Қыркүйек айы

Тренинг «Балабақшаға қуана келемін!»

Бағыты: балалардың балабақшаға бейімделуі және жағымды қарым-қатынас орнатуы
Тобы: ортаңғы топ
Жасы: 3–4 жас
Өткізетін: психолог
Өткізу мерзімі: қыркүйек
Өткізу түрі: психологиялық тренинг, ойын әрекеті
Ұзақтығы: 15–20 минут

Мақсаты:
Ортаңғы топ балаларының балабақша ортасына жеңіл әрі жағымды бейімделуіне психологиялық қолдау көрсету, балабақшаға деген жағымды эмоционалдық қатынас қалыптастыру, тәрбиешіге және құрдастарына сенімді қарым-қатынас орнатуға жағдай жасау.

Міндеттері:
- балалардың балабақшаға бейімделу кезеңіндегі эмоционалдық жай-күйін қолдау;
- балабақша ортасын қауіпсіз әрі жағымды орын ретінде қабылдауға көмектесу;
- педагогпен және құрдастарымен алғашқы жағымды қарым-қатынасты қалыптастыру;
- балалардың бір-бірімен танысуына мүмкіндік беру;
- баланың өз есімін айтуға және басқа балалардың есімін есте сақтауға ынталандыру;
- жағымды эмоцияларды ойын арқылы білдіруге үйрету;
- баланың қорқынышын, мазасыздығын азайту;
- қарапайым қарым-қатынас дағдыларын қалыптастыру;
- балабақшадағы күн тәртібіне біртіндеп бейімделуге психологиялық жағдай жасау.

Қажетті құралдар:
Түрлі түсті жұмсақ доп немесе доп-ойыншық, көңілді смайликтер, күннің суреті, түрлі түсті қағаздан жасалған кішкентай жүрекшелер, жұмсақ ойыншықтар, әуен.

Тренингтің барысы

I. Балаларды жылы қарсы алу

Психолог балаларды есік алдында немесе топ бөлмесінде жылы жүзбен қарсы алады.

Балаларға бірден күрделі сұрақтар қоймай, жұмсақ дауыс ырғағымен сөйлеседі.

Психолог:

– Сәлеметсіңдер ме, балақайлар!

– Бүгін бәрің балабақшаға келдіңдер!

– Қараңдаршы, біздің балабақшамыз қандай әдемі!

– Мұнда біз бірге ойнаймыз, ән айтамыз, сурет саламыз, күлеміз, достар табамыз.

– Балабақшада сендерге көмектесетін тәрбиеші апай бар. Ол сендерге қамқор болады.

Балалар еркін орналасады. Қалаған бала психологтың қасына отырады.

Психологиялық мақсаты: баланы мәжбүрлемей, жаңа ортада өзін қауіпсіз сезінуіне жағдай жасау.

II. «Күн бізге күлімдейді» жаттығуы

Психолог балаларға күннің суретін көрсетеді.

Психолог:

– Балалар, қараңдаршы, бізге күн күлімдеп тұр.

– Күн бізге: «Сәлем!» деп тұрған сияқты.

– Қане, бәріміз күнге қолымызды бұлғайық.

Балалар қолдарын бұлғайды.

– Күн қандай?

Балалардың жауабы күтіледі:

«Жарық», «әдемі», «жылы», «сары» және т.б.

Психолог:

– Күн бізге жылу береді. Ал біз бір-бірімізге жылы сөз айтамыз.

Балаларға:

«Сәлем!»

«Қайырлы күн!»

«Келгеніңе қуаныштымын!»

сияқты қарапайым сөздерді қайталату.

Психологиялық әсері:

Бұл жаттығу баланың топтағы алғашқы эмоционалдық кернеуін төмендетіп, жағымды көңіл күй қалыптастырады.

III. «Менің есімім» танысу ойыны

Психолог қолына жұмсақ доп алады.

Психолог:

– Балалар, біз бүгін бір-бірімізбен танысамыз.

