте тұрып жасай алады.

Ұйықтауға нақты уақытты белгілеген жақсы. Ең дұрысы, кешкі сағат 10 - да төсекке жатыңыз, өйткені кешкі сағат 10-нан түнгі 2-ге дейін – біз ұйықтауымыз керек уақыт, өйткені ағзадағы қалпына келтіру процестерінің көп бөлігі дәл осы уақытта жүреді. Егер біз осы уақытта үнемі ұйықтамасақ, онда ағза толық қалпына келе алмайды.

Сондай-ақ, біз оянғаннан кейін бірден тұру керек. Біз ұйқы қанғанда жиі оянамыз, бірақ бұл уақытта не жасау керектігін білмейтіндіктен, біз қайтадан ұйықтаймыз. Ұйқының үзілуінен кейін маза қашады, оны күні бойы қалпына келтіру өте қиын.

Ұйқының бұзылуы біздің ерік-жігерімізді төмендетеді, ұйқының нашар болуы біздің көңіл-күйімізге, өмірге деген көзқарасымызға әсер етеді. Егер бұл үнемі болса, онда біраз уақыттан кейін біз айналада болып жатқанның бәріне қанағаттанбайтынымызды түсінеміз, біз оптимистерден гөрі пессимист боламыз, бір нәрсеге қол жеткізуге күшіміз жетпейді. Ұйқы проблемалары тіпті депрессияны тудыруы мүмкін.

Үшінші энергия көзі - тамақтану. Тамақ теңдестірілген және жеңіл болуы керек, содан кейін ұйқышылдық пен шаршау болмайды. Глюкоза (тәтті) қабылдаудың балғындығына жауап беретін орексин гормонының деңгейін төмендетеді, сондықтан жоғары көмірсулар бар түскі астан кейін ол ұйқыға тартады.

Егер спорт, ұйқы және тамақтану біздің физикалық энергиямызды қалыптастырса, табиғатпен және адамдармен қарым-қатынасымыз эмоционалды энергияны, ойлану және әдебиет оқу – рухани энергия мен миды жаттықтыру, кітап оқу – интеллектуалдық энергияны қалыптастырады.

Сондықтан, егер ештеңе жасауға ерік-күш пен қуат болмай, енжарлық байқалса, табиғатта көбірек серуендеу, шығармашылықпен айналысу, жақын адамдармен сөйлесу, спортпен шұғылдану, кітап оқу керек.

Қорытынды:

Қажетті энергия деңгейін ұстап тұру прагматикалық, өйткені:

- 1) бізде бір нәрсе жасауға, мақсат қоюға және оған жетуге күш болмайды;
- 2) дұрыс тамақтанбау, ұйқының бұзылуы және физикалық белсенділіктің болмауы депрессия мен денсаулыққа зиян әкелуі мүмкін;
- 3) Біз өмірге оптимистік емес, пессимистік көзқараспен қарай бастаймыз.

Тапсырма

Оқушылармен дұрыс тамақтану, ұйықтау және жаттығудың маңыздылығын талқылаңыз.

№ 2 тәжірибе. Күн тәртібін сақтаңыз

«Тамаша күн» қандай болуы керек? Біз бәріміз әр түрлі болсақ та, тамаша күн – бұл жеке даму, денсаулық, отбасы, достар, еңбек (оқу немесе жұмыс) және армандар. Өмірдің барлық салаларына кем дегенде біраз уақыт бөле отырып, адам әрекет ету үшін өз энергиясын толықтыра алады, оның бір нәрсеге қол жеткізуге ынтасы өседі және көшеде серуендеу мен табиғатта болу сияқты қарапайым оқиғалардан да ләззат алады. [34]

Жоғарыда аталған барлық істерді шешуге уақыт болу үшін, бүкіл аптаны жоспарлау керек және оны жексенбіде жасаған дұрыс. 168 сағаттық апталық циклдарды жоспарлаудың артықшылығы бар. Негізгі артықшылықтардың бірі – біздің өміріміздің шынайы көрінісін көру мүмкіндігі. Адамның өмір сүрген бір аптасы жұмыс, демалыс, ұйқы және басқа да нәрселерді қамтиды, ал олар бір күнге сыймайды.

Жоғарыда айтқанымыздай, дене демалып, тез және тиімді қалпына келуі үшін кешкі сағат 10-да ұйықтаған дұрыс. Осындай кестемен таңертеңгі сағат 6-да оянып, сергек бола аласыз. Біз неғұрлым ұзақ ұйықтасақ, соғұрлым аз істер жасаймыз. Сондықтан, таңертең жеңімпаздардың уақыты болып саналады: ұлы адамдардың өмірбаяндарының көпшілігі олардың ерте тұрғаны туралы айтады. Таңертеңгілік уақыт – бұл зияткерлік және физикалық белсенділік үшін ең тиімді уақыт. Ерте тұру үшін кешке күннің жоспарын жасау – ерте оянуға түрткі болады.

Жоспарды жасау кезінде сіз шынайы болуыңыз керек – босаңсымау және өзіңізді шамадан тыс жүктемеу үшін мүмкіндіктеріңізге басымдық беріп, байсалды бағалаңыз. Жұмыс немесе оқу кезеңдері демалыс уақытымен алмасып отыруы керек. Көбінесе оқуға немесе жұмысқа деген көңілі толмау адамның физикалық шаршауынан болады.

Қорытынды:

Күн тәртібін жоспарлау тиімді, өйткені:

- 1) бұл адам өмірінің барлық салаларына – жеке даму, денсаулық, отбасы, достар, жұмыс (оқу немесе жұмыс) және армандарға назар аударуға мүмкіндік береді;
- 2) бұл күні бойы ынта мен энергияны сақтауға мүмкіндік береді.

Тапсырма

Оқушыларға уақытты не нәрсеге жұмсайтынын, апта бойы шынымен немен айналысатынын анықтауға кеңес беріңіз. Бұл үшін бір аптаның ішінде өзінің барлық іс-әрекетін және оларға жұмсалатын уақытын тіркеу қажет.

Апта ішіндегі деректер бекітілгеннен кейін оларды бірнеше санатқа бөлу керек. Мысалы:

- Өзіне күтім жасау.
- Ұйқы.

- Тамақтану.
- Үй шаруасымен айналысу (үй жұмыстары, тамақ дайындау және үй тазалау, үй шаруашылығын жүргізу).
- Тауарлар мен қызметтерді сатып алу.
- Үй жануарларын күту.
- Басқа адамдарға күтім жасау және оларға көмектесу.
- Оқу және оған байланысты қызмет, соның ішінде жолға кеткен уақыт.
- Қосымша білім алу.
- Азаматтық (волонтерлік) қызмет.
- Бос уақыт және спорт (қарым-қатынас және өзара іс-қимыл, телебағдарламаларды қарау, спорттық ойындар, дене жаттығулары, бос уақыт).
- Телефон қоңыраулары, пошта, әлеуметтік желілер.

Бұл тізімді өз санаттарыңызбен кеңейтуге болады. Ішкі санаттар неғұрлым көп болса, соғұрлым жақсы.

Содан кейін уақытты жұмсаудың нақты көрінісін алу үшін әр санат бойынша уақытты қосу керек.

Уақытты жұмсауды қарастыра отырып, оқушылар оны өмірлік мақсаттарымен сәйкестендіре алады және оларды мақсаттарға жетелейтін немесе оларды алаңдататын нәрсеге уақыт бөлетін іс-әрекеттер жасайтындығы туралы қорытынды жасай алады.

Қарым-қатынас

Қарым-қатынас адам өмірінің маңызды бөлігі. Біздің отбасымызбен, достарымызбен, сыныптастарымызбен және т.б. қарым-қатынасымыз бәріміз үшін маңызды. Шындығында, жақсы қарым-қатынас орнатуда біз жеке пайдаға ұмтыламыз – бізді сүйгенді, жақсы көргенді, дұрыс бағалануымызды және т.б. қалаймыз, бірақ бұл үшін біз басқа адамдардың қажеттіліктеріне сәйкес қарауымыз керек – біреудің пікірін құрметтеу, келісімді сақтау, олардың тілектерін тыңдау керек.

№ 1 тәжірибе. Ешкімді кінәламауға тырысыңыз

Өз қателеріңіз үшін басқа адамдар мен жағдайларды кінәлау — бұл барлық жауапкершілікті өзіңнен алып тастап, ұятқа қалмаудың ең оңай жолы. Егер оқушылар анасы үйде көмек сұрағандықтан үй тапсырмасын орындамағандықтарын, олар сабақ кезінде мектепте емес, достарының қасында мазаққа қалмас үшін болғанын, сыныптастарын құрметтеу үшін спорттық жаттығудың орнына компьютерлік клубқа баруын және т.б. түсіндірсе, олар дәл осылай жасайды.

Белгісіздік – бұл барлық адамдар ұнатпайтын сезім. Өйткені, біз соның нәтижесінде сенімділікті және өзімізді бақылау сезімін жоғалтамыз. Содан кейін, сәтсіздікті ақтау үшін, біз өз қателігімізді басқаға айналдыра отырып, кінәні басқа адамға аударамыз. Ал қате біздікі болмаса, онда оның салдарын да

жоюға қатыспаймыз. Біз кінәліні тапқан кезде, мәселе шешілгендей сезінеміз. Өкінішке орай, осы сәтте біз себептерді түсініп, осындай жағдайдың қайталануын болдырмау туралы ойланудан гөрі жауапкершілік жүктемесінен құтылғымыз келеді.

Кейбір адамдар басқалардың кінәсін тауып беріп, олардың әлсіз жақтарын сынға алған кезде мәз болады. Дегенмен, психологтер біз талқылайтын адам біз туралы теріс пікір қалыптастырады деп айтады. Басқалар туралы нашар пікір айтатын адамға адамдардың сенім білдіруі екіталай. Тек жетілген адам өз әрекеттері үшін жауапкершілік ала алады. Өйткені, кінәні мойындау және өз қателіктерімен жұмыс жасау – бұл күшті тұлғаның ғана қолынан келеді.

Өз кінәсін және өз қателіктерін мойындаудағы объективтілік – бұл даму мен өзін-өзі жетілдірудің алғашқы қадамы. Оқушылар жеңістерге де, сәтсіздіктерге де дұрыс жауап беруді үйренуі керек. Олар қолайсыз нәтижеге әкелген себептерді талдауды үйренген кезде, олардың әлсіз жақтары қайда жасырылғанын және не істеу керек екенін түсінеді. Әдетте сыннан қорқатын, өзін-өзі бағалауы төмен адамдар кінәні басқаларға аударады. Шын мәнінде өз кінәсін немесе сәтсіздігін мойындауда тұрған ұят нәрсе жоқ. Бұл жағдайда кеңес сұрау, тәжірибелі адаммен сөйлесу дұрыс шешім болады. Кейбір адамдар үшін айыптау – бұл мәселелерді шешудің жалғыз жолы. Бірақ кінәні бір адамнан екінші адамға ауыстыру арқылы нақты мәселені шешуге бола ма? Әрине жоқ.

Қорытынды:

Біреуді сәтсіздіктері үшін кінәлау прагматикалық емес, өйткені:

- 1) басқаларды кінәлайтындар басқа адамдарға жағымсыз (егер жағдай болса, оларды да айыптауы мүмкін ғой);
- 2) басқаларды кінәлай отырып, біз кінәні өзімізден алып тастаймыз, яғни жағдай қайталанбауы үшін «қателіктермен жұмыс» жасамаймыз;
- 3) біз жетілдірілмейміз, өйткені біз өз сәтсіздігімізді мойындамаймыз;
- 4) біз әлсіз жақтарымыздың не екенін түсінбейміз, сондықтан оларды жақсартпаймыз;
- 5) нақты проблемалар шешілмей қалады, өйткені біз оларды шешпейміз.

Тапсырма

1. Мысалы, бір оқушы сабаққа кешігіп келген, бірақ кінәсін басқа адамға аударған сахналық қойылымды ойнауға болады. Оқушылар болған оқиғаның себептерін өздері ойлап тапсын. Қойылыман кейін, екінші оқушының басқа адамның кешігуіне оны кінәлі деп тапқанда, қандай сезімде болғанын сұраңыз. Сынып басқаларға кінәны аудару прагматикалық емес екенін ойлансын, өйткені оны бір нәрсе үшін айыптаған кезде ешкім ұнатпайды.

2. «Неге басқаларды кінәлау жаман» деген тақырыпта пікірталас ұйымдастырыңыз. Оқушылардың пікірлерін қорытындылап, олардың көрсетпеген тармақтарын толықтырыңыз.

3. Көрнекілік үшін, сіз оқушы сабақтан кешіккен кінәсін басқасына аударып салған жағдайдың салдарын анықтауыңызға және оны егер жасамаған кезде не болатынын кестеге толтыру арқылы көрсетуіңізге болады. Мысалы, оқушы өз кінәсін басқасына тигізгенде, ол:

1. Оған жағымсыз нәрсе жасады,
2. Кешікпеу жаман екенін түсінбеді,
3. Ары қарай да кешіге береді және т.б.

Егер оқушы мұны жасамаса, ол:

1. Сыныптасын ренжітпеді,
2. Өз кінәсін мойындады,
3. Кешікпеуге тырыса бастады және т. б.

№ 2 тәжірибе. Жазымсыз мінез-құлқыңыз үшін өзіңізден және жаныңызды өзге адамдардан кешірім сұраңыз

Мұғалім оқушының жағымсыз мінез-құлқы үшін ескерту жасады. Тіпті егер оқушыға оның ескертуі орынсыз болып көрінсе де, мұғалімнің алдында кешірім сұрау керек пе? Оқушы қыз бала құрбысы оны сөзбен ренжіткенін айтады. Егер құрбысы айтылған сөзін таза шындық деп санаса да, одан кешірім сұрау керек пе? Оқушы әкесіне ашуланып, оған дөрекі сөйледі. Оның пікірінше, оны ренжіткен әкесі болса да, әкесінен кешірім сұрау керек пе? Осы үш сұрақтың дұрыс жауабы – «иә». Бірақ оқушы өзін кінәлі сезінбесе де, неге кешірім сұрауы керек?

Кешірім – бұл жетілген адамның әрекеті. Оқушы айтқандары мен істегендері үшін жауапкершілікті өз мойнына алғанда, ол ересек өмірде қажетті қасиеттерді өз бойында тәрбиелегенін көрсетеді.

Бұл бейбіт қарым-қатынасты сақтауға көмектеседі. «Мені кешір» деп, әдетте, өздерінің әділдігі мен кінәлілерді іздеуден гөрі жақсы қарым-қатынас сақтауды маңызды етіп санайтындар айтады.

Кешірім сұрағандардың жаны рахаттанып, жеңілдеп қалады. Кейде біреудің сезіміне қаяу түсіріп, жаныңды қоятын жер таппай қаласың. Бірақ кешірім сұрасаң, иығыңнан тау түскендей сезінесің.

Кешірім сұрау оңай сияқты көрінеді. Бірақ «Мені кешір» деген сөз тамағымызға тұрып қалғандай шықпай қалады. Сондықтан кешірімді қалай сұраудың бірнеше ережелері бар.

- Мұны жеке өзі жасау керек. Осылайша оқушы болған жағдайға шын жүректен өкінетінін көрсетеді. Мәтіндік хабарламамен жіберілген кешірім жалған немесе жасанды болып көрінуі мүмкін, жағдайды тіпті қайғылы смайлик те құтқармайды!

- Қақтығысты ұзақ сақтаудың қажеті жоқ. Жанжал неғұрлым ұзаққа созылса, соғұрлым реніш пен шиеленіс қарым-қатынас күшейеді.

- Кешірім сұраған кезде шынайы болу керек. «Сенің ренжігеніңе өкінемін», - деп айту кешірім емес! Кешірімді келесідей жасаған жөн: «Мен ... жасадым, сол үшін сен ... Маған өкінішті. Кешір».

