

## БӨЛІМ: ПСИХОЛОГИЯ

## Достық

ЖАРИЯЛАНДЫ  
25.06.2019СІЛТЕМЕ  
<https://bilimger.kz/58722/>

## АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

## Тулегенова Зухра Әбибуллақызы

**Мақсаты:** тәрбиешілердің эмоционалды көңіл-күйлерін көтеру, кәсіби шеберліктерін арттыру және жақсы қасиеттерін, жетістіктерін айту.

## 1. «Достық» тренингі амандасу.

Педагогтар ортаға шығып шеңбер болып дөңгеленіп тұрайық. Мына лентаны мен ұстап: аты-жөнімізді, мамандығымыз, бір-бірімізге деген жылы лебіздерімізді білдіреміз. Мысалы: Менің атым Есет Қания, Мен «Атамекен бөбекжайында» психолог болып жұмыс жасаймын. Мен сізге әркез достықты болайық дегім келеді – лентаны қолымызға ұстап келесі ата-анамызға жалғаймыз. Жалғай-жалғай келе үлкен достық шеңбері шығады. Міне осындай үлкен достықта, лентадай берік, ажырамастай, тату, бірлікте.

## 1. «Сәлемдесу» ойыны

«Сәлем — сөздің анасы дегендей алғашқы тренингімізді сәлемдесуден бастайық.

Мақсаты: Қатысушыларға көтеріңкі көңіл күй сыйлау. Алдын-ала дайындалған түстерімізді алмастан бұрын, әр түстер бойынша бір-бірімізбен жұптасайық.

Осы түстер бойынша

Ақ түстер — тіземен

Қызыл түстер — құшақтап

Көк түстер -қолмен

Сары түстер — бетпен

Жасыл түстер иықпен бір бірімізбен амандасады.

### **«Көбелек» жаттығуы.**

Таңертен көбелек оянды, тартылды,

Қанаттарын бұлғады, терең тыныс алды.

Аз ғана айналып, барлығына күліп,

Қайтагүліне оралды.

### **«Көңілді музыка» ойыны.**

Мақсаты: бойдағы шаршаудан, стресстен арылу.

**Шарты:** бір-бірінің иықтарына қолдарын қояды. Музыканың ырғағымен билеп, ақырын саусақ қимылдарымен иыққа массаж жасайды. Ойын кері қайталап отырады.

### **3. «Ыдыстағы су» психологиялық ойыны.**

**Ойын барысы:** Тәрбиешілер ортаға шығады. Шеңберге тұрып, көздері жұмылу күйі бір-біріне тәрелкеге құйылған суды береді. Тәрелкедегі су төгілмеу керек.

**Сұрақтар:** — Сіздерге тәрелкедегі суды беру қиын болды ма, жоқ алде алу қиындау болды ма? Неліктен деп ойлайсыздар? Сол сияқты балаларымызға беріп отырған тәрбиені де түсінікті етіп, дұрыс бағыттап, өз жас шамасына қарай қабылдай алатын деңгейде беруіміз қажет. Олай болмаған жағдайда жанағы төгілген су сияқты берген тәрбиеміздің жартысы зая кетуі мүмкін.

### **«Сенімді құлау» жаттығуы**

Мақсаты: топ мүшелерін жақындастыру, өзара сенімді қарым-қатынас орнату.

Тапсырма: қатысушылар шеңберге тұрады. Ортаға бір қатысушы шығып көзін жұмады да арқасымен құлайды. Топтың әрбір мүшесі кезекпен орындайды.

Жаттығуды талқылау сұрақтары:

Нені жасау оңай болды, құлаған адамды тосу ма, әлде өзіңіз құлау ма?

Қандай сезімде болдыңыз?

Шынайы өмірде осындай жағдайларды қай кезде басыңыздан өткердіңіз?

Қатысушылар тапсырманы орындауда ненің көмектескенін немесе не кедергі болғаны туралы ой бөліседі.

**«Әуенді терапия»:** (баяу әуен ойналады). Көзімізді жұмамыз. Денемізді бос ұстаймыз. Сіздер өзен жағасында отырсыздар, судың әуелгі шуылы құлағыңызға жағып, күн шуағы денеңізді жылытады. Жалаң аяқ құмның үстінде жүрсіздер, құм аяқтарыңызды күйдіріп барады. Су денелеріңізді жеңілдетіп, өзіңізді жақсы сезінудесіз. Өте жақсы демалдық. Қандай ғажап табиғат, таза ауа, жұмсақ құм, жылы су! Терең демаламыз, ақырын демімізді шығарамыз. Біздің басымыз артық ойлардан

тазарды. Біз өзімізге күні бойға жетер жігер, қуат жинадық, біздің көңіліміз көтеріңкі. Біз осы өмірдегі ең бай, байсалды, білімді, керемет жандармыз! Енді ақырын-ақырын көзімізді ашамыз. Бір-бірімізге қуанышты сезіммен қараймыз. Біз қандай бақыттымыз! Қандай кереметпіз! Бүгінгі жұмысымыздың нәтижесіне орала отырып, нағыз керемет педагогтардың мықты жақтарын еске түсіре отырып, бір-бірімізге комплимент айтайық.

**ҚМ АА** Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.