– Менің есімім – ... .

Психолог өз есімін айтады.

Содан кейін допты бір балаға береді:

– Сенің есімің кім?

Бала өз есімін айтуға тырысады.

Егер бала жауап бермесе, оны мәжбүрлеуге болмайды.

Психолог:

– Бұл – Айша.

– Айша бүгін бізбен бірге ойнайды.

Келесі балаға кезек беріледі.

Баланың сөйлеуге ұялуы қалыпты жағдай ретінде қабылданады.

Маңызды: бала өз есімін айтуға дайын болмаса, педагог оның атын өзі атап, жылы түрде:

«Бұл – біздің сүйкімді Әлиіміз»,

деп таныстыра алады.

Психологиялық мақсаты:

Баланың топқа қатыстылық сезімін қалыптастыру, өз есімін қабылдау және басқа балалармен алғашқы байланысын орнату.

IV. «Допты досыңа бер» ойыны

Балалар шеңбер болып отырады.

Психолог жұмсақ допты ұстайды.

Психолог:

– Бұл – достық добы.

– Доп кімге барса, сол бала біздің досымыз болады.

Психолог допты бір балаға береді.

– Міне, доп Аружанда.

– Аружан – біздің досымыз!

Балалар бірге:

«Аружан – біздің досымыз!»

деп қайталайды.

Доп келесі балаға беріледі.

Осылайша барлық бала қамтылады.

Психологиялық мақсаты:

Балалар арасында алғашқы әлеуметтік байланысты қалыптастыру, топ мүшесі екенін сезіндіру.

V. «Көңіл күйімді көрсетемін» жаттығуы

Психолог үш түрлі смайлик көрсетеді:

☺ **Көңілді**

😐 **Тыныш**

☹ **Мұңды**

Психолог:

– Балалар, қазір көңіл күйлерің қандай?

– Кім көңілді?

– Кімнің көңілі сәл мұңды?

– Кім тыныш отыр?

Балалар өздеріне ұнайтын смайликті таңдайды.

Психолог әр жауапты қабылдайды.

Егер бала мұңды смайлик таңдаса:

– Сенің көңілің сәл мұңды екен. Ештеңе етпейді. Біз қазір бірге ойнаймыз. Мен қасыңдамын.

деп қолдау көрсетеді.

Маңызды: баланың «мұңды» немесе «қорқынышты» эмоциясын «болмайды», «жылама», «қорықпа» деп жоққа шығармай, қабылдау қажет.

VI. «Қуанышты алақан» қимылды жаттығуы

Психолог балаларды орындарынан тұрғызады.

Психолог:

– Қане, алақандарымызды оятайық!

Балалар алақандарын бір-біріне жайлап соғады.

– Алақанымызды жоғары көтерейік.

Балалар қолдарын көтереді.

– Енді жан-жаққа созайық.

– Бір-бірімізге күлімдейік.

– Қолымызды жүрегімізге қояйық.

– «Мен балабақшада қуаныштымын!» – деп айтайық.

Балалар бірге қайталайды:

«Мен балабақшада қуаныштымын!»

VII. «Қуыршақ балабақшаға келді» ойын-сюжеті

Психолог балаларға қуыршақ немесе жұмсақ ойыншық көрсетеді.

Психолог:

– Балалар, қараңдаршы, бізге қонақ келді.

– Бұл – Қуыршақ Айша.

– Айша да балабақшаға бірінші рет келіпті.

– Ол анасы кеткенде сәл мұңайып қалыпты.

– Айшаға көмектесеміз бе?

Балалардың жауабы:

«Иә!»

– Оған не айтамыз?

Балалардың жауаптары:

«Жылама», «ойна», «бізбен бірге отыр», «дос болайық» және т.б.

Психолог:

– Дұрыс айтасыңдар!

– Балабақшада біз бір-бірімізге көмектесеміз.

– Бірге ойнаймыз.

– Бірге күлеміз.

– Бір-бірімізге қамқор боламыз.

Балалар қуыршақты жұбатады, сипайды немесе оған ойыншық ұсынады.

Психологиялық мақсаты:

Бала өзінің ішкі сезімін ойыншық арқылы сыртқа шығарады. Өзінің қорқынышы мен сағынышын жанама түрде көрсетуге мүмкіндік алады.

VIII. «Досыма жүрек сыйлаймын» жаттығуы

Психолог балаларға кішкентай жүрекшелер таратады.

Психолог:

– Мынау – достық жүрегі.

– Жүрек – мейірімділіктің белгісі.

– Біз оны досымызға сыйлаймыз.

Әр бала қалаған баласына немесе тәрбиешіге жүрекшесін береді.

Психолог:

– Сен досыңа жүрек сыйладың.

– Бұл өте жақсы!

– Досымызға жылы сөз айтайық.

Қарапайым сөздер ұсынылады:

«Досым бол!»

«Мен сені жақсы көремін!»

«Бірге ойнайық!»

«Саған беремін!»

Балалар сөздерді толық айта алмаса, тек жүрекшені беруі де жеткілікті.

IX. «Балабақшада не істейміз?» ойыны

Психолог балаларға әрекеттерді көрсетеді.

– Балабақшада **ойнаймыз ба?**

Балалар:

«Иә!»

– Ән айтамыз ба?

«Иә!»

– Сурет саламыз ба?

«Иә!»

– Достарымызбен ойнаймыз ба?

«Иә!»

– Тәрбиешіні тыңдаймыз ба?

«Иә!»
– Бір-бірімізді ренжітеміз бе?
«Жоқ!»
– Ойыншықтарды бірге жинаймыз ба?
«Иә!»
Психолог:
– Жарайсыңдар!
– Балабақшада біз бірге ойнаймыз, бірге үйренеміз және бірге күлеміз.

X. «Қоштасатын көңілді шеңбер»
Балалар шеңберге жиналады.
Психолог:
– Бүгін біз не істедік?
Балалардың жауаптары тыңдалады.
– Біз таныстық.
– Доппен ойнадық.
– Күнге күлімдедік.
– Досымызға жүрек сыйладық.
– Қуыршаққа көмектестік.
– Балабақшада бірге ойнадық.
Содан кейін балалар қолдарын ортаға біріктіреді.
Психолог:
«Біз – доспыз!»
Балалар:
«Біз – доспыз!»
Психолог:
«Балабақша – біздің жылы ортамыз!»
Балалар:
«Балабақша – біздің жылы ортамыз!»
Соңында бәрі бірге:
«Балабақшаға қуана келеміз!»
деп айтады.

XI. Психологтың қорытынды сөзі

Бүгінгі тренингтің негізгі мақсаты – баланың балабақшаға келген алғашқы кезеңін жеңілдету және оның өзін қауіпсіз сезінуіне жағдай жасау.

Ортаңғы топ балаларының бейімделу кезеңінде әр баланың реакциясы әртүрлі болуы мүмкін. Бір бала бірден ойынға қосылады, екіншісі тәрбиешіге немесе ата-анасына жабысып жүруі мүмкін, үшіншісі үндемей бақылауы мүмкін.

Мұндай ерекшеліктерге түсіністікпен қарау қажет.

Баланың:

- жылауы;

- анасы немесе әкесін іздеуі;
- сөйлемеуі;
- ойынға бірден қосылмауы;
- тәрбиешіге жақын жүруі

бейімделу кезеңіндегі қалыпты реакция болуы мүмкін.

Сондықтан баланы ұялтпай, қорқытпай, басқа балалармен салыстырмай, біртіндеп ортаға қосу маңызды.

XII. Педагогтерге психологиялық ұсыныстар

Баланың балабақшаға бейімделу кезеңінде тәрбиеші:

Баланы жылы қарсы алуы керек.