- «Мен сенің не сезетініңді білемін» деп айтудың қажеті жоқ. Біз әлемді әр түрлі қабылдаймыз және сезінеміз. Біз әңгімелесушінің ішкі дүниесінде не болып жатқанын жорамалдап, болжай аламыз, бірақ нақты не болып жатқанын білмейміз. Егер осы нақты жағдай бізге қалыпты болып көрінсе, бұл басқаларға да солай көрінеді деп айту қиын.

- «Кешір, бірақ...» деп айтуға болмайды – олай кешірім сұрау, дауға әкеледі. Егер біз кешірім сұрасақ, бұл тек біздің әрекетіміз және осы әрекеттен ренжіген адамның сезімдері туралы сөз қозғалады. Осы сәтте біздің ойларымыз бен уайымдарымыздың іске ешқандай қатысы жоқ. Егер жанжал нәтижесінде оқушы да ренжіген болса, сіз бұл туралы кейінірек, сәті келгенде сөйлесуіңіз керек.

Қорытынды:

Кешірім сұрау дұрыс, өйткені:

- 1) бұл адамдармен жақсы қарым-қатынасты сақтауға көмектеседі;
- 2) осыдан жаныңыз тынышталады;
- 3) бұл «қателіктермен жұмыс жасау» үшін өз кінәсін мойындауға және болашақта оны қайталамауға мүмкіндік береді.

Тапсырма

1. Тақтаға кешірім сұрау ережелерін жазыңыз.

2. Сахналық ойын ойнаңыз. Айталық, бір оқушы екіншісіне: «Біз сені өз командамызға алмаймыз! Сен үнемі барлығын құртып жүресің және сенің қолыңдағы заттар құлай береді!» деп қатты айтады. Енді ол кешірім сұрау керек. Екі оқушы сахналық ойын ойнап жатқанда, қалғандары кешірім сұрау кезінде не дұрыс және дұрыс емес жасалғаны туралы өздеріне түртіп отыру керек. Сахналық ойыннан кейін оқушылардың әрқайсысы не сезінгенін, одан қандай қорытынды жасай алатындығын талқылаңыз.

3. Оқушылардан басқа біреумен болған соңғы жанжалын еске түсіруді сұраңыз. Олар кешірім мәтінін ойластырып жазсын.

4. Егер олар әлі де жанжалда болса, олар мысалы, «бүгіннен қалдырмай кешірім сұраймын» деген секілді нақты мақсат қоюы керек. Олар кешірім сұрау қай уақытта ең қолайлы болатынын анықтасын.

5. Олар бұл жанжалдан қандай қателіктер жіберді? Осы жағдай қайталанбас үшін не жасау керек?

№ 3 тәжірибе. Ризашылық білдіріңіз

Квансей Гакуин университетінің психологтерінің зерттеулері күнделікті өмірде ризашылық білдіруге дағдыланған адамдар оптимизммен, үйлесімді өмірмен ерекшеленетінін және тіпті физикалық деңгейде ризашылық білдірмейтіндерден әлдеқайда жақсы сезінетінін көрсетті.

Оқушылардың мақтан тұтатын нәрселері бар және олардың кімге және не үшін «Алғыс» деп айту керек адамдары да бар. Алғыс көп болмайды, өйткені бір кішкентай «Рахмет» үлкен керемет жасай алады. Оқушылар сиқыршы болсын: хабарлама, пошта арқылы хат жазсын, әлеуметтік желілерде хабарлама жасасын, қоңырау шалып немесе жеке «Алғысын» айтсын. Оларға айтылған әр сөздің салмағы мен бағасы бар екенін ескертіңіз, сондықтан олар шын жүректен нақты бір нәрсе үшін алғыс айту керек. Олар өздеріне, отбасына, достарына, мұғалімдеріне, осы жылы болған оқиғаларға, жобаларға, жолда болған адамдарға, кездейсоқ оқиғаларға және алдын-ала жоспарланған оқиғаларға, бейбітшілікке және т. б. алғыс айта алады.

Қорытынды:

Ризашылық білдіру жақсы, өйткені:

- 1) ризашылық білдіретін адамдар оптимистік, үйлесімді және физикалық жағынан дені сау болады;
- 2) ризашылық білдіретін адамдар басқалармен берік және жылы қарым-қатынас орнатады;
- 3) ризашылық білдірген адамдардың дамуына және алға жылжуына мотивация бар.

Тапсырма

Оқушыларға төмендегі кестені толтыру тапсырмасын беріңіз.

Ризашылық білдіру кестесі

1-кесте

МЕН РИЗАМЫН		
КІМГЕ	НЕ ҮШІН	ХАБАРЛАМА
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		

8.		
9.		
10.		

Жағымды әдеттер қалыптастыру

№ 1 тәжірибе. Табиғи әдеттерді ұстаныңыз

Кейбір әдеттерді табиғи деп санауға болады, өйткені олар физиологиялық және оларды ұстану бізді көптеген денсаулық проблемаларынан қорғайды.

Оларға ағзаға қанша қажет болса, сонша тамақтану, жеткілікті физикалық белсенділік және айналысатын істі еркін таңдау жатады.

Тәрелкеде тамақ қалса да, сіз қаныққанға дейін тамақтануыңыз керек. Әйтпесе, адам артық тамақтана бастайды, бұл оның салмақ қосуына және зат алмасудың бұзылуына әкеледі.

Адам физикалық белсенділік танытуы керек – жүгіру, секіру, жүру және т.б. Егер бұл орын алса және денеге тән табиғи алгоритмдер байқалса, адамның кейіннен жаңа әдеттерді енгізу арқылы шешу керек болатын дене бітімі мен физикалық формасында мәселелер болмайды.

Қоңырау соғылған кезде балалар дәлізде жүгіре бастайды, өйткені олар сабақта ала алмаған қозғалыстың жетіспеушілік орнын толтырғысы келеді. Сондықтан мектепте осыған жағдай жасалуы керек, балаларға үзіліс кезінде, сабақтан бұрын және кейін, егер олар қаласа, өрмелеуге немесе турникте тартылуға рұқсат беру керек.

Сондай-ақ, балалар не қалайтынын және не істегісі келмейтінін жақсы сезінеді. Балалар сақтауы керек белгілі бір нормалар бар екені анық. Қазір біз олар туралы емес, олардың табиғи бейімділігі туралы айтып отырмыз. Біреу сурет салғанды ұнатады, біреу спортты жақсы көреді, біреу тарих кітаптарын оқиды, ал біреу химиялық тәжірибелер жасайды. Жоғарыда айтқан жапондық икигай ұғымын есіңізге түсіріңіз. Егер адам қалаған әрекетті таңдағанда ішкі ынталандыруды ұстанса, ол бақытты, психологиялық және эмоционалды түрде теңдестіріледі. Біз, ересектер, мұғалімдер мен ата-аналар, балаларға икигайды таңдау еркіндігін беруіміз керек. Сондықтан мұғалімдер оқушыларға, мысалы, сурет салу онша маңызды емес болғандықтан математиканы жақсы білуі керек деген идеяны жүктемеуі керек. Жоғарыда айтқанымыздай, егер ол қуаныш пен қанағат әкелсе, сіз кез-келген істе кәсіби бола аласыз. Ал кәсібилік сөзсіз осындай кәсіпқой өмір сүретін қоғамға пайдалы, сондай-ақ танымал болу және адамның өзі үшін табыс табу мүмкіндігіне әкеледі.

Қорытынды:

Табиғи әдеттерді ұстану қажет, өйткені:

- 1) бұл салмақ немесе ас қорыту мәселелеріне әкелмейтін пайдалы тамақтану әдеттерін қалыптастырады;
- 2) бұл физикалық белсенді болуға мүмкіндік береді, сондай-ақ бел омыртқа мен дене бітімінің мәселелеріне әкелмейді;
- 3) бұл эмоционалды, психологиялық және физикалық жағынан сау болуға мүмкіндік береді.

Тапсырма

Балаларға табиғи әдеттерін ұстануға қалай көмектесуге болатындығы туралы ойланыңыз.

Сіз артық тамақтану туралы сөйлесіп, артық тамақтанудың зиянды екенін брейнсторминг режимінде талқылай аласыз. Сіз балаларға үзіліс кезінде физикалық белсенді болуға, таза ауада ойындар мен спорттық іс-шараларды үш есе арттыруға мүмкіндік бере аласыз.

№ 2 тәжірибе. Жағымсыз әдеттерді пайдалы әдеттермен алмастырыңыз

Жағымсыз әдетті жою өте қиын – оны басқасымен ауыстыру керек. Бұл процесс өзінің әдеттеріне саналы назар аударуды қажет етеді. Мысалы, оқушы тәттіні, әсіресе кешке ұйықтар алдында жегенді ұнатады. Нәтижесінде, оның салмағы өседі, ол одан өзі ұялады, бірақ тәтті тағамды жеуді тоқтата алмайды.

Алдын-ала дайындалу, оған көмектеседі. Мысалы, ол ата-анасынан жемістер, кептірілген жемістер мен жаңғақтар сатып алуды, ата-анасынан тәттілерді сатып алмауды және үйден барлық тәттілерді алып тастауды талап ету арқылы осы әдеттен арылуына болады. Ол тәтті нәрсе жегісі келгенде, үйде ол тәтті нәрсе болмайды да, сол тәттілерді жеміс-жидектермен немесе жаңғақтармен алмастыра алады. Мұны жаңа әдет орныққанша жасау керек.

Сондай-ақ, ментормен, мұғаліммен немесе досыңызбен ескі әдеттен бас тарту процесін біраз уақыт талқылау пайдалы болады, ол қалай болғанын, қалай сезінетінін, бүгін қалай болғанын және т.б. сұрайды. Бұл мотивацияны сақтауға және жағымсыз әдетті жоюға көмектеседі.

Қорытынды:

Жағымсыз әдеттерді пайдалы әдеттермен алмастыру пайдалы, өйткені:

- 1) бұл жағымсыз әдеттермен оңай күресуге көмектеседі;
- 2) бұл жаңа, дұрыс мінез-құлық режимін қалыптастырады.

Тапсырма

Балалармен қандай әдеттен арылғысы келетінін талқылаңыз. Мысалы, фастфудты қолдану. Ең дұрысы оларға осы әдеттен арылуға эксперимент өткізуді ұсыныңыз.

Бірінші аптада олар өздері қалаған нәрсені шектеусіз жасай алады, содан кейін фастфуд жеуді тоқтату керек. Фастфудты тұтыну кезінде сіз олардың не істейтініне назар аударып, содан кейін олардың қанағаты туралы есепті

толтыруыңыз керек, яғни неге олар фастфудты жегенді ұнатады, сол сәтте не сезінеді. Бұл олардың не алғысы келетінін және оның шынымен не алғанын түсінуге мүмкіндік береді. Мүмкін олар оның екі түрлі нәрсе екенін және олар бір-біріне сәйкес келмейтінін түсінсе, содан кейін олардың фастфудқа деген сүйіспеншілігі төмендейтін шығар.

Содан кейін сізге дұрыс мінез-құлық сценарийін жасау керек. Олардың, мысалы, достары оларды McDonald's-ке бірге уақыт өткізуге шақырған кездегі дұрыс емес мінез-құлық сценарийі бар. Теріс әдетті бірден арылуға болмайды, оны тек басқа нәрсемен алмастыруға болады. Мысалы, достар McDonald's-ке шақырған кезде, оның орнына оларға спорт алаңына немесе серуендеуге бірге баруды ұсыныңыз, онда олар зиянды тамақ ішпестен уақытты қызықты өткізе алады.

Сенімділік орнату

№ 1 тәжірибе. Күмәндануды доғарыңыз

Біз бәріміз бір нәрсеге күмәнданамыз. Көбінесе күмән теріс құбылыс деп ойлаймыз. Бірақ бұл мүлдем дұрыс емес. Күмән кейде бізге мүлдем басқаша әсер етеді. Олар бізді келеңсіз нәрсе жасамас бұрын тоқтап, мұқият ойлануға, сондай-ақ кейбір нәрселерге өз көзқарасымызды өзгертуге мәжбүр етеді.

Күмәннің тағы бір түрі бар. Бұл біздің мақсаттарымызды орындауға кедергі келтіретін және құндылығымызға шүбә келтіретін күмән. Олар пайда бола бастаса, оларды бірден жоққа шығаратын іс-қимыл жоспарын жасап, қарсы тұру керек.

«Менің тәжірибем жеткіліксіз» деген күмән. Әрине, біз кез-келген жаңа салада, тіпті егер біз сол салада ештеңе жасамасақ та, бірден сауатты бола алмаймыз. Егер әрқайсымыз тәжірибенің жетіспеушілігін шешілмейтін кедергі деп санасақ, онда кино да, музыка да, сәтті стартаптар да, ғылыми жаңалықтар да болмас еді. Бізде жоқ нәрсеге көңіл бөлу қажет емес. Оның орнына, бізде бар тәжірибе мен дағдыларға назар аудару керек және оларды өз мақсаттарымыз үшін пайдалану керек.

«Менің қажетті дағдыларым жоқ» деген күмән. Дағдылар – бұл тапсырмаларды дұрыс орындау және жетістікке жету үшін қажет құралдар. Көптеген адамдар өздеріне күмәнданады, өйткені олар өздерінің дағдыларын немесе жаңа нәрселерді дамыту және үйрену қабілеттерін бағаламайды. Белсенді (проактивті) болу және өз дағдыларыңыздың тізімін жасау керек: біз оларды өз мақсатымызға қалай қолдана аламыз? Бізге қажет жаңа дағдыларды игеру үшін не істей аламыз?

«Сен мұны жасай алмайсың» деген күмән. Сірә, біз бұл сөздерді сәтсіздікке ұшыраған адамдардан естиміз. Олар өздерінің жағымсыз тәжірибелерін біздің өмірімізге беруге тырысады. Мысалы, үлкен ағам университетке түсуге тырысты, бірақ ол сәтсіз болды және ол қалаға оралды, енді ол: «уақытты босқа өткізбе, олар тек «өздерінікін» алады» дейді. Бұл күмәннің әсері жойқын, сондықтан мақсаттарыңызбен кіммен бөлісуді дұрыс

таңдау маңызды. Бізді қолдайтын, сынайтын және дұрыс сұрақтар қоятын адамдарды табу керек.

«Менің идеям ешкімге қызық емес» деген күмән. Бұл күмән, әдетте, шамадан тыс өзін-өзі сынау немесе бар тәжірибе арқылы пайда болады. Қалай болғанда да, бұл жаңа мақсаттарға жетуді қиындатады: біз үнемі еленбейтін сияқтымыз және біз тұғырыққа тірелген секілді көрінеміз. Өзіңізге әр идеяның ерекше екенін және оның өз аудиториясы бар екенін еске салу керек.

«Мен бұрын жиі қателескенмін» деген күмән. Егер біз бұрын қателіктер жіберген болсақ, жаңаларының пайда болуынан қорқу қалыпты жағдай. Біз тіпті болашақ жетістігімізге күмәндана аламыз. Ал тағы да біз өзімізге іштей белгісіз нәрсеге кіріспеу керек екенін айтып отырамыз. Міне сондықтан да көптеген адамдар әдеттегі күрбелең жағдайға түседі де, содан жылдар бойы шыға алмайды. Өткен қателіктер бізді нақты анықтамайды. Біз ең жақсы досқа бұрынғы сәтсіздіктеріне байланысты оның арманынан немесе мақсатынан бас тартуға кеңес бермейміз ғой?

«Маған төзімділік жетіспейді» деген күмән. Біздің мақсаттарымыз бен бақытты адам болғымыз келетін жұмыс – бұл ақыл-ой мен эмоционалды шыдамдылықты қажет ететін еңбек. Біз көп уақыт жұмсайтын «жасау керек пе немесе жасамай-ақ қойсам бола ма?», «сәттілікке әкеле ме немесе сәтсіздік бола ма?» деген ойлар ойлағанымызды жүзеге асырудан гөрі ұзаққа созылатын стрессті тудыруы мүмкін. Мұндай күмән біздің бақытқа жету деңгейімізге ұзақ мерзімді және теріс әсер етеді.

«Әлі уақыт сәті келген жоқ» деген күмән. Өзіңізді қазір дамыту үшін әлі уақыт сәті келмегеніне көзіңізді жеткізу арқылы өз жетістіктеріңізді тоқтату өте оңай. Сірә, «уақыты келген сәт» ешқашан болмауы да мүмкін, өйткені қазір мектепте, содан кейін университетте оқып, жұмыс істеп, өзіңізді және отбасыңызды асырауыңыз керек және т.б. Монотонды күтудің орнына тез әрекет етудің артықшылығы туралы ойлануыңыз керек. Егер біз үнемі алға жылжитын болсақ, біз өзімізді әлдеқайда жақсы сезінеміз.

Өзіне-өзі күмәндану әдетке айналуы мүмкін. Адам өзінің барлық шешімдеріне күмән келтіруге және жасап көрместен, олардың барлығы сәтсіздікке ұшырайды деген ойға іштей сенуге тез үйреніп кетуі мүмкін.

Егер кенеттен бізге осындай ойлар келсе, онда бастапқы күмән сезімі логикамен байланысты емес екенін, бұл тек әдетке қатысты мәселе екенін өзімізге еске салу керек. Сондықтан біз өз мақсатымызға жеткенше алға жылжуымыз керек.

Қорытынды:

Күмән келтіру дұрыс емес, өйткені:

- 1) осылайша біз өз мақсаттарымызды орындауды тоқтатамыз;
- 2) біз өзіміздің құндылықтарымызға күмәндана бастаймыз;
- 3) жаңа тәжірибе алмаймыз;
- 4) алдыңғы қателерден қорытынды жасамаймыз.

Тапсырма

1. Оқушылармен келесі жаттығуды орындаңыз.

Оқушылар көздерін жұмып, «Мен қолымды көтере алмаймын! Мен қолымды көтере алмаймын! Мен қолымды көтере алмаймын!» деп іштей ойлану керек. Олар бұл сөйлемді 30 секунд ішінде ойша немесе дауыстап қайталай алады. Ал енді оларға: «Мен қолымды көтере алмаймын!» деп ойлануды жалғастыра отырып, қолдарын көтеруді сұраңыз. Оқушылардың қолын көтеруде ешқандай қиындық болмайды. Олардан қандай қорытынды жасай алатындығын сұраңыз.

Біз өз ойларымызға үлкен мән береміз. Бізге бір нәрсе жасау және жүзеге асыру үшін белгілі бір ойларды басымызға кіргізу керек сияқты. Және басқа ойларға жол жоқ! Әйтпесе, ештеңе жұмыс істемейді. Бірақ бұл олай емес.

Ой – бұл біздің ақыл-ойымызды, сөйлемдер жиынтығын, түйсігіміздегі мәтінді, басымыздағы жүгірпе жолды қалыптастыратын ақпараттың жәй бір бөлігі. Тіпті егер біздің ақыл-ойымыз: «Сенің қолыңнан келмейді! Сенде ештеңе шықпайды!» деп айтса да, басымыздағы сол жүгіртпе жол арқылы өз мақсатымызға жылжуымыз керек. Оқушылар не нәрсеге жеткісі келетінін және ол үшін не істеу керектігін анықтағаннан кейін, ең бастысы – басындағы барлық күмәндерге қарамастан әрекет ету керек.

1. Оқушыларға өз күмәндерінің кестесін құруға тапсырма беріңіз (төмендегі мысал). Біз бұл күмәнді қалай жеңе аламыз деген тақырыпта топпен пікірталас немесе топтық жұмыс режимінде талқылау (әр топқа күмәннің бір түрін беріп талқылауға болады) жүргізіңіз.

Оқушылардың өз күмәндерін жазу кестесі

2-кесте

Менде тәжірибе жеткіліксіз	1. Мен оны қалай жасай ала аламын? 2. Әрекеттер тізімі. 3. Тізімдегі әр әрекеттің мерзімі (дедлайн).
Менің қажетті дағдыларым жоқ	1. Оларды қалай жасауға болады? 2. Әрекеттер тізімі. 3. Тізімдегі әр әрекеттің мерзімі (дедлайн).
Сен оны жасай алмайсың	1. Жоспарларды оларды қолдайтын адамдармен бөлісу. 2. Есінде болсын, олардың қолынан келмеген нәрсе менің қолымнан келуі мүмкін.
Менің идеям ешкімге қызық емес	1. Өз идеяңыз туралы әлеуметтік желілерде сауалнама жүргізу.

	<ol style="list-style-type: none"> 2. Пікірлер жинау. 3. Пікірлер негізінде идеяны қалай жақсартуға болатынын қарау.
Мен бұрын жиі қателесетін едім	<ol style="list-style-type: none"> 1. Өткен барлық қателерді жазып алу. 2. Олар нені үйретті? 3. Оларға жол бермеу үшін нені өзгерту керек?
Маған төзімділік жетіспейді	<ol style="list-style-type: none"> 1. Мен оны қалай жасай аламын? 2. Әрекеттер тізімі. 3. Тізімдегі әр әрекеттің мерзімі (дедлайн).
Әлі уақыт сәті келген жоқ	<ol style="list-style-type: none"> 1. Алдағы 5 жылға мақсаттар тізімін жазып алу. 2. Әр мақсатқа жетуге көмектесетін әрекеттер тізімін жазып алу. 3. Тізімнен әр әрекеттің мерзімдерін (дедлайн) анықтау.

Балалардың көпшілігі табиғатынан шығармашылық дағдыға ие. Олар өздеріне ойын ойлап табады, біртүрлі сұрақтар қояды және өздері оларға жауап береді, мысалы, қолын шұлыққа салып, оны құбыжық ретінде көреді. Бірақ уақыт өте келе оларды сынға алу, тежеу, оларға күлу, ескерту жасау олардың қиялын азайта бастайды. Шығармашылық ойлау қабілеті, басқалардың пікіріне қарамай әрекет ету, стандартты емес шешімдер қабылдау жеке және кәсіби дамуда жетістікке жетуге көмектеседі. Технологиялар мен қоғамдағы барлық инновациялар осы тәсілге негізделген.

Осылайша әрекет ету үшін төрт қорқынышты жеңу керек: белгісіздік, сын, алғашқы қадам және бақылауды жоғалту.

Стэнфорд университетінің профессоры, психолог Альберт Бандура өзінің тәжірибелерінің бірінде адамдарға жыландар мен кесірткелерден, герпетофобиядан қорқуды жеңуге көмектесіп, өз палаталарын фобия объектісімен тығыз қарым-қатынас жасауға мәжбүр етті. Алдымен адамдар жыландарды айна әйнегі арқылы, содан кейін ашық есік арқылы көрді, содан кейін олар Бандураның көмекшісінің жыланға қол тигізгенін көрді, кейін өздері қалың былғары қолғаппен ұстап көрді, ақыры оны өздерінің қолдарымен қолғапсыз ұстап көретін болды. Тәжірибе бірнеше сағатты алды. Бандура өзін-өзі жеңудің бұл әрекеттерін «басқарылатын бақылауды алу» деп атайды. Экспериментке қатысушылар қатты қорқынышынан құтылып қана қойған жоқ, сонымен бірге олар аз уайымдап, бұрын-соңды берілмеген немесе бұрын

қорқатын нәрселерге қол жеткізе бастады, мысалы, атпен жүру және көпшілік алдында сөйлеу. Олар көп тырысты, көп жұмыс істеді және сәтсіздіктерін оңай қабылдады. Олар өз күштеріне, мақсатқа жету қабілетіне сенді.

№ 2 тәжірибе. Алғашқы қадам жасаудан қорықпаңыз

Егер оқушыларда жаңа идеялар болса да, оларды жүзеге асыру оңай емес. Жазушыға жаңа кітап бастау, мұғалімге бірінші сабақ өткізу, кәсіпкерге жаңа жоба ашу қиынға соғады. Біз бәрімізде жаңа қадам жасау, әдеттегі режимді бұзу қажеттілігінен қорқамыз. Инерцияны жеңу және бәрін ескі жолмен қалдыру үшін тек идеялар жеткіліксіз. Күрделі жоспарлауды тоқтатып, жұмысты бастау керек, және ең жақсы тәсіл – бұл тұтастай алғанда міндеттердің қиындығын ойланбастан, шағын нәрселерден бастауды ойлану керек. Жазушы Энни Ламотт бұл ойды балалық шағы туралы айтып берген кезде жасады. Мектептегі ағасына құстар туралы баяндама дайындауды тапсырды, бірақ ол оны жасауды созып, бастай алмады және осылай соңғы күнге дейін апарды. Ол өзінің алдында қандай қиын міндет тұрғанын түсініп жылады, ал әкесі оған: «Балам, тек құстың артындағы құсты сипатта» деп дана кеңес берді.

Ең бастысы – бірден іске кірісу! Алғашқы қадам кішкентай қадам болса, соншалықты қорқынышты болып көрінбейді, ал оқушылар оны дәл қазір жасай алады.

Қорытынды:

Алғашқы қадам жасаудан қорқу дұрыс емес, өйткені:

- 1) біз үнемі жоспарлап отырамыз және ештеңе істемей, бастай алмаймыз;
- 2) біз жаңа дағдыларды игере алмаймыз және жаңа тәжірибе жинай алмаймыз;
- 3) біз жаңа ештеңе біле алмаймыз.

Тапсырма

1. Алдын сіз дауыс беріп, мектеп мәселесін жақсарту үшін мектеп оқушыларының ең жақсы идеясын таңдадыңыз. Енді оқушылармен бірге оны жүзеге асыру үшін шағын қадамдардан тұратын жоспар құрыңыз.

Мысалы, оқушылар ТЖБ немесе БЖБ бойынша нашар нәтижелер көрсетті. Олар тақырыпты жақсы білетін оқушылар оны нашар білетіндерге көмектеседі деп бірге шешті. Тапсырма күрделі болып көрінеді. Енді оны кішкене қадамдарға бөліп көріңіз: тақырыпты жақсы білетіндердің барлығын бір бағанға, ал екіншісіне нашар білетіндерді жазыңыз. Әр жұптың қосымша жұмыс істеуі керек кестесін жасаңыз. Алғашқы сабақ дәл бүгін өтсін! Келесі ТЖБ немесе БЖБ ұжымдық тапсыру сәтті болған жағдайда оқушылар «жеңісті» бірге тойлай алады (өз қалауы бойынша мектепте шай ішу, киноға бару және т.б.).

Тәуелділіктен арылу

№ 1. Компьютерге тәуелді болмаңыз

Өкінішке орай, қазіргі балалар компьютерде, әлеуметтік желіде көп уақытты онлайн ойындар ойнауға немесе басқалардың мұны қалай жасайтынын көруге жұмсайды. Соның себебінен оларды оқуға ынталандыру қиын.

Көбінесе балалар онлайн ойындарды ойнауды бастайды, өйткені олардың достары, соның ішінде олар құрметтейтін үлкен құрбылары ойнайды: олар оларға тең болғысы немесе тіпті олардан асып түскісі келеді.

Баланың өмірі неғұрлым жалықтыратындай, қызықсыз болса, соғұрлым ол ойындарға көбірек тартылатыны анықталды. Балаларда қарым-қатынаста, өзін-өзі қабылдауда, қоғамда өз орнын табуда қиындықтар неғұрлым көп болса, нақты өмірде жеңістері аз болса, *виртуалды әлем олар үшін тартымды болады*. Өмірде қажет нәрсені алудың ең оңай жолы компьютерлік ойын деп есептейді. Ойында ол әлемнің иесі, саяхатшы, ең мықты жауынгер, шабандоз, магнат, сиқыршы және т.б. бола алады және бұл үшін көп күш жұмсаудың қажеті жоқ. Нақты өмірді құрудан гөрі ойнау оңай.

Балалардың белгілі бір қажеттіліктері бар. Егер қандай-да бір іс-әрекет оларды оңай, толық немесе кем дегенде ішінара қанағаттандырса, бала бұл мүмкіндікті жіберіп алмайды және осы іс-әрекетке толық кірісіп кетеді.

Біріншіден, бұл өзінің маңызды екенін сезіну, бір нәрсеге қол жеткізген адамдар сияқты сезіну қажеттілігі. Мұны онлайн ойындар арқылы оңай алуға болады. Ойын ережелері өте айқын. Балалар құбыжықты өлтіру арқылы ұпай жинап, жаңа деңгейге көтеріліп, ойыншы рейтингін көтеретінін біледі.

Екіншіден, олар достар тапқысы келеді және олармен бірге қызықты нәрсе жасап, бір толқын мен бір тақырыпта сөйлескісі келеді.

Бұл ретте кейде балалар өздері ойнамайды, басқалар қалай ойнайтынын ұялы телефонмен қарайды. Әдетте, мұндай бейнелерде тәжірибелі ойыншылар күрделі ойын деңгейлерін қалай өту керектігін көрсетеді және не болып жатқанын түсіндіреді, көбінесе өте эмоционалды және көптеген әзілдермен түсіндіреді. Мұндай бейнероликтерді көріп, балалар құрметтелген адам болуға, оған қол жеткізуге мүмкіндік алады. Бала бейнероликті көріп жатқанда, ол біраз уақыт өзін осы ойыншыдай сезінеді.

Егер ересектер балаларды қызықтыратын онлайн ойындарды сынап, ұрсатын болса, олар оған дос бола алмайтындығын түсіну керек.

Қорытынды:

Компьютерге тәуелді болу дұрыс емес, өйткені:

- 1) бұл нақты өмірді виртуалды өмірмен ауыстырады;
- 2) бұл нақты өмірде қажет болатын дағдыларды дамытуға мүмкіндік бермейді;
- 3) бұл денсаулыққа байланысты эмоционалды, физикалық және ақыл-ой проблемаларына әкеледі.

Тапсырма

1. Егер сіздің сыныпта геймерлер (компьютерлік ойыншылар) болса, сіз құмар ойынды неғұрлым конструктивті арнаға аударуға тырысуға әрекет жасаңыз. Ең алдымен сіз оқушыларды ойынға не қызықтыратынын және оның көмегімен қандай қажеттіліктерді жүзеге асыратынын түсінуіңіз керек. Сіз олардан бұл туралы: «Айтыңызшы, ойында сізге не ұнайды?» деп тікелей сұрай аласыз.

Содан кейін, олардың қажеттіліктерін анықтай отырып, сіз балаларды жақсы ойнағысы келсе, олар жаңа жақсы компьютерге ақша таба алады деген ойға жетелей аласыз. Жасөспірімдердің өздері қалай ақша таба алатындығы туралы идеялар ойлап табу үшін брейнсторминг ұйымдастырыңыз – курьер арқылы ақша табу, машиналарды жуу, поштаны тарату және т.б. Бұл олардың назарын басқа пайдалы нәрсеге аударуға көмектеседі және жұмыс кезінде жаңа достар мен жаңа дағдыларды игере отырып, олар ойындарға салқындауы мүмкін.

2. Сондай-ақ, сіз балаларды ойындарға байланысты іс-шараларға қызықтыра аласыз. Мысалы, оларға сүйікті ойын кейіпкерлерінің комикстерін бірге жасауды ұсыныңыз.

3. Сондай-ақ, егер олар біреудің ойынын қарауды жақсы көрсе, оларға өздерінің ойнаған ойын видеосын өздеріне жасауға және сарапшы болуға ұсыныс беріңіз. Мұны істеу үшін олар камера арқылы өз ойларын жақсырақ жеткізе алу, бейне түсіру мен монтаждауды, жарық орнатуды, актерлік және шешендік дағдыларды үйрене алады.

Білім беру ұйымындағы педагогтерге арналған экожүйені қалыптастыру құралдары

1. Экожүйе картасын жасау құралы

Білім беру экожүйесінің картасын келесі мақсаттарда пайдалануға болады:

- Мүдделі тараптармен бірлесе отырып, жеке, ұйымдық, қоғамдық немесе жаһандық өзгерістерге арналған мүмкіндіктерді зерттеу.
- Жеке, ұжымдық, қоғамдық немесе жаһандық міндеттерді шешу үшін оқытудың жаңа әдістері мен көздерін зерттеу.
- Өзгерістердің қажеттілігін және олардың салдарын анықтау.

Бұл құрал білім беру экожүйесіндегі өзара байланыстарды түсінгісі, зерттегісі және визуализациялағысы келетін барлық адамдарға арналған. Оның көмегімен сіз өзіңіздің қазіргі білім алу картасын құрып, ұжыммен байланыстарды қадағалап, алынған білім мен дағдылардың жаһандық сын-қатерлер контекстіндегі құндылығын түсіне аласыз. Жеке білім беру мақсаттарым мен жергілікті және жаһандық қажеттіліктер арасындағы

байланыстар картасын жеке адамдарға да, топтарға немесе ұйымдарға да құруға болады.

Білім беру экожүйесінің картасы дегеніміз не?

Білім беру экожүйесінің картасы сіздің білім беру экожүйеңізде қандай тәсілдер мен практикалардың қолданылатынын және олардың бір-бірімен қалай байланысты екенін көрсетеді. Бұл карта сіздің білім алу тәжірибеңіздің барлық элементтерін және оның сіздің ұжымыңыздың өмірі мен әлемдік контекстке қалай сәйкес келетінін қамтиды.

Сіздің білім алу тәжірибеңіз мыналарды қамтуы мүмкін: білім алу мақсатындағы өзіндік оқу (мысалы, кітап оқу / онлайн курстар); әлеуметтік оқу (мысалы, жұмыстағы, достардан, ұжым өкілдерінен, коучтер мен тәлімгерлерден алынған кері байланыс); жобалық қызмет (жеке және жұмыс мақсатында; мысалы, зерттеу, қолөнер, велосипед жинау және т.б.); сабақтар, іс-шаралар мен семинарлар (мысалы, би, шет тілдері сабақтары), көркем, денсаулық сақтау және рухани практикалар (мысалы, күнделік жүргізу, медитация, дұға, поэзия).

Неге бұл құралды пайдалану қажет?

Білім беру экожүйесінің картасы арқылы сіз өзіңіздің біліміңіздің өзіңізге, тұрғылықты жеріңізге және бүкіл әлемге қалай әсер ететінін түсіне аласыз. Ол сіз таңдаған оқу әдістері мен тәсілдердің өзара байланысын көрсетеді.

Білім беру экожүйесінің картасы – жаңа мүмкіндіктерді зерттеп, қазіргі тәжірибені ұғынуға арналған визуализация құралы. Бұл құрал сізге не қызықты немесе неге назар аудару қажет екенін түсінуге, сонымен қатар өзіңіздің және басқалардың оқуын қалай тиімдірек етуге болатынын білуге көмектеседі.

Картаны жасау барысында сіз оқу әдістерін, қарым-қатынас орнату тәсілдерін, қызығушылық салалары мен идеяларды қарастырасыз. Бұл сізге өз әл-ауқатыңызды жақсартуға, жұмыс орнында немесе құрдастарыңызбен жаңа оқу тәсілдерін қолдануға, сондай-ақ алынған білім мен дағдыларды жаһандық мәселелерді шешуге пайдалану жолдарын түсінуге көмектеседі.

Құралды қалай пайдалану керек

Сізге үлкен қағаз парағы (мүмкіндігінше А1 форматы) немесе ақ тақта, стикерлер, түрлі-түсті қарындаштар немесе қаламдар қажет болады.

Әдіс жеке немесе экожүйенің басқа мүшелерімен топ болып, қағазға немесе тақтаға карта сызыңыз. Нұсқаулыққа сәйкес әрекет етіңіз. Картаны фасилитатордың қолдауымен жасауды ұсынамыз.

Жаттығудың мақсатына байланысты картаны жасауға 15 минуттан 2 сағатқа дейін уақыт кетуі мүмкін. Ірі экожүйелердің карталары үшін барлық қатысушылардың пікірін ескеру үшін екі немесе үш рет кері байланыс сеансын ұйымдастыруды ұсынамыз. Бастапқы нұсқада картаны аяқтаған кезде, оның аралық фотосуретін жасаңыз – бұл кейін қажет болады.

Келесі қадам қандай?

Аяқталған картаны әртүрлі мақсаттарда пайдалануға болады:

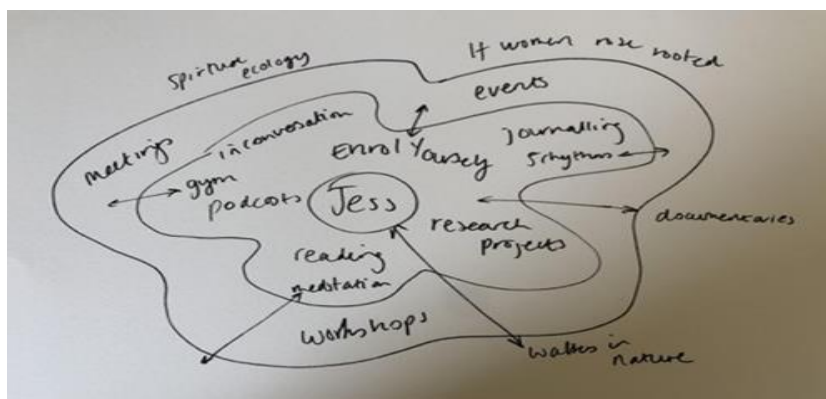
Қазіргі білім беру процесі мен білім алу тәжірибесінің көздерін, сондай-ақ сіздің жеке дамуыңыздағы және жергілікті немесе жаһандық мәселелерді шешудегі білімнің рөлін визуализациялау құралы ретінде (оны ұйым, ұжым немесе ғалам деңгейінде талдау үшін де қолдануға болады).

Білім беру мақсаттарын өзектендіру тәсілі ретінде. Оқу әдістеріңіз, қызығушылықтарыңыз, мақсаттарыңыз қалай өзгеріп жатқанын және бұл ұжымға қалай әсер ететінін зерттеу үшін бұл экспериментті ай сайын өткізуді ұсынамыз.

Картаның көмегімен сіз экожүйеніздің келесі қадамы қандай болатынын түсінесіз және өз идеяларыңызды тиімді жеткізе аласыз.

Өзіңіздің картаңызды суретке түсіріп, оны әріптестеріңізбен бөліссеңіз болады.

1. Жеке оқу картаңызды жасаңыз.
2. Ұжым деңгейіндегі оқу картаңызды жасаңыз.
3. Жаһандық әлеуетті ескере отырып, оқу картаңызды жасаңыз.



Мысалы:

«Жеке білім беру экожүйесі»

Бұл жаттығуды бастамас бұрын, карта жасау үшін тақырыптарды жүйелеуге кіріспес бұрын, біраз уақыт өзіңіздің оқу әдістеріңізді зерттеп, ойлануға кеңес беріледі.

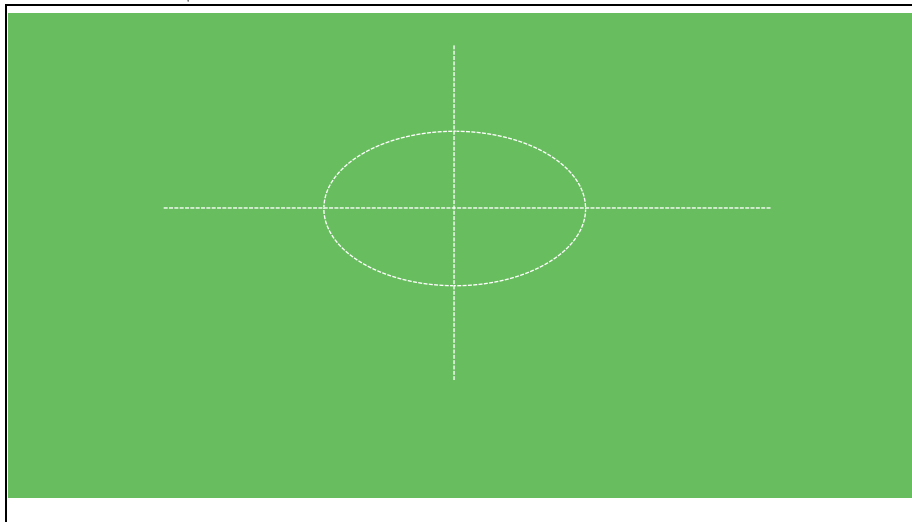
1. Жеке деңгейдегі экожүйені толтырыңыз (сіздің дамуыңызға әсер ететін білім көздері).
2. Жергілікті деңгейдегі экожүйені толтырыңыз (сіздің ұжымыңыздың дамуына әсер ететін білім көздері).
3. Ғаламдық деңгейдегі экожүйені толтырыңыз (әлемдік өркендеуге әсер ететін білім көздері).
4. Экожүйе деңгейлері айқын қиылысатын жерлерді көрсетіп, байланыстарды көрсететін көрсеткіштерді салыңыз.

2. Экожүйе картасын жасау құралы

Бір түсті стикерлерге өзіңіздің күшті жақтарыңызды жазыңыз және оларды матрицаға орналастырыңыз. Ең күштілерін ортасына жақын орналастырыңыз. Бір түсті стикерлерді пайдалануға болады.

Енді басқа түсті стикерлерге өзіңіздің әлсіз жақтарыңызды немесе экожүйені қалыптастыруға кедергі келтіретін факторларды жазыңыз. Оларды әр текшенің шетіне жақын орналастырыңыз, осылайша екі қабат пайда болады.

Әр жазба үшін кедергіні қалай жеңуге немесе күшті жағыңызды қалай нығайтуға болатынын ойластырыңыз. Сондай-ақ, әр мәселені шешу және экожүйенің дамуын ілгерілету үшін сізге «бағбан» немесе «тоқымашы» қажет пе екенін ойлаңыз.



Бұл құралдың мақсаты – әрбір ынталандыру/күшті жақ және кедергі/әлсіздік экожүйенің дамуына қалай әсер ететінін ойлануға мәжбүр ету.

Негізгі принциптер: маңызды сұрақтар

Қалың қаріппен жазылған сипаттамаларды стикерлерге жазыңыз және оларды жоғарыда көрсетілген нұсқауларға сәйкес матрицаға орналастырыңыз.

- Ортақ қағидаттар, болашаққа деген көзқарас және тіл негізінде қалыптасқан, мінез-құлық пен іс-әрекетте көрінетін ортақ нормалар мен құндылықтар қаншалықты кең таралған?

- Сізде сенімге негізделген ритуалдар мен әрекеттер қаншалықты дамыған?

- Ұжым ішінде және одан тыс жерде ата-аналардан бастап мектеп, достар, қоғам өкілдеріне, мемлекеттен бастап қоршаған ортаны қорғаушыларға дейін барлық мүдделі тараптар арасында шынайы қарым-қатынас қаншалықты дамыған?

- Сіз жеке және ұжымдық әл-ауқатты қаншалықты басымдыққа қоясыз (бұл осы салаларға қанша уақыт бөлінетінін көрсетеді)?

- Сіз жеке және технологиялық деңгейлерде өзара байланысты және өзара тәуелді қарым-қатынастарды дамытасыз ба?

- Сіздің ортаңыз алға жылжытылып жатқан мәдениетке қаншалықты сәйкес келеді (кеңістік, жарық, экологиялық таза болуы және дизайн)?

- Сіздің жұмыс кеңістігіңіз жоспарланған тәжірибе мен жобаға қаншалықты сәйкес келеді (дизайн, кеңістік, табиғат, жарық, дыбыс, иіс және т.б.

- Сіз мифтерді, сіздің әлем туралы көзқарастарыңызды өзгерте алатын біріктіретін оқиғаларды қаншалықты пайдаланасыз?

Ұйымдастыру: маңызды сұрақтар

Қалың қаріппен жазылған сипаттамаларды стикерлерге жазыңыз және оларды жоғарыда көрсетілген нұсқауларға сәйкес матрицаға орналастырыңыз.

- Сіз ұжымның ерекшеліктері мен қажеттіліктеріне қаншалықты Пайдаңызды келтіресіз?

- Сіздің басқару құрылымдарыңыз ортақ көшбасшылыққа, құндылықтарды жүзеге асыруға және конструктивті сынға қаншалықты ықпал етеді?

- Қатысушыларға оқу мен дамуға қатысты өз таңдау құқығын жүзеге асыруға қаншалықты мүмкіндік бересіз?

- Сіз эволюцияға, бейімделуге, алуан түрлілікке, өзара тиімді қарым-қатынасқа және циклдік тәсілдерге ықпал ететін экожүйе динамикасын қаншалықты ынталандырасыз және қолдайсыз?

Іске асыру: маңызды сұрақтар

Қалың қаріппен жазылған сипаттамаларды стикерлерге жазыңыз және оларды жоғарыда көрсетілген нұсқауларға сәйкес матрицаға орналастырыңыз.

- Сіздің экожүйелік жоспарлау және жобалау тәсіліңіз қаншалықты нақты және мүмкін?

- Сіз ортаңыздағы немесе ұжымыңыздағы көшбасшылар арасында экожүйелік білім беру мүмкіндіктеріне арналған тұрақты диалогты қаншалықты белсенді дамытасыз?

- Сіз экожүйеңіздің және оның процестерінің дамуын жеделдету барысында қаншалықты жиі прототиптер жасайсыз?

- Сіз ұжымдық ынтымақтастықты ойын әдістері, сенім қалыптастыру жаттығулары, ашықтық пен инновацияларды ынталандыру арқылы қаншалықты белсенді қолдайсыз?

- Сіздің экожүйеңіздегі қатысушылардың рөлдері қаншалықты айқын?

- Сіз бірнеше мүдделі тараптардың ынтымақтастығы мен дамуы үшін бейтарап кеңістіктер құруға қаншалықты қамқорлық жасайсыз?

- Сіздің зерттеу және талдау әдістеріңіз экожүйенің өмірлік циклының кезеңіне қаншалықты сәйкес келеді (мысалы, бірлескен әрекеттерді зерттеу)?

- Сіз зерттеулер мен процестер туралы кері байланыс жүйесін қаншалықты дамыттыңыз, барлығы өзін сезімдері, күмәндерін еркін бөлісе алады ма?

- Адамдар білім мен тәжірибені еркін бөлісіп, сізді қолдап, табыстарды

бірге атап өтуі үшін сіз экожүйеңіз туралы ақпаратты онлайн және офлайн арналары арқылы қаншалықты белсенді таратасыз,?

Активтер: маңызды сұрақтар

Қалың қаріппен жазылған сипаттамаларды стикерлерге жазыңыз және оларды жоғарыда көрсетілген нұсқауларға сәйкес матрицаға орналастырыңыз.

- Сіздің қаржыландыруыңыз қаншалықты әртараптандырылған және оны ұзақ мерзімді құндылыққа бағытталған деп санауға болады?
- Сіздің командаларыңыз қаншалықты инклюзивті (әртүрлі жыныс, жас және ұлт өкілдері, әртүрлі дағдылар мен мәдени дәстүрлері бар адамдар)?
- Сіз қолданатын құралдар қаншалықты экологиялық тұрғыдан таза (қоршаған ортаға әсері)[35].

ҚОРЫТЫНДЫ

Әдістемелік ұсынымдама білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз етуге бағытталған мектеп экожүйесін құру мәселелеріне кешенді көзқарас ұсынады. Ұсынымдамада халықаралық және отандық тәжірибелер зерттеліп, білім алушылардың жалпы әл-ауқатын қолдау үшін қолданылатын әдіс-тәсілдер талданды. Педагогтердің күнделікті қызметінде қолдана алатын практикалық ұсыныстар, сондай-ақ мектеп экожүйесінің табысты жұмыс істеуі үшін қажетті әдіс-тәсілдер айқындалды.

