

## АНЫҚТАМА

**Такырыбы:** Ашу-ыза билегенде не істеу керек?

**Максаты:** Білім алушылардың агрессивті сезімдерін қауіпсіз күйде айтуға үйрету, рефлексивті механизмді белсенділеу.

**Жұмыс жүргізілген сынып:** 10 - сыныптар

**Жұмыстың негізгі бағыты:** Психологиялық түзету және дамыту

**Жұмыс жүргізілген уақыт:** 17.12.2025

**Қатысқан оқушы саны:** 22 (жиырма екі)

**Әдіс – тәсілдер:** ойындар, жаттығулар.

Сабақты оқушылар әртүрлі көңілді сәлемдесуден бастады және тренинг ережесін құрастырып, сабақтың тиімді, қызықты өтуіне белсенділік танытуды сұрады.

**«Көрме» жаттығуы.** Оқушыларды орындықтарға ыңғайлы отырып, 3 – 4 рет терең дем алып, көз алдына елестету тапсырылды. Мұғалімнің оқыған мәтінін жасарда не қиын, не жеңіл болды ?, Сізге не ұнады ?, Сіздің төңірегіңізден кімдер осы көрмеде болды ?, Сіз кімнің алдына тоқтадыңыз ?, Жаттығу кезінде сіздің жағдайыңыз қалай өзгерді ?, Сезіміңіз бастапқы кезінде қандай болып еді ?, Қазір қандай күйдесіз ? – деген сұрақтар қойылып оқушылар өз ойларымен бөлісті.

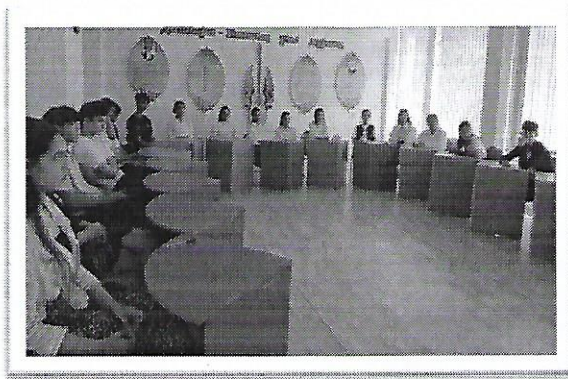
Яғни, Серікбаева Дильназ : «маған бұл тапсырманы орындау өте жеңіл болды. Көрмеге қандай адамдарды қою керектігін білмедім. Ойландым. Бірақ мен ешкімге кек сақтап, ренжімейтін адам екенімді сезіндім» десе, Дайрабай Диляра: «қандай жағдай болсын ренжімей, ол адамның жағдайын түсіну керек. Біз білмейміз , ол адамның жан-дүниесі қандай сезімде екендігін.Негізі мен өзімді өте жақсы күйде екендігімді айтамын және өзімді жақсы сезінемін» – деп жауап берді. Басқа қатысушылар да өз ойларымен бөлісті.

**«Бәтеңкедегі тас» ойыны.** Бұл ойынның шартымен оқушыларды таныстырып, сізге кедергі болып тұрған бір нәрсе болса, мұқият ойланыңыз да, дәл қазір айтуға тырысыңыз деп, іштей, ешкімге естіртпей айту ұсынылды. Оқушылар өздері іштерінен айтып шықты. Талдау барысында өз ойларымен бөлісті. Өз ойын ортаға айтқысы келген оқушыларда болды. Олар: Қалдыбай Дінмұхаммед «Менің бәтеңкемде кішкентай тас жатыр, телефонға көп уақыт бөлгенім ұнамайды» десе, Сүйеніш Ади «Менің бәтеңкемде кішкентай тас жатыр, маған көп сөйлеген ұнамайды» деп жауап берілді.

**«Мазақтау» ойыны.** Оқушыларға ренжітпейтін сөздер айту арқылы ұрыстыңыздар ма дей отырып, жеміс – жидек, ыдыс – аяқ атаулары айта отырып, доп лақтыру арқылы ренжітпейтін сөздермен мазақтасу тапсырылды. Оқушылар бұл ойынды қызыға орындады. Одан әрі жылы сөздер айтты. Сен менің жанымсың, күнімсің, жақсымсың, алтынымсың» т.б жақсы сөздер айтылды.

**«Сілкін» сергіту жаттығуы.** Барлық дене мүшелеріңізді бастан бастап, аяққа дейін жағымсыз эмоция, сезім, ой, барлық жағымсыз нәрселеріңізді ұшып кететіндей сілкіп, ойша елестетіп оқушылар қызыға орындады. Талдау сұрақтары қойылды.

Қорытынды барысында педагог – психолог қазіргі кезде оқушыларға агрессивті сезімдерін өздеріне ұстап, қай кездеде жақсы сезім арқылы шиеленістерді шешуге болатындығын айтты.



### Ұсыныс:

1. Сабақ барысында сынып жетекшілер оқушылардың бір – бірімен еркін араласуына әсер ететін ойындарды ұйымдастыру барысында оқушылардың мінез – құлқы мен өзара қарым - қатынасын анықтайтын және реттейтін ережелерді басымырақ қолдану.

Педагог – психолог

Г.Дүйсенбайқызы  
Ф.Бимурзаева