«Жылама!» деудің орнына:

«Сен анаңды сағынып тұрсың. Мен сені түсінемін. Мен қасыңдамын.»

деп қолдау көрсеткен дұрыс.

Баламен көз деңгейінде сөйлесу қажет.

Балаға жоғарыдан қарап емес, оның деңгейіне отырып сөйлесу сенімділік береді.

Баланы мәжбүрлемеу керек.

Бала ойынға бірден қосылмаса, оған уақыт беру қажет.

Басқа балалармен салыстырмау керек.

«Қарашы, басқа балалар жыламай отыр» деген сөз баланың мазасыздығын күшейтуі мүмкін.

Кішкентай жетістігін де атап өту қажет.

Мысалы:

«Сен бүгін ойыншықты өзің алдың!»
«Сен бүгін досыңмен бірге отырдың!»
«Сен бүгін маған күлімдедің!»

Осындай сөздер баланың өзіне деген сенімін арттырады.

XIII. Ата-аналарға қысқаша ұсыныстар

Баланың балабақшаға бейімделуіне ата-ананың ұстанымы да әсер етеді.

Ата-ана:

- баланы балабақша туралы қорқытпауы;
- «жыласаң, тәрбиешіге қалдырып кетемін» деген сөздерді қолданбауы;
- балабақша туралы жағымды пікір қалыптастыруы;
- қоштасуды қысқа әрі сенімді жүргізуі;
- баланың көзінше тәрбиешіге немесе балабақшаға қатысты жағымсыз пікір айтпауы;
- баланы басқа балалармен салыстырмауы;
- балабақшадан кейін баланың күнін жылы сұрауы қажет.

Балаға айтуға болатын сөздер:

«Сен балабақшаға барасың, онда сені тәрбиеші апай мен достарың күтеді.»

«Мен сені міндетті түрде алып кетемін.»

«Сен қауіпсіз жердесің.»

«Сенің қолыңнан келеді.»

«Мен саған сенемін.»

XIV. Күтілетін нәтиже

Тренинг соңында балалардың:

- балабақшаға деген жағымды эмоционалдық қатынасы қалыптаса бастайды;
- тәрбиешіге сенімділігі артады;
- құрдастарымен алғашқы жағымды қарым-қатынасы қалыптасады;
- өз есімін айтуға және басқа балалардың есімін қабылдауға ынтасы артады;
- жағымды эмоцияларды ойын арқылы көрсетуге мүмкіндігі артады;
- топтағы ортаға біртіндеп қосылуы жеңілдейді;
- балабақшадағы жаңа ортаға қатысты мазасыздығы төмендейді.

XV. Психологтың бақылауы

Тренингтен кейін психолог балалардың эмоционалдық жағдайын сырттай бақылайды.

Назар аударылатын белгілер:

- бала топқа қалай кірді;
- педагогпен байланыс орната алды ма;
- құрдастарына қызығушылық танытты ма;
- ойынға қосылды ма;
- көзбен байланыс жасады ма;
- өзінің есіміне реакция білдірді ме;
- ойын барысында көңіл күйі өзгерді ме;
- қоштасу кезінде эмоционалдық реакциясы қандай болды.

Маңызды: бұл бақылау балаларға диагноз қою үшін емес, олардың бейімделу ерекшеліктерін түсіну және педагогикалық-психологиялық қолдау көрсету үшін жүргізіледі.

Қорытынды

«Балабақшаға қуана келемін!» тренингі ортаңғы топ балаларының жаңа ортаға алғашқы қадамдарын жеңілдетуге бағытталған. Тренингте баланың жас ерекшелігі ескеріліп, күрделі тапсырмалардың орнына **ойын, қимыл, жылы сөз, эмоция және қарым-қатынас** құралдары пайдаланылады.

Негізгі ұстаным:

«Балаға қауіпсіз орта берсек – ол сенеді.
Сенім берсек – ол ашылады.
Жылу берсек – балабақшаға қуана келеді.