Сонымен қатар, мектеп экожүйесінің үлгілі тәжірибелері мен нақты жобалар арқылы білім алушылар мен педагогтердің дамуындағы бірлескен әрекеттердің маңыздылығы көрсетілді. Бұл ұсынымдама мектеп экожүйесін жетілдіру арқылы білім беру сапасын арттыруға, сонымен қатар білім алушылардың жан-жақты дамуына елеулі үлес қосуды көздейді.

Әдістемелік ұсынымдамада заманауи білім беру экожүйесін құру қажеттілігі атап көрсетілді. Қазіргі қоғамның әлеуметтік-экономикалық және мәдени дамуында мектептердің және білім беру ұйымдарының рөлі ерекше. Білім беру экожүйесінің маңызды элементтері ретінде педагогикалық ұжымның кәсіби дамуы, білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатының қамтамасыз етілуі, сондай-ақ, қоғаммен, ата-аналармен, түрлі ұйымдармен өзара тығыз байланыс орнату мәселелері қарастырылды.

Осы ұсынымдама негізінде жасалған іс-шаралар мен тапсырмалар мектептердің білім беру процесін жаңғыртуға, тиімді білім беру ортасын қалыптастыруға және білім алушылардың жан-жақты дамуына жағдай жасауға бағытталған. Әсіресе, «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы шеңберіндегі іс-шаралар білім беру жүйесінің тиімділігін арттырып, жас ұрпақты тәрбиелеуде және олардың әлеуметтік жауапкершілігі мен азаматтық белсенділігін дамытуда маңызды қадам болып табылады.

Болашақта мектептер білім беру экожүйесінің ажырамас бөлігі ретінде білім алушылардың барлық қажеттіліктерін қанағаттандырып, қоғамға бейімделген және құндылықтарға негізделген білім беруді қамтамасыз етуге тиіс.

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ДЕРЕККӨЗДЕР ТІЗІМІ

1. Лукша, П. Образовательные экосистемы: возникающая практика для будущего образования / П. Лукша, Д. Спенсер-Кейс, Д. Кубиста. – URL: <https://www.skolkovo.ru/researches/obrazovatelnyeeekosistemy-voznikayushaya-praktika-dlya-budushego-obrazovaniya/> (дата обращения: 16.11.2021)
2. Уткин, А.В. Экосистемный подход в образовании: от метафоры к методологии и практике / А.В. Уткин, К.В. Шевченко // Вестник Череповецкого государственного университета. – 2022. – № 2 (107). – С. 175-189. – <https://doi.org/10.23859/1994-0637-2022-2-107-14>
3. Экосистема: определение понятия, структура, виды. URL: <https://cleanbin.ru/terms/ecosystem> (Дата обращения: 09.04.2022)
4. Дьячкова А. В. Опыт работы школы в образовательной Экосистеме / А. В. Дьячкова, Л. И. Кулькова. – Текст : электронный // Российские регионы в фокусе перемен : сборник докладов XVIII Международной конференции (Екатеринбург, 16–18 ноября 2023 г.). — Екатеринбург : Издательство Издательский Дом «Ажур», 2023. — С. 738-740
5. <https://www.infofinland.fi/ru/education/the-finnish-education-system>
6. Perou R, Bitsko RH, Blumberg SJ, Pastor P, Ghandour RM, Gfroerer JC, Hedden SL, Crosby AE, Visser SN, Schieve LA, Parks SE, Hall JE, Brody D, Simile CM, Thompson WW, Baio J, Avenevoli S, Kogan MD, Huang LN. Mental health surveillance among children – United States, 2005—2011. MMWR 2013;62(Suppl; May 16, 2013):1-35].
7. Bitsko RH, Claussen AH, Lichtstein J, Black LJ, Everett Jones S, Danielson MD, Hoenig JM, Davis Jack SP, Brody DJ, Gyawali S, Maenner MM, Warner M, Holland KM, Perou R, Crosby AE, Blumberg SJ, Avenevoli S, Kaminski JW, Ghandour RM. Surveillance of Children’s Mental Health – United States, 2013 – 2019 MMWR, , 2022 / 71(Suppl-2);1–42. [Read article].
8. <https://reconnect.com.sg/engchoon.html>
9. <https://www.ncss.gov.sg/docs/default-source/ncss-publications>
10. <https://shawslittleleague.com>
11. Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2024 жылғы 30 шілдедегі № 194 бұйрығы «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы
12. Қазақстан Республикасында мектепке дейінгі, орта, техникалық және кәсіптік білім беруді дамытудың 2023-2029 жылдарға арналған тұжырымдамасын бекіту туралы Үкіметінің 2023 жылғы 28 наурыздағы № 249 қаулысы
13. Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2024 жылғы 18 қыркүйегінде №263 бұйрығы

14. Образование для сложного общества. Доклад Global Education Futures / Пер. с англ.: Agency for International Cooperation. Под ред. П. Лукши, П. Рабиновича, А. Асмолова. 2018; 2. Свердлов М. Анализ рынка образовательных экосистем в России: как это работает?

15. Romanova N.V., Sabirova Z.E., Sidorova O.V. Digitalization of higher education in the context of information inequality // Journal of Physics: Conference Series. Krasnoyarsk Science and Technology City Hall. Krasnoyarsk, Russian Federation, 2020

16. Бехтерев В.М. Вопросы воспитания в возрасте первого детства. СПб, 1909

17. Бехтерев В.М. Вопросы воспитания в возрасте первого детства. СПб, 1909

18. Бехтерев В.М. Вопросы общественного воспитания. М., 1910

19. Бехтерев В.М. Проблемы развития и воспитания человека: Избр. психол. труды / Под ред. А.В. Брушлинского и В.А. Кольцовой. М.: Институт практической психологии; Воронеж: Модек, 1997

20. Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің Орта білім беру ұйымдарындағы психологиялық қызметтің жұмыс істеу қағидаларын бекіту туралы 2022 жылғы 25 тамыздағы № 377 бұйрығы

21. Комплексная диагностика психологического благополучия участников образовательного процесса: методическое пособие / И. Л. Матасова, Б. Настази, И. Н. Чаус, М. А. Шаталина. – Самара: СФ МГПУ, 2009. – 48 с

22. Братусь Б. С. К проблеме человека в психологии // Вопросы психологии. – 1997. – № 5. – С. 3–20

23. Хухлаева О. В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Академия, 2003. – 176 с

24. Комплексная диагностика психологического благополучия участников образовательного процесса: методическое пособие / И. Л. Матасова, Б. Настази, И. Н. Чаус, М. А. Шаталина. – Самара: СФ МГПУ, 2009. – 48 с

25. Эллис А. Практика рационально-эмоциональной поведенческой терапии / А. Эллис, У. Драйден; пер. с англ. Т. Саушкиной. – 2-е изд. – СПб.: Речь, 2002. – 352 с.


26. Плотникова Е.Е., Быстрова Н.В., Лисина Е.И. Педагогическая культура родителей как компонент воспитательного потенциала семьи // Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 58-2. С. 188-191

27. Быстрова Н.В., Цыплакова С.А., Коротеева О.Д. Социально-психологические особенности детей из неполных семей // Карельский научный журнал. 2018. Т. 7. № 1 (22). С. 37-40

28. Быстрова Н.В., Хижная А.В., Емелина А.В., Сундеева М.О. Основные принципы функционирования и развития воспитательной системы общеобразовательной организации // Карельский научный журнал. 2017. Т. 6. № 4 (21). С. 25-28].
29. Уткин А. В., Шевченко К. В. Экосистемный подход в образовании: от метафоры к методологии и практике //Вестник Череповецкого государственного университета. – 2022. – №. 2 (107). – С. 175-189
30. Громыко Ю. В. и др. Школа как экосистема развивающихся детско-взрослых сообществ: деятельностный подход к проектированию школы будущего // Культурно-историческая психология. – 2020. – Т. 16. – №. 1. – С. 57-67
31. Ветчинова М. Н., Плаксина Н. В. Актуальные практики функционирования образовательных экосистем //Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. – 2023. – №. 1 (65). – С. 107-113
32. Белова Н. Н. Образ учителя как образ наставника в экосистеме современной школы: ракурс управленческого проекта//Шамовские чтения. – 2023. – С. 56-59
33. Сакилбаев М. Р., Джафаров Ю. Г., Нечаева К. Д. Умная школа – цифровая экосистема //Прикладная электродинамика, фотоника и живые системы-2022. – 2022. – С. 553-554
34. Р. Темплар. Правила самоорганизации: Как все успевать, не напрягаясь – Альпина нон-фикшн, 2017
35. Джессика Спенсер-Кейс, Павел Лукша, Джошуа Кубиста Образовательные экосистемы: возникающая практика для будущего образования – Издание Московской школы управления СКОЛКОВО и Global Education Futures © 2020



ҚОСЫМША

Қосымша 1





ЦИФРЛЫҚ ӘЛЕМДЕ ҚАУІПСІЗ ҚАДАМ

Алдын алу шарасы сынып сағаттарында ақпараттық қауіпсіздік, кибермәдениет, кибергиена, медиа сауаттылықты дамыту

ЕСІНДЕ БОЛСЫН!

- ✓ ЦИФРЛЫҚ ҚАУІПСІЗДІК – ЖОЛДАҒЫ БАҒДАРШАМ СИЯҚТЫ.
- ✓ ҚАЙ УАҚЫТТА, ҚАЛАЙ ӨРЕКЕТ ЕТУДІ БІЛУ МАҢЫЗДЫ.
- ✓ ӘРБІР ҚАДАМЫҢ ҮШІН ӨЗІҢ ҒАНА ЖАУАПТЫСЫҢ!






Цифрлық әлем бізді өзіне тартады, бірақ оның да шынайы өмірдегідей қауіпсіздік ережелері бар екенін ұмытпау керек.



Әлеуметтік желілердің артында кейде көлеңкелі, қауіпті тұстар жасырынып тұруы мүмкін.

Мәселен, хейтерлер мен тролльдер біреуді қорлап, ренжітеді, бейтаныс адамдар өздерін сенімді дос ретінде көрсетіп, сенімге кіруге тырысады.


Жалған ақпарат, қатыгез контенттер мен алаяқтық әрекеттер де жиі кездеседі



ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛІДЕ ҚАУІПСІЗДІК САҚТАУ ҮШІН 5 ҚАҒИДАНЫ ҰСТАН


АҚПАРАТТЫҢ ШЫНАЙЫЛЫҒЫН ТЕКСЕРМЕЙ ТАРАТПА!




**ЖАЛҒАН АҚПАРАТ ТАРАТСАҢ –
ЖАУАПКЕРШІЛІККЕ ТАРТЫЛАСЫҢ!**





АҚПАРАТ КӨЗДЕРІН ҮНЕМІ ТЕКСЕР !






**ҚАНДАЙ ДА БІР АҚПАРАТТЫ БӨЛІСПЕС
БҰРЫН ОНЫҢ ШЫНАЙЫЛЫҒЫНА КӨЗ
ЖЕТКІЗ!**








**ӘР АВАТАРДЫҢ АРТЫНДА
КӘДІМГІ АДАМ БАР, БІРАҚ ОЛ
АДАМДЫ МЕЙІРІМДІ, ЖАНАШЫР
ЖАН ДЕП ОЙЛАУ ҚАТЕЛІК БОЛУЫ
МҮМКІН**

**БАСҚАЛАРДЫҢ НАМЫСЫНА ТИЕТІН
ПІКІР ЖАЗУДАН АУЛАҚ БОЛ!**



**ЖЕЛІДЕГІ ӘРЕКЕТТЕРІМІЗ ШЫНАЙЫ
ӨМІРДЕГІДЕЙ ЖАУАПКЕРШІЛІККЕ ИЕ.**

ҮНЕМДІ ТҰТЫНУ

жадынамалар, нұсқаулықтар мен парақшалар арқылы суды, тамақты, энергияны және табиғи ресурстарды үнемді тұтынуды және іс-әрекет барысында табиғи ресурстарға (су, энергия және т.б.) ұқыпты қарауды қалыптастыру

- Энергия
- Су
- Табиғат



ТОЛЫҒЫРАҚ ТАНЫСУ ҮШІН



ҚР Оқу-ағарту министрлігі
Біртұтас тәрбие




Табиғат - біздің ортақ ҮЙІМІЗ, сақтау оны МІНДЕТІМІЗ!




ЭНЕРГИЯНЫ ҮНЕМДЕ

Энергияны үнемдеу арқылы планетамыздың болашағына үлес қосасың

СУДЫ ҮНЕМДЕ





ӘРБІР ТАМҒАН ТАМШЫ СУ МАҢЫЗДЫ, ТАМШЫ СУДЫ ҮНЕМДЕУ АРҚЫЛЫ ӨЗЕН, КӨЛ, ТЕҢІЗДІ САҚТАУҒА ҮЛЕС ҚОСАСЫҢ!

Буллингтен қорған!

Алдын алу шарасы

Бұл білім алушылардың басқалармен қарым-қатынас жасау, өз эмоцияларын басқару және қақтығыстық жағдайларды шешу дағдыларын дамытуға бағытталған тренингтер мен кейс-сессияларын мүдделі мемлекеттік органдармен бірлесіп өткізу ұсынылады.

ӨТКІЗУ ЖИІЛІГІ  ҚР ОМ №194 бұйрық 30.07.2024  2-қосымша



Буллингтің алдын алу үшін не істеуге болады?

Қауіпсіз және қолдаушы орта құру
Сыныпта ынтымақтастық орнату
Күнделікті өмірде әдеп нормаларын ұстануға баулу



Қауіпсіз және қолдаушы орта құру

Жағымды мектеп мәдениетін қалыптастыру
Оқушыларды мектеп өміріне белсенді қатыстыру
Ата-анамен сындарлы кері байланыс орнату
Білім беру процесіне қатысушылардың өзін-өзі ұстау әдебін реттейтін мінез-құлық ережелерін анықтау
Білім алушының тұлғалық өсуіне ықпал ететін орта құру



Сыныпта ынтымақтастық орнату

Өзара құрмет пен сыйластық қарым-қатынасты ынталандыру
Сенім мен өзара түсіністік қалыптастыратын іс-шараларға қатыстыру
Жауапкершілік пен командада жұмыс істеу дағдыларын қалыптастыру
Өзгенің пікірін, ұсынысын тыңдау
Тиімді коммуникация дағдыларын меңгерту



Күнделікті өмірде әдеп нормаларын ұстануға баулу

Өзіңіз әдептілік пен сыпайылықтың үлгісі болыңыз. Оқушылар сіздің әрекеттеріңізді байқап, соларды қайталайды
Әдеп нормалары мен олардың маңыздылығын түсіндіріңіз
Әдепсіз әрекеттер орын алса, оларды сабырлы түрде талқылап, дұрыс жолды көрсетіңіз
Әдептілік тәрбиесінде ата-аналар мен қоғам мүшелерінің қатысуын қамтамасыз етіңіз
Әдеп туралы кітаптар, видеолар немесе презентациялар арқылы ақпаратты қызықты етіңіз

