



## **Тайтөбе жалпы орта білім беретін мектебі**

### **Мейірімді болса жүрек – орындалар тілек (ұстаздарға арналған тренинг)**

**Мақсаты:** Ұстаздарды жаңашылдыққа, инновациялық әдіс тәсілдерді тәжірибелеріне енгізе отырып, логикалық ойлау қабілетін, шығармашылық ізденісін, ой-қиялын арттыру.

**Міндеті:** Жаңа қоғамдағы адамгершілік, патриотизм және педагогиканың ұйытқысы ретінде нәтижеге бағытталған білім беру іскерліктерін дамыту. Мұғалімнің эмоциялық көңіл-күйлерін көтеру, топтасып жұмыс істеу жүйесін әрі қарай дамыту. Ұстаздардың өз кәсібіне деген ынтасын арттыру.

**Түрі:** Психологиялық тренинг сағаты

**Әдісі:** Топтық жұмыс, сұрақ-жауап, мимика мен түсіндіру, опликация, ой бөлісу және пікір алмасу.

**Көрнекілігі:** Плакаттар, маркерлер, компьютер, интерактивті тақта, жүрекше, смайликтер, қобдиша, А4, А3

**Тренинг ережесі:**

1. Белсенділікті арттыру
2. Бірігіп жұмыс істеу
3. Бір-біріне кедергі келтірмеу
4. Өз ойымды ашық айта білуге үйрену
5. Өзіне пайдалы нәрсені алу
6. Әріптестермен жақсы қарым-қатынаста болу.
7. Өзінеркін ұстауға үйрену

**Тренер сөзі:** Сәлеметсіздерме, ұлағатты ұстаздар! Бүгін сіздерді психикалық көңіл-күйлеріңізді көтеруге, өз бойларыңыздағы шығармашылық қабілеттеріңізді бағалай білуге өз-өзіңізге құрметпен қарауға, бір-бірімізбен сыйластық қарым-қатынаста болуға арналған «Мейірімді болