бекітілді:

№ 6 ХГ директоры

 Мукашева Г.О.

**Психологиялық қызметтің ҰБТ- ға психологиялық тұрғыдан дайындау жұмыс жоспары**

**2021-2022 оқу жылы**

Психолог: Кушербаева А.Б.

**Мақсаты:** 11 – класс білім алушыларын ҰБТ – ке психологиялық тұрғыдан дайындау, көмек беру.

**Міндеттері:**

* Жыл бойы түлектерге психологиялық көмек көрсету
* Білім алушыларды ҰБТ – ке дайындық барысында тиімді болатын психотехникалық әдістермен таныстыру
* Әрқашан өз – өзін реттей білуге , өз – өзін басқара білуге бағыттау
* Танымдық қабілеттерін дамытуға үнемі жаттығулар өткізіп, кеңестер беріп отыру
* Эмоциялық, сезім дағдыларын қалыптастыру
* Ата – ана, мұғалім тарапынан білім алушының ерекшеліктерін ескеріп, үнемі қолдау, көмек беруге шақыру.

Білім алушылармен психологиялық даярлау жұмысы төмендегідей бағыттар бойынша жүзеге асырылады:

**I.Психологиялық диагностика**

**Мақсаты:** Білім алушылардың танымдық дамуын, өзгешеліктерімен, ерекшеліктерін үнемі бақылап, саралап, диагностика нәтижесін жариялап отыру.

**II. Психологиялық ағарту**

**Мақсаты:** Білім алушылармен ата – аналардың және мұғалімдердің ҰБТ – ке даярлауда психологиялық дайындықтың маңыздылығын түсіндіру және психологиялық білімдерімен мәдениетін көтеру. Ата – аналарға білім алушыларға отбасылық тұрғыдан көмек көрсету, жағдай туғызу, психологиялық қолдай білу туралы кеңестер беріліп, тренингтер өткізіледі.

**III. Түзету – дамыту жұмыстары**

**Мақсаты:** Білім алушыларға психологиялық жағымды орта құруға көмектесу және диагностика нәтижесі бойынша таным қабілеттерінің төмен көрсеткіш көрсеткен оқушылармен жеке жұмыс ұйымдастыру.

**Күтілетін нәтиже:**

* Білім алушы бойында өзіне сенімді «мен» тұжырымдамасының қалыптасуы
* Өзіндік бағалауының артуы, өзіне сенімділігінің артуы
* Оқу мотивациясының жоғарылауы
* Психотехника әдістерін білуі
* Эмоционалды реттелген көңіл күй

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Сабақтың тақырыбы** | **Сабақтың мазмұны** | **уақыты** |
| 1 | Психодиагностика. Жеке тұлғаның мазасыздық деңгейінің диагностикасы | Айзенк сауалнамасы арқылы білім алушының жеке тұлғалық типтерін анықтап, түзету кеңестерін беру. | Қыркүйек  |
| 2 | Психологиялық ағарту. «ҰБТ-ге кіріспе» тренинг сабақ | білім алушылардың ҰБТ ерекшеліктерімен таныстыру, өзіне сенімділігін арттыру. | Қыркүйек  |
| 3 | Психологиялық кеңес беру. «ҰБТ-ға психологиялық дайындық бойынша психологтың кеңесі» | 11-сыныпты ата-аналарымен | Қыркүйек  |
| 4 | Психодиагностика.  | Білім алушылардың танымдық қабілеттерін диагностикалау | Қыркүйек  |
| 5 | Психологиялық кеңес беру | Жеке тұлғалық типтерін анықтауға арналған сауалнама қорытындысымен таныстыру, мінез – құлық ерекшеліктері бойынша кеңес беру. Таным қабілеттерінің диагностикасының қорытындысының қорытындысымен таныстыру.  | Қазан  |
| 6 | Психодиагностика. Дифференциалды диагностика. Сауалнама Е.А.Климов Кәсіптік бағыттылығын анықтау | Диагностика нәтижесі бойынша төмен көрсеткіш көрсеткен және сауалнама нәтижесі бойынша түзету кеңестері берілген білім алушылармен жұмыс ұйымдастыру. | Қазан  |
| Психологиялық түзету жұмысы. «Есте сақтау, ойлау процестерін дамыту тапсырмалары» |
| 7 |  Психологиялық алдын – алу жұмысы «Ішкі ресурстарды толықтыру жаттығулары» тренинг сабақ  | Білім алушылардың сенімділік сезімдерін арттыру, қоршаған ортаға, өзінің жасаған іс – әрекетіне сеніммен қарауға тәрбиелеу.  | Қараша  |
| 8 | Темперамент типтерін анықтау. Айзенк тесті.  | Білім алушылардың темперамент типтерін анықтау.  | Қараша  |
| 9 | Психодиагнстика. Коммуникативті және ұйымдастырудың тиімділігі сауалнамасы  | Коммуникативті ұйымдастырушылық қабілеттерін анықтау | Қараша  |
| 10 | Ішкі резервтерді толықтыра отырып, көңіл-күй тепе-теңдігін сақтау жаттығулары | Бір – бірімен тығыз, достық қарым – қатынаста болу, білім алушы бойында позитивтілік деңгейін арттыру. | Желтоқсан  |
| Стресс туралы түсінік, стресс психологиясы |
| 11 | Психологиялық диагностика. Ата-аналарға сауалнама.  | Білім алушылардың емтиханға дайындалу ерекшелігін анықтау мақсатында.  | Қаңтар. |
| 12 | Психологиялық алдын алу жұмысы. | Жүргізілген психологиялық жұмыстардың , диагностиканың қорытындысымен ата – аналармен пән мұғалімдерін таныстыру. | Қаңтар  |
| 13 | Өз эмоциялық күйін басқаруға арналған психотехникалық жаттығулар  | Психотехникалық техникалар | Қаңтар |
| 14 | Үрей салдары, үрейді реттеу жаттығулары  | Мазасыздану, үрей деңгейлерін төмендету. | Ақпан  |
| 15 | Психологиялық түзету дамыту | Өзін-өзі басқару жаттығулары  | Ақпан  |
| 16 | Психологиялық алдын алу  | Қиын сәттерде өзін-өзі реттеу жаттығулары  | Наурыз  |
| 17 | Психологиялық алдын алу | «Балаңыз үлкен сынаққа даяр ма?» ата – аналарға арналған психологиялық тренинг дәріс | Наурыз  |
| 18 | Психодиагностика. «ҰБТ қорытындысы». Сауалнамасы. | Білім алушылардың ҰБТ сәтіндегі хал ахуалын анықтау. | Наурыз. |
| 19 | Психологиялық кеңес беру | Білім алушыларда туындаған сұрақтарға кеңес беру жұмысы  | Жыл бойы |
| 20 | Психологиялық алдын алу | «Эмоция құмырасы» түсінік беру, басқару тәсілдері | Сәуір  |
| 21 | Психологиялық алдын алу | Білім алушылардың дайындығын білу мақсатында ата – аналарға арналған сауалнама  | сәуір |
| 22 | Психологиялық кеңес | Білім алушыларға ҰБТ – те өзін қалай ұстау немесе қалай тамақтану жөнінде жадынама тарату | мамыр |
| 23 | Дамыта-түзетушілік жұмыс.  | Сенімділікті арттыру жаттығулары. | Мамыр. |