«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» сабағының сілтемесі

№	Сабақ атауы	Материал сілтемелері
«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» 4 жас		
1.	«ЖЕДЕЛ ҚЫЗМЕТТЕРДІҢ ТЕЛЕФОН НӨМІРЛЕРІ»	https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-goryachih-linij https://orken-institutv.kz/ru/dashboard/cpsp-material/poleznye-materialy-cpsp https://www.youtube.com/watch?v=HBgZoMfOcIE&list=PLA5eCSY2FeoQFtmGao7lWQuIA-hK_6ODD&index=12
2.	«ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙ КЕЗІНДЕ ЖЕДЕЛ ҚЫЗМЕТТЕРГЕ ТЕЛЕФОН СОҒУ НҮСҚАУЛАРЫ»	https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-goryachih-linij https://orken-institutv.kz/ru/dashboard/cpsp-material/poleznye-materialy-cpsp https://orken-institutv.kz/ru/roditelyam https://www.youtube.com/watch?v=HBgZoMfOcIE&list=PLA5eCSY2FeoQFtmGao7lWQuIA-hK_6ODD&index=1
3.	«ТОПТАҒЫ ТӘРТІП ЕРЕЖЕЛЕРІ»	https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-goryachih-linij
4.	«ҮЙДІҢ МЕКЕНЖАЙЫН, АТА-АНАЛАРДЫҢ НӨМІРЛЕРІН ЖАТҚА БЛЕМІЗ»	https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-goryachih-linij
5.	«АБАЙЛАҢЫЗ, ТЕРЕЗЕ!»	https://www.youtube.com/watch?v=w4ZO1NXCI9E&list=PLA5eCSY2FeoQFtmGao7lWQuIA-hK_6ODD&index=1 https://orken-institutv.kz/ru/dashboard/cpsp-material/poleznye-materialy-cpsp
6.	«ҮЙДЕГІ ҚАУІПТІ ЗАТТАР»	https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-goryachih-linij
7.	«БӨТЕН АДАМ ЕСІК ҚАҚҚАНДА... ТАНЫМАЙТЫНАДАМҒА ЕСІК АШУҒА БОЛА МА?»	https://youtu.be/5sLJO6RBTE0?si=WF002pUrFSXM3Psc https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-goryachih-linij
8.	«КӨШЕДЕГІ БЕЙТАНЫС АДАМДАРДЫҢ ҰСЫНЫСТАРЫНА ҚАЛАЙ ЖАУАП БЕРУГЕ БОЛАДЫ»	https://www.youtube.com/watch?v=ho7aj-l1u3E&list=PLA5eCSY2FeoQFtmGao7lWQuIA-hK_6ODD&index=4 https://orken-institutv.kz/ru
9.	«ОЙЫН АЛАҢДАРЫНДА ТӘРТІП ЕРЕЖЕЛЕРІ»	https://youtu.be/6V3tSWZCpte?si=V-WrYZRhRjt5-la https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-goryachih-linij
10.	«ОЙЫН-САУЫҚ ОРЫНДАРЫНДА ЖӘНЕ КӨЛКТЕӨЗІН-ӨЗІ ҰСТАУ ЕРЕЖЕЛЕРІ»	https://www.youtube.com/watch?v=v35mrFKL1Sw&list=PLA5eCSY2FeoQFtmGao7lWQuIA-hK_6ODD&index=29 https://www.youtube.com/watch?v=VDTxhl7wPJE&list=PLA5eCSY2FeoQLLoc_S-IEuEG9KjOrJzvPM&index=4
«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» МЕКТЕПАЛДЫ (5 жас)		
11.	«ТӨТЕНШЕ ҚЫЗМЕТТЕРДІҢ ТЕЛЕФОН НӨМІРЛЕРІ»	https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-goryachih-linij https://orken-institutv.kz/ru/dashboard/cpsp-material/poleznye-materialy-cpsp https://www.youtube.com/watch?v=HBgZoMfOcIE&list=PLA5eCSY2FeoQFtmGao7lWQuIA-hK_6ODD&index=12
12.	«ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙЛАРДАҒЫ ҚОҢЫРАУ ШАЛУСЦЕНАРИЙЛЕРІ»	https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-goryachih-linij https://orken-institutv.kz/ru/dashboard/cpsp-material/poleznye-materialy-cpsp https://orken-institutv.kz/ru/roditelyam https://www.youtube.com/watch?v=HBgZoMfOcIE&list=PLA5eCSY2FeoQFtmGao7lWQuIA-hK_6ODD&index=1
13.	«ҰЙЫМДАСТЫРЫЛҒАН ІС-ӘРЕКЕТ КЕЗІНДЕГІ ТӘРТІП (ҚАУІПСІЗДІК) ЕРЕЖЕЛЕРІ»	https://youtu.be/UMVKB4sqULE?si=eXG4pVrj6lVX9uBh https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-goryachih-linij
14.	«ЛИФТ (ЖЕДЕЛ САТЫ) ПЕН КІРЕБЕРІСТЕГІ (ПОДЪЕЗД) ТӘРТІП ЕРЕЖЕЛЕРІ»	https://www.youtube.com/watch?v=3B0fLh5HPR0&list=PLA5eCSY2FeoQFtmGao7lWQuIA-hK_6ODD&index=3
15.	«КӨШЕДЕГІ ҚАУІПТІ ОРЫНДАР» (АШЫҚ ҚҰДЫҚТАР, ҚАҢЫРАП ҚАЛҒАН ҒИМАРАТТАР, СЕПТИКТЕР, ҚҰРЫЛЫС АЛАҢДАРЫ, ГАРАЖДАР)	https://youtu.be/oCPp_7Rbrao?si=9T6S-ouQesjEBGSc https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-goryachih-linij

16.	«ҮЙДЕГІ ҚАУШПІ ЗАТТАР» (ДӘРІЛЕР, СҮЙІҚТЫҚТАР, ГАЗ БАЛЛОНДАРЫ)	https://youtu.be/topPwzQFQIE?si=3xsiXpAbNDcb8zRp https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-gorvachih-linij
17.	«МЕН АДАСЫП КЕТКЕН ЖАҒДАЙҒА 5 ҚАРАПАЙЫМ КЕҢЕС»	https://youtu.be/8rz3wsHhc0Y?si=ZHH-0Nn_TgQAIb91 https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-gorvachih-linij
18.	«МЕН АДАСЫП КЕТКЕНДЕГІ 5 ҚАРАПАЙЫМ КЕҢЕС»	https://www.youtube.com/watch?v=ho7ai-1lu3E&list=PLA5eCSY2FeoOFtmGao7lWOUlA-hK_6ODD&index=4
19.	«ҚАУПСІЗ АТТРАКЦИОНДАР. ОЙЫН-САУЫҚСАЯБАҒЫНДА ҚАЛАЙ ӨРЕКЕТ ЕТУ КЕРЕК?»	https://youtu.be/JkUvKopOdII?si=MRDSeGqaOjipP7Xr
20.	«СЫРТТА ОЙЫН КЕЗІНДЕГІ ТӨРТП ЕРЕЖЕЛЕРІ»	https://youtu.be/oCpP_7Rbrao?si=uKafRwZFLxKKeNJ
«ЖЕКЕ ҚАУПСІЗДІК» ТАҚЫРЫБЫНДАҒЫ САБАҚТАР 1 - СЫНЫП		
21.	№ 1-САБАҚ «ЖЕДЕЛ ҚЫЗМЕТ НӨМІРЛЕРІ. ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙТУЫНДАҒАН КЕЗДЕ ЖЕДЕЛ ҚЫЗМЕТТЕРГЕ ҚОҢЫРАУ ШАЛУ СЦЕНАРИЙЛЕРІ».	https://www.youtube.com/watch?v=fyfkEuHSilc&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=5 https://www.youtube.com/watch?v=hH_WhoDXIzU&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=25
22.	№ 2-САБАҚ «ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙ ТУЫНДАҒАН КЕЗДЕ ЖЕДЕЛ ҚЫЗМЕТТЕРГЕ ҚОҢЫРАУ ШАЛУ СЦЕНАРИЙЛЕРІ»	https://www.youtube.com/watch?v=fyfkEuHSilc&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=5 https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-gorvachih-linij
23.	№ 3 – САБАҚ «ЕСІКТІ ҚАҒУ. ҚАУШПІ ҚАЛАЙ ТАЛУҒА БОЛАДЫ?»	https://www.youtube.com/watch?v=hftM9vB25r4&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=36 https://orken-institutv.kz/ru/telefonv-gorvachih-linij
24.	№ 4 – САБАҚ «ОЙЫНШЫҚТАРДЫ ҚАУПСІЗ ПАЙДАЛАНУ ЕРЕЖЕЛЕРІ».	https://www.youtube.com/watch?v=DY3DRxWokn8&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=28 https://www.youtube.com/watch?v=qR_tCZJhRgg&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=29 https://www.youtube.com/watch?v=eAuWMVuaBbU&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=34
25.	№ 5 – САБАҚ «ЕГЕР БЕЙТАНЫС АДАМ КӨШЕДЕ КӨМЕК СҰРАСА?»	https://www.youtube.com/watch?v=hftM9vB25r4&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=36
26.	№ 6 – САБАҚ: «ДҮКЕНГЕ АЛҒАШҚЫ РЕТ ӨЗІНІҢ БАРУЫ»	https://www.youtube.com/watch?v=NCnr6WmrZ4o&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=14 https://www.youtube.com/watch?v=hftM9vB25r4&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=36
27.	№7 – САБАҚ: «БІРІКТИРУГЕ БОЛМАЙТЫН ӨНІМДЕРДІҢ КОМБИНАЦИЯСЫ»	https://www.youtube.com/watch?v=msixTQaX8hQ
28.	№ 8 – САБАҚ «АТА-АНАЛАРМЕН ҚҰПИЯ СӨЗ»	https://www.youtube.com/watch?v=NCnr6WmrZ4o&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=14
29.	№ 9 – САБАҚ. «ЖАСАНДЫ ИНТЕЛЛЕКТ МҮМКІНДІКТЕРІ. АТА-АНАЛАРДЫҢ ДАУЫСТАРЫМЕН ҚОҢЫРАУ ШАЛУ»	https://youtu.be/h0fIWu0k50E?si=F099L9sBK25QoitB
30.	№10 – САБАҚ. «СУ ҚОЙМАЛАРЫНДАҒЫ ҚАУШТЕР»	https://www.youtube.com/watch?v=VjlbO0uHIA&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=3
«ЖЕКЕ ҚАУПСІЗДІК» ТАҚЫРЫБЫНДАҒЫ САБАҚТАР 2 сынып		

31.	№1- САБАҚ «ТӨТЕНШЕ НӨМІРЛЕР»	https://www.youtube.com/watch?v=5HMT3ielKFc
32.	№2 - САБАҚ «ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙ ТУЫНДАҒАН КЕЗДЕ ЖЕДЕЛҚЫЗМЕТТЕРГЕ ҚОҢЫРАУ ШАЛУ СЦЕНАРИЙЛЕРІ»	https://www.youtube.com/watch?v=fyfkEuHSiIc&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=5
33.	№3 - САБАҚ «ДОСЫҢЫЗДЫ ҚОРЛАСА НЕ ІСТЕУ КЕРЕК?»	https://youtu.be/AdGoe5qeIco
34.	№4 - САБАҚ «МҮЗДАҒЫ ҚАУШТЕР»	https://youtu.be/ISV3liXdcOU?si=M7QN8NxhtC7KXnzy
35.	№ 5 - САБАҚ «5 СЕКУНД» ЕРЕЖЕСІ, БЕЙТАНЫС АДАММЕН ДИАЛОГТЫ ҚАЛАЙ ДҰРЫС ҚҰРУҒА БОЛАДЫ?»	https://www.youtube.com/watch?v=hftM9vB25r4&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=36
	№ 6 - САБАҚ «ЖЕЛІДЕГІ ҚАУШПТИ ТАНЫСУ»	https://www.youtube.com/watch?v=NqucKl6ozNg
36.	№ 7 - САБАҚ «СУПЕРМАРКЕТТЕ ӨНІМДЕРДІ ТАҢДАУ ЕРЕЖЕЛЕРІ»	https://youtu.be/Zm_XMz91Nj8?si=-5BOpyehY9iRgTeQ
37.	№ 8 - САБАҚ «ЕГЕР МЕН ЖАБАЙЫ ЖАНУАРЛАРДЫ КЕЗДЕСТІРСЕМ ШЕ?»	https://www.youtube.com/watch?v=9xvc5vSjIXU&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=27
38.	№ 9 - САБАҚ «ҮЙДЕГІ ОЙЫН: ҚАУПСІЗДІК ШАРАЛАРЫН САҚТАУ»	https://youtu.be/42UvCY2PlcI?si=O9mL2qdzs5b06Q9z
39.	№ 10 - САБАҚ «ЖАЗҒЫ ДЕМАЛЫС КЕЗІНДЕГІ МІНЕЗ- ҚҰЛЫҚЕРЕЖЕЛЕРІ»	https://www.youtube.com/watch?v=hH_WhoDXIzU&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=25 https://www.youtube.com/watch?v=eAuWMVuaBbU&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=34
«ЖЕКЕ ҚАУПСІЗДІК» ТАҚЫРЫБЫНДАҒЫ САБАҚТАР» 3 сынып		
40.	1- сабақ: «ШҰҒЫЛ ҚЫЗМЕТ НӨМІРЛЕРІ»	https://www.youtube.com/watch?v=fyfkEuHSiIc&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=5
41.	2- сабақ: «ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙ КЕЗІНДЕГІ ШҰҒЫЛҚЫЗМЕТТІ ШАҚЫРУ, ҚОҢЫРАУ СКРИПТЕРІ»	https://www.youtube.com/watch?v=fyfkEuHSiIc&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=5
42.	3- сабақ: «НЕ ЖӨНІНДЕ ҮНДЕМЕЙ ҚАЛУҒА ЖӘНЕ АТА-АНАЛАРДАН ЖАСЫРУҒА БОЛМАЙДЫ?»	https://youtu.be/AdGoe5qeIco
43.	4- сабақ: «ҚАЛАЙ ӨЗ-ӨЗІНДІ ҚАУПСІЗ ҚОРҒАУҒА БОЛАДЫ?»	https://youtu.be/Br6Nbzxi6g?si=h3-PR84Bhvu7_HeY
44.	5- сабақ: «БЕЙТАНЫС АДАМДАРДЫҢ ҚҰЛЫҚТАРЫ»	https://www.youtube.com/watch?v=hftM9vB25r4&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=36
45.	6- сабақ: «ВИРТУАЛДЫ ДОСТАРДАН БОЛАТЫН ҚАУШПЕН ҚАЛАЙ САҚТАНУҒА БОЛАДЫ?»	https://www.youtube.com/watch?v=dzFeWkUBOak&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=10
46.	7 сабақ: «КҮДІКТІ ЗАТТАР АНЫҚТАЛҒАНДА ЖАСАЛАТЫН 5 ҚАДАМ»	https://www.youtube.com/watch?v=CiucCpDxhZA&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM

47.	8- сабақ: «АТА-АНАЛАРДЫҢ БАҚЫЛАУЫ» БАҒДАРЛАМАСЫ БАЛАЛАР ҮШІН ЖЕҢІЛДІКТЕР	https://youtu.be/QO-rBfC4lcY?si=X7m7VIXa6f3fRjfg
48.	9- сабақ: «ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛДЕГІ ҚАУІПТІ ОЙЫНДАР»	https://www.youtube.com/watch?v=u3PvSbPiNvo&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=8
49.	10- сабақ: «ТАБИҒАТ АЯСЫНДАҒЫ ҚАУІПСІЗДІК ЕРЕЖЕЛЕРІ»	https://youtu.be/fqSa28dI6KM
«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» ТАҚЫРЫБЫНДАҒЫ САБАҚТАР 4-сынып		
50.	1- сабақ: «ШҰҒЫЛ ҚЫЗМЕТ НОМЕРЛЕРІ»	https://www.youtube.com/watch?v=fyfkEuHSiIc&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=5
51.	2- сабақ: «ТЖ БОЛҒАН КЕЗДЕ ХАБАРЛАСАТЫН АРНАУЛЫҚЫЗМЕТКЕ ҚОҢЫРАУ СКРИПТЕРІ»	https://www.youtube.com/watch?v=fyfkEuHSiIc&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=5
52.	3- сабақ: «ҚҰПИЯ СӨЗ - СІЗДІҢ ОТБАСЫЛЫҚ ПАРОЛҢИЗ»	https://youtu.be/8rz3wsHhc0Y?si=rP-qFZQQiq3UWV8Z
53.	4- сабақ: «КӨШЕ ИТТЕРІН КЕЗДЕСТІРСЕҢ»	https://www.youtube.com/watch?v=GggchmwkYFs
54.	5- сабақ: «БЕЙТАНЫС АДАМҒА КӨМЕК КӨРСЕТУГЕ БОЛАМА?»	https://www.youtube.com/watch?v=hftM9vB25r4&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=36
55.	6 - сабақ: «ҒАЛАМТОР МЕН МЕССЕНДЖЕРЛЕРДЕГІ ҚАУІПТІ СИТЕМЕЛЕР»	https://www.youtube.com/watch?v=u3PvSbPiNvo&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=8
56.	7 - сабақ: «ТАМАҚПЕН ЭКСПЕРИМЕНТ ЖАСАУДАҒЫ ҚАУІП»	https://youtu.be/jYGQOCa2JM?si=sVmJrYS06iKba6mg https://youtu.be/FgLou94O9RQ?si=gAgjLQwPYw65mlfI
57.	8 - сабақ: «ТАБИҒАТ АЯСЫНДАҒЫ ДЕМАЛЫСҚА ҚАЛАЙДАЙЫНДАЛУ КЕРЕК	https://youtu.be/fqSa28dI6KM?si=8dmlBrieThknfOah https://youtu.be/sKT-1ot7paY?si=ssBtHSfgosm-VZN
58.	9 - сабақ: «ҮЙДЕГІ ОЙЫНДАР: ҚАУІПСІЗДІК ШАРАЛАРЫНСАҚТАЙМЫЗ»	https://youtu.be/34qqqO1eH9M?si=CBBwZ_j2IOfvMVdh
59.	10 - сабақ: «КӨШЕДЕГІ ҚАУІПСІЗ ОЙЫНДАР»	https://www.youtube.com/watch?v=nIVbqv9_Da8&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=23 https://youtu.be/NCnr6WmrZ4o?si=edmNbVlfgFrLJNjm
«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» ТАҚЫРЫБЫНДАҒЫ САБАҚТАР 5 СЫНЫП		
60.	1 - сабақ: «ТӨТЕНШЕ НӨМІРЛЕР»	https://www.youtube.com/watch?v=fyfkEuHSiIc&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=5
61.	2 - сабақ: «МЕКТЕПТЕГІ ҚАУІПСІЗДІК ЕРЕЖЕЛЕРІ»	https://drive.google.com/drive/folders/1i5ehiRqo_OTDxnMB2_YjzAUwS7gBhBo
62.	3 - сабақ: «ҮЙГЕ ҚАУІПСІЗ ОРАЛУ: ҚОЛАЙСЫЗ АУА-РАЙЫНДА НЕ ІСТЕУ КЕРЕК?»	https://youtu.be/sKT-1ot7paY?si=qHTSwREIZhVgz900 https://youtu.be/NCnr6WmrZ4o?si=h9Q4BsCE_qoZagCi
63.	4 - сабақ: «ҚАҚТЫҒЫС ЖАҒДАЙЫНДАҒЫ ҚАРАПАЙЫМҚАДАМДАР»	https://youtu.be/RCA_wFW-mSo?si=KDrq73ETmvPJat6H https://www.youtube.com/watch?v=KTxqDfaQAVE&list=PLA5eCSY2FeoQLLo_cS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=16

64.	5 - сабақ: «ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛІЛЕР: НЕГІЗГІ ҚАУІПСІЗДІК ЕРЕЖЕЛЕРІ»	https://www.youtube.com/watch?v=u3PvSbPiNvo&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=8 https://youtu.be/u3PvSbPiNvo?si=05cNMvRk0lIX168w
65.	6 - сабақ: «ҚАУІПТІ СЫНАҚТАР (ЧЕЛЛЕНДЖЕР)»	https://orken-institut.kz/ru/telefony-goryachih-linij https://orken-institut.kz/ru/dashboard/cpsp-material/poleznye-materialy-cpsp https://www.youtube.com/watch?v=Wvt8Zxf48is https://www.youtube.com/watch?v=u3PvSbPiNvo&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=8
66.	7 - сабақ: «КӨШЕДЕГІ ҚАУІПТІ ЗАТТАРДАН ҚАЛАЙ АУЛАҚ БОЛУҒА БОЛАДЫ?»	https://www.youtube.com/watch?v=r44vj0cTO9c https://www.youtube.com/watch?v=CIucCpDxhZA&list=PLA5eCSY2FeoQLLo cS-IEuEG9KjOrJzvPM
67.	8 - сабақ: «ҚАУІПСІЗ АШЫҚ ОЙЫН АЛАҢЫНЫҢ ЕРЕЖЕЛЕРІ»	https://orken-institut.kz/ru/telefony-goryachih-linij https://orken-institut.kz/ru/dashboard/cpsp-material/poleznye-materialy-cpsp https://youtu.be/8rz3wsHhc0Y?si=gM_6ok5B2tqAdkJw
68.	9 - сабақ: «ДЕНСАУЛЫҚТЫ САҚТАЙТЫН ӘДЕТТЕР»	https://youtu.be/sXN8vhXzEz8?si=Vc_teoFhifClwsCc https://www.youtube.com/watch?v=jWklhxwlmA
69.	10 - сабақ: «БЕЙТАНЫС АДАМНЫҢ ШАҚЫРУЫНАН ҚАЛАЙСЕНІМДІ ЖӘНЕ ҚАУІПСІЗ БАС ТARTУҒА БОЛАДЫ?»	https://www.youtube.com/watch?v=JkUvKopOdII https://youtu.be/JkUvKopOdII?si=HfpLqdP0EEGGPuI1
«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» ТАҚЫРЫБЫНДАҒЫ САБАҚТАР 6 сынып		
70.	1 - сабақ: «ЖЕДЕЛ ҚЫЗМЕТ НӨМІРЛЕРІ»	https://orken-institut.kz/ru/telefony-goryachih-linij https://youtu.be/XN1hCSucuqQ?si=d0QrF19ysiUOu2dn https://youtu.be/yIMqOnk_eq4?si=zzekmQUmfe_7ldVC
71.	2 - сабақ: «КӨШЕДЕГІ ҚАУІПТІ НЫСАНДАРДАН ҚАЛАЙ АУЛАҚ БОЛУҒА БОЛАДЫ? (ФОНТАН)»	https://www.youtube.com/watch?v=NCnr6WmrZ4o&list=PLA5eCSY2FeoQLLo cS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=14 https://www.youtube.com/watch?v=yIMqOnk_eq4&list=PLA5eCSY2FeoQLLocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=19
72.	3 - сабақ: «СІЗДІҢ ЖЕКЕ ДЕРЕКТЕРІҢІЗ ЖӘНЕ ОЛАРДЫҚАЛАЙ ҚОРҒАУҒА БОЛАДЫ?»	https://www.youtube.com/watch?v=NHWYVVBHch4&list=PLA5eCSY2FeoQL LocS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=24 https://www.youtube.com/watch?v=3Ju1hLEqHoM&list=PLA5eCSY2FeoQLLo cS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=33
73.	4 - сабақ: «КИБЕРБУЛЛИНГТІҢ БЕЛГІЛЕРІ. ҚАЛАЙ ЕРТЕТАНУҒА ЖӘНЕ ӨЗІҢІЗДІ ҚОРҒАУҒА КӨМЕКТЕСУГЕ БОЛАДЫ?»	https://www.youtube.com/watch?v=dzFeWkUBOak&list=PLA5eCSY2FeoQLLo cS-IEuEG9KjOrJzvPM&index=10
74.	5 - сабақ: «ЗИЯҢДЫ БАҒДАРЛАМА. ҚАУІПТІ ҚАЛАЙ ТАҢУҒА БОЛАДЫ?»	https://youtu.be/cjdbUFFhT78?si=23tJ5rWe0iaQ3pq https://youtu.be/4NbBJW7-x-4?si=4cTLCGhn96NHlrBg
75.	6 - сабақ: «НЕЛІКТЕН АТА-АНАҢМЕН ӨЗ ТӘЖІРІБЕҢМЕН БӨЛІСУ МАҢЫЗДЫ?»	https://youtu.be/uNxu6ejOvsY?si=BjmlJzHQeiTZXomJ
76.	7 - сабақ: «БАССЕЙІНДЕГІ НЕМЕСЕ СУДАҒЫ ЖАРАҚАТТАР МЕН КЕЗДЕЙСОҚ ОҚИҒАЛАРДЫ ҚАЛАЙ БОЛДЫРМАУҒА БОЛАДЫ?»	https://youtu.be/jINARbG1LaM?si=d_6Zx602rzZR-9Ag
77.	8 - сабақ: «МҰЗДАҒЫ ҚАУІПСІЗДІК»	https://youtu.be/xauwY-Wnhj4?si=v31EyFvVoOCn-a0N
78.	9 - сабақ: «ХАЛЫҚАРАЛЫҚ КӨМЕК КӨРСЕТУ БЕЛГІЛЕРІ»	https://youtu.be/Is8ZVr8Shtw?si=jTPGxiPDO_CIM5cr
79.	10 - сабақ: «ЖАСАҢДЫ ИНТЕЛЛЕКТ, ОҒАН СӨЗСІЗ СЕНУКЕРЕК ПЕ?»	https://youtu.be/cHITBit1Pbo?si=87b0BDZRIgwdqNvm
«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» ТАҚЫРЫБЫНДАҒЫ САБАҚТАР 7 сынып		
80.	1 - сабақ: ЖЕДЕЛ ЖӨРДЕМ НӨМІРЛЕРІ ЖӘНЕ СЕНІМТЕЛЕФОНДАРЫ	https://drive.google.com/file/d/1-DK6vY097pSASztikb14JKDX2cg0CFc/view https://drive.google.com/file/d/1f-XnffNgrplQsC-G4-xKaT5m89kWBz85/view
81.	2 - сабақ: БЕЙТАНЫС АДАМДАРМЕН ҚАРЫМ-ҚАТЫНАС КЕЗІНДЕГІ ҚАУІПТІ	https://youtu.be/4NbBJW7-x-4?si=RsSrH1_tjgcxChy-

		СИГНАЛДАР	
82.		3 - сабақ: «ЦИФРЛЫҚ ДИЕТА» ЧЕЛЛЕНДЖИ: ГАДЖЕТТЕРДЕНҚЫСҚА УАҚЫТҚА БАС ТАРТУ СІЗГЕ ҚАЛАЙ ӨСЕР ЕТЕДІ?	https://youtu.be/jWklxwXmA?si=3s9JkNCO7aJQIbk
83.		4 - сабақ: КИБЕРБУЛЛИНГТИҢ ТҮРЛЕРІ. ӨР АДАМНЫҢ ҚАУПСІЗДІГІ НЕДЕ ЖӘНЕ СІЗДІҢ ӨРЕКЕТТЕРІҢІЗДІҢ АЛГОРИТМІ ҚАНДАЙ БОЛУЫ КЕРЕК	https://youtu.be/T1uPIZeHCGE?si=jMirGbK0tkmRDnhw https://youtu.be/X_Zqhc3u_sQ?si=P6BPkEt-swfEaL5N
84.		5 - сабақ: ҚИЫН ЖАҒДАЙЛАРДА АТА- АНАЛАРҒА СЕНУ НЕГЕМАҢЫЗДЫ?	https://youtu.be/5PIDBvWOuSI?si=hgUP36wzrkFclr6u
85.		6 - сабақ: ЖЕЛІДЕГІ ҚАУІПТІ ХОББИ (ТРЕШ- СТРИМ)	https://youtu.be/CzNjRdhY65E?si=d3gFGZMzS2jibUq
86.		7 - сабақ: СУДАҒЫ ҚАУІПТІ ЖАҒДАЙЛАРДЫ ҚАЛАЙ ТАНУҒА ЖӘНЕ СУДАҒЫ ЖАЗАТАЙЫМ ОҚИҒАЛАРДЫҢ ҚАЛАЙ АЛДЫН АЛУҒА БОЛАДЫ	https://youtu.be/VGA4vZjQQVY?si=2-Xw3HhEk6xkl-tS https://youtu.be/VcAeJc2rsec?si=WgZerODSzz1IuUcJ
87.		8 - сабақ: ӨЗІҢІЗГЕ ЖӘНЕ АЙНАЛАҢЫЗДАҒЫЛАРҒА ҚАУІПСІЗ ВЕЛОСИПЕД ТЕБУДІ ҚАЛАЙ ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУГЕ БОЛАДЫ	https://youtu.be/oCpP_7Rbrao?si=damxReJ8_owPPLoc
88.		9 - сабақ: ҚИЫН КЕЗЕҢДЕРДЕГІ ДОСТЫҚ: ЖАНЖАЛДАДОСЫҢЫЗҒА ҚАЛАЙ ҚАУІПСІЗ КӨМЕКТЕСУГЕ БОЛАДЫ	https://youtu.be/gH3zqZPR4EQ?si=H7eTrJ2yuPe8MSHX
89.		10 - сабақ: МЕНИҢ НЕГІЗГІ ҚҰҚЫҚТАРЫМ МЕН МІНДЕТТЕРІМ	https://youtu.be/JIwsVsEjArI?si=xbL7GHdhPNRspR1K
«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» ТАҚЫРЫБЫНДАҒЫ САБАҚТАР 8 сынып			
90.		1 - сабақ: ЖЕДЕЛ ЖӘРДЕМ НӨМІРЛЕРІ ЖӘНЕ СЕНИМТЕЛЕФОНДАРЫ	https://drive.google.com/file/d/1f-XnFFNgrpIQsC-G4-xKAt5m89kWBz85/view https://youtu.be/HBgZoMfOcIE?si=EZJu9AyOvXc6UNRO
91.		2 - сабақ: САЯХАТ КЕЗІНДЕГІ ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙЛАР (ӨРТ, ЖЕР СІЛКІНІСІ, СУ ТАСҚЫНЫ)	https://drive.google.com/file/d/19wpRcA_4fC0LL70xswitJ7bs0-7zZIBq/view https://drive.google.com/file/d/1Evig09Ds3VRYA6K5uSMFkNUqjpkj9abH/view https://youtu.be/HBgZoMfOcIE?si=EZJu9AyOvXc6UNRO
92.		3 - сабақ: ЖЕЛІДЕГІ ЖАС ШЕКТЕУЛЕРІ ЖӘНЕ ОЛАР НЕ ҮШІН ҚАЖЕТ.	https://drive.google.com/file/d/1QhtZ08sQxyrDgM4Q6YhuhN9dHZ_5OPK1/view https://youtu.be/9-2FDWjemLY?si=k3hCv2yT-jLKGDFR
93.		4 - сабақ: МЕНИҢ ҚАНДАЙ ҚҰҚЫҒЫМ БАР?	https://drive.google.com/file/d/1wmwTmP3kzXagil-u_QHoy6a-GAs3IAh/view https://youtu.be/nuFxFgnJUWGe?si=VrnUmbx2IXXfcY2S
94.		5 - сабақ: ӨЗІҢІЗ ТУРАЛЫ ЖЕКЕ АҚПАРАТТЫ БЕРУ ҚАУІП	https://drive.google.com/file/d/1ou77LrAHJzoiQmPW6LvJzm2jflG6F_S8/view https://drive.google.com/file/d/1z6xgMbwEic9wWH-746SVO8BT0UEG3aj/view https://youtu.be/aXHFFLadiSg?si=xatjhG-9vN3pN2MH
95.		6 - сабақ: КИБЕРБУЛЛИНГТИҢ РӨЛДІК ҚҰРЫЛЫМЫ. ЕГЕР СІЗҚАТЫСУШЫ БОЛСАҢЫЗ НЕ ІСТЕУ КЕРЕК. ӨЗІҢІЗГЕ АЛҒАШҚЫ КӨМЕК	https://youtu.be/E_Q2rB3ltmY?si=CNja5zILw6x5AdM0 https://drive.google.com/file/d/1DluC3Fgtsn8XaN562n9SbClbXgbu7qNJ/view
96.		7 - сабақ: ҚАУІПТІ ЖӘНЕ БОЛЖАНБАЙТЫН ЖАҒДАЙЛАРДАН, ЗИЯНСЫЗ ӨЗІЛДЕР МЕН ҰСЫНЫСТАРДЫ ҚАЛАЙ АЖЫРАТУҒА БОЛАДЫ	https://drive.google.com/file/d/1nEzIuDh1T7LFYC9M3R6p2bDPA2jAEsn-/view https://drive.google.com/file/d/1AAad82H9CjMQEqBSg3o1qB98wchbGK3g/view https://youtu.be/E_Q2rB3ltmY?si=CNja5zILw6x5AdM0
97.		8 - сабақ: АТА-АНАМЕН ЖӘНЕ СЕНИМДІ ЕРЕСЕКТЕРМЕН ҚАУІПСІЗДІК МӘСЕЛелЕРІН ҚАЛАЙ АШЫҚ ТАЛҚЫЛАУҒА БОЛАДЫ	https://drive.google.com/file/d/12NSOeb_KoV5gNaqUIVbcOKSxrwLPugFs/view https://drive.google.com/file/d/1v4eFD6HloxIFFXWJpzmzgaYwgTu9YImUo/view https://youtu.be/yFyxvbAvK_g?si=cof2b0wVMXfer7pK
98.		9 - сабақ: КҮМӘНДІ ЖАҒДАЙДА САЛАУАТТЫ ЖӘНЕ ҚАУІПСІЗ ӨМІРГЕ АПАРАТЫН ЖОЛ	https://youtu.be/4uXM5dFfZB0?si=J3dXFk3UEJ5XSYP5 https://drive.google.com/file/d/1DrRhea8PtwPEG35cxaHw9a_tYYAT4-2O/view https://youtu.be/4uXM5dFfZB0?si=J3dXFk3UEJ5XSYP5 https://drive.google.com/file/d/1DrRhea8PtwPEG35cxaHw9a_tYYAT4-2O/view https://drive.google.com/file/d/15ssJDHQCgHKK9_HflByskNjBSzhPzROJ/view

99.	10 - сабақ: ҚАУШПТІ СЕЛФИ	https://drive.google.com/file/d/1jSm1O2QoXrrzLrd4C6h8oYv3s48nF3qA/view https://drive.google.com/file/d/15wlhVJPv1Bgk8thYFMP3qiCmOBIJBhZk/view https://youtu.be/HTtDyhgkdYM?si=YeXP9miKaEjF1QZv
«ЖЕКЕ ҚАУШСІЗДІК» ТАҚЫРЫБЫНДАҒЫ САБАҚТАР 9 сынып		
100.	1 - сабақ: ЖЕДЕЛ ЖӘРДЕМ НӨМІРЛЕРІ ЖӘНЕ СЕНІМТЕЛЕФОНДАРЫ	https://youtu.be/qfY3NzKvrmw?si=Ie_ekiYUXRV_qDPC https://drive.google.com/file/d/1ldrvjxl07j4TqE8wwixxlnqe_1WxqHsl/view https://drive.google.com/file/d/1xdSM-qHslvaEDkx6mFG-xVdi75O63EbU/view
101.	2 - сабақ: ҚАУШПТІ ХОББИ ЖӘНЕ СЕРУЕНДЕУ ОРЫНДАРЫ	https://drive.google.com/file/d/1alWN8U2OxJLUEaa3zxd0Ls94PppiMof/view https://drive.google.com/file/d/1rJTUrgLk4rS4sPyqdBCEbG94uh58A77/view
102.	3 - сабақ: ЖАНЖАЛДЫҢ НӘТИЖЕСІ ҮШІН ЖАУАПКЕРШІЛІК	https://youtu.be/gH3zqZPR4EQ?si=t4BxnmuvyQ8xmGGc https://drive.google.com/file/d/1cve7u4yQMv7X10ykhDOsKp3hWk-1qEtr/view
103.	4 - сабақ: АТА-АНАЛАРҒА ДЕГЕН СЕНІМ ӨМІРДЕ МАҢЫЗДЫ ШЕШІМДЕР ҚАБЫЛДАУҒА ҚАЛАЙ ӘСЕР ЕТЕДІ	https://youtu.be/j0RlavlbuE?si=c-XLeTgcAdaJw0Q5 https://youtu.be/QO-rBfC4lcY?si=rvVYWNFO9VyADjB2 https://youtu.be/j0RlavlbuE?si=EdExSDVi9ATiO32W
104.	5 - сабақ: ЕГЕР СІЗ ЖЕЛДЕ ҚОРҚЫТУҒА ТАП БОЛСАҢЫЗ	https://youtu.be/WJVphA2LxeM?si=Fe-FEU7O0wyR4ckg https://drive.google.com/file/d/1f_2fM6UoVvFFSEMEJ-CJZ3_8CMdAWLWM/view https://drive.google.com/file/d/1e-ZH8hgCevvXG9hWpEwoN8fWx21IRK_W/view
105.	6 - сабақ: ЖЕЛДЕГІ ФЕЙКТЕР ҮШІН ЖАУАПКЕРШІЛІК	https://youtu.be/bfdMQ3OBxy8?si=fDLiEXOK-ubcE-32 https://drive.google.com/file/d/1zr0xk3YY5XJuddXYQM36oZSvFRfItux5/view
106.	7 - сабақ: ИЯН КЕЛТІРУІ МҮМКІН ҰСЫНЫСТАРДЫ НАҚТЫ ЖӘНЕ БАТЫЛ ТҮРДЕ ҚАБЫЛДАМАУДЫ ҚАЛАЙ ҮЙРЕНУГЕ БОЛАДЫ	https://youtu.be/BCAA6q-DBnc?si=HAIv_12MG2aVUEP https://drive.google.com/file/d/1zr0xk3YY5XJuddXYQM36oZSvFRfItux5/view https://drive.google.com/file/d/1PIp-x-SgLiM7NkIeNkE_om9i3Ud8WbP/view
107.	8 - сабақ: КҮМӨНДІ ЖАҒДАЙЛАРДА АЗҒЫРУДЫ ҚАЛАЙЖЕНУГЕ ЖӘНЕ ДҰРЫС ТАҢДАУ ЖАСАУҒА БОЛАДЫ	https://youtu.be/Id9J0pMDoyo?si=RhbRjzw4ZUGdHjKP https://drive.google.com/file/d/1iIWxFyY_kppZvVOfv9JC-4kM0AiiIGt/view
108.	9 - сабақ: ЖАСӨСПІМ ЖӘНЕ ЕҢБЕК ҚАТЫНАСТАРЫ	https://youtu.be/UemLbhBjDLg?si=XBST5oEB2ZKY9uA https://drive.google.com/file/d/1LfkYbutUBJZz-Z8Pfl0YWH39FaQWGEKI/view https://drive.google.com/file/d/1kCDJjSxctHcbpmvKdpYhADL0AApMIL4/view
109.	10 - сабақ: КӨМЕЛЕТКЕ ТОЛМАҒАН БАЛА ЗАҢДЫ ЖАУАПКЕРШІЛІККЕ ТАРТЫЛУЫ МҮМКІН БЕ?	https://youtu.be/UemLbhBjDLg?si=XBST5oEB2ZKY9uA https://drive.google.com/file/d/1LfkYbutUBJZz-Z8Pfl0YWH39FaQWGEKI/view https://drive.google.com/file/d/1kCDJjSxctHcbpmvKdpYhADL0AApMIL4/view
«ЖЕКЕ ҚАУШСІЗДІК» ТАҚЫРЫБЫНДАҒЫ САБАҚТАР 10 сынып		
110.	1 - сабақ: «ЖЕДЕЛ ҚЫЗМЕТ ТЕЛЕФОН НӨМІРЛЕРІ»	https://youtu.be/d_23wEdBeoA?si=mQEc9TJ2ivUtVspG https://orken-institut.kz/kz/telefon-y-gorvachih-linijhttps://egov.kz/cms/kk/articles/emergency_situations/emergency_number_112
111.	2 - сабақ: «ӨЗ ҚҰҚЫҚТАРЫҢЫЗ БЕН МІНДЕТТЕРІҢІЗДІ БЛУ ҚҰҚЫҚБҰЗУШЫЛЫҚТАРДАН АУЛАҚ БОЛУҒА ҚАЛАЙ КӨМЕКТЕСЕДІ?»	https://youtu.be/JlwsVsEjArl?si=mnyX6siV55UTkvvt
112.	3 - сабақ: «ТАБЫСТЫҢ КҮМӨНДІ ТҮРЛЕРІ. ҚАЛАЙАЛАЯҚТАРДЫҢ ТҮЗАҒЫНА ТҮСПЕУГЕ БОЛАДЫ?»	https://youtu.be/t68mPSKGb2A?si=9GUGpTyP3xA_TLnk https://youtu.be/jV2wZHGjA18
113.	4 - сабақ: «БЕЙТАНЫС АДАМДАРҒА ЖЕКЕ ФОТОСУРЕТТЕРДЖІБЕРУ ҚАУШ»	https://youtu.be/DFhYwelUWxw https://youtu.be/ftdqVKf_VqO?t=3
114.	5 - сабақ: «КӨЛІКТЕГІ ҚАУШСІЗ МІНЕЗ-ҚҰЛЫҚ: АВТОМОБИЛЬ, АВТОБУС, ПОЙЫЗ, ҰШАҚ»	https://youtu.be/w4SCI3iwwvY?si=tCB9aB5jpcT15kPG https://www.youtube.com/watch?v=05u-TQyZjfe
115.	6 - сабақ: «ЖАСАНДЫ ИНТЕЛЛЕКТ АДАМНАН АСЫП ТҮСЕАЛА МА, ОДАН ҚОРҚУ	https://youtu.be/CcK46GIfnkY https://youtu.be/A9dA194KXaY

		КЕРЕК ПЕ?»	
116.		7 - сабақ: «ЖАЛҒАН АҚПАРАТТЫ, ОНЫҢ ІШІНДЕ ЖЕЛДІЕТАРАТҚАНЫ ҮШІН ЖАУАПҚЕРШІЛІК?»	https://youtu.be/CcK46GfknY https://youtu.be/A9dA194KXaY
117.		8 - сабақ: «ОНЛАЙН ОЙЫНДАРДЫҢ ҚАУІПТІЛІГІ ЖӘНЕ ИНТЕРНЕТКЕ ТӘУЕЛДІЛІК»	https://youtu.be/34qqqO1eH9Mh https://youtu.be/m3I_mUx8HFo
118.		9- сабақ: «ИНТЕРНЕТТЕГІ ЖӘНЕ ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛІЛЕРДЕГІ ЖЕКЕ ШЕКАРАЛАРДЫ ҚОРҒАУ»	https://youtu.be/Fk3EclgJsgY https://youtu.be/DsjtBSucAIs
119.		10 - сабақ: «СІЗГЕ ҚАТЫСТЫ ЖАҒЫМСЫЗ СӨЗДЕРГЕ ЖАУАП БЕРУДІҢ ТИІМДІ СТРАТЕГИЯЛАРЫ»	https://youtu.be/sJgmacWuhW0
«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» ТАҚЫРЫБЫНДАҒЫ САБАҚТАР 11 сынып			
120.		1 - сабақ: «ЖЕДЕЛ ҚЫЗМЕТ НӨМІРЛЕРІ»	https://orken-institut.kz/kz/telefonv-gorvachih-linii https://www.youtube.com/watch?v=fvfkEuHS1c&list=PLA5eCSY2FeoOLLqcS-IEuEG9KiOrIzvPM&index=7
121.		2 - сабақ «ІС-ШАРАДЛАРДА ҚАУІПСІЗ ОРТАНЫ САҚТАУ. СІЗДІҢ ӘРЕКЕТТЕРІҢІЗ ҮШІН ЖАУАПҚЕРШІЛІКТІ ҚАЛАЙ ҚАБЫЛДАУҒА БОЛАДЫ?»	https://youtu.be/NHWYVHBHch4?si=zdCOob9ZzJzKBe_n https://youtu.be/DycscArvAYw?si=uBnUSdWzZB9_-fYc https://youtu.be/eAnWmVnaBbU2?si=7Bn5Hev8Xii7u2j
122.		3 - сабақ «ҚАУІПСІЗ ҚАРЖЫЛЫҚ ОПЕРАЦИЯЛАРДЫ ЖҮРГІЗУ ЕРЕЖЕЛЕРІ. ҚАРЖЫЛЫҚ ПИРАМИДАЛАРДЫҢ ҚАУІП»	https://youtu.be/FKicYDjYTW4?si=ZA-S-au15fEgrTM-
123.		4 - сабақ 3«ҚАУІПСІЗ ЕҢБЕК ЖАҒДАЙЛАРЫН ҚАЛАЙ ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУ КЕРЕК?»	https://youtu.be/DpMSqGKZBno?si=OhlfjkuMghn-2-vr https://youtu.be/DpMSqGKZBno?si=H4966mKInWa911_R
124.		5 - сабақ «ӘРЕКЕТСІЗДІК ПЕН СЕРІКТЕСТІК ҮШІН ЖАУАПҚЕРШІЛІК»	https://youtu.be/NHWYVHBHch4?si=eO08802QnPxTp3wt
125.		6 - сабақ «ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙЛАРДА ӘРЕКЕТ ЕТЕ БІЛУ»	https://youtu.be/tAbDCIC0Ttc?si=IBfvcpWxZL_t9moS https://youtu.be/JF-syPIBOVw?si=OFCgGeLiP_frsUi0 https://youtu.be/VibLbO0nHIA?si=7viGekCfmy36Q5iV https://youtu.be/tApoEYyn2FE?si=DHdS5Xidrv5A8rLl https://youtu.be/DY3DRxWokn8?si=W3rUjZA2AHnxn6Dp
126.		7 - сабақ «СЕКТАЛАРДЫҢ ЫҚПАЛЫНА ҚАЛАЙ ТҮСПЕУГЕ БОЛАДЫ?»	https://youtu.be/mVKWd4Xkd7Q?si=spEFbKTVgePjbtQf
127.		8 - сабақ «ШЫНАЙЫ ДОСТЫҚ ПЕН ЖАЛҒАН ДОСТЫҚТЫ АЖЫРАТУ»	https://youtu.be/gH3zqZPR4EQ?si=BqIN4gX0HtWlpK6T
128.		9 - сабақ «ЗОРЛЫҚ-ЗОМБЫЛЫҚТАН ҚОРҒАНУ: ҚОРҒАУ ӘДІСТЕРІН ЖӘНЕ КӨМЕККЕ ЖҮГІНУ ЕРЕЖЕЛЕРІН БІЛУ»	https://youtu.be/a3IOUb8aFvI?si=IBpdAqo04py1IS6D
129.		10 - сабақ «АДАМНЫҢ ЖЕКЕ ШЕКАРАСЫН ҚОРҒАУДАҒЫ НЕГІЗГІ ЕРЕЖЕЛЕР»	https://www.youtube.com/live/H8OH6O90e8o?si=Te-ipkM6n3o2_1jo

Мазмұны

	Кіріспе.....	3
1	Білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету: мектеп экожүйесі бойынша халықаралық және отандық тәжірибесі	5
2	Білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету: мектеп экожүйесі бойынша әдістері мен тәсілдері	27
3	Білім алушылардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік әл-ауқатын қамтамасыз ету: мектеп экожүйесі бойынша әдістемелік ұсынымдар	43
	Қорытынды.....	69
	Пайдаланған әдебиеттер тізімі.....	70
	Қосымша.....	73

БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ ФИЗИКАЛЫҚ, ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЖӘНЕ
ӘЛЕУМЕТТІК ӘЛ-АУҚАТЫН ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУ: МЕКТЕП ЭКОЖҮЙЕСІ
БОЙЫНША ӘДІСТЕМЕЛІК ҰСЫНЫМДАР

Басуға 10. 09.2024. ж. қол қойылды. Пішімі 60×84 1/16.

Қағазы офсеттік. Офсеттік басылыс.
Қаріп түрі «Times New Roman». Шартты баспа табағы 5.

Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігі
«Ы. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясы» РМҚК
010000, Астана қ., Мәңгілік ел даңғылы, 8, «Алтын Орда»
БО, 15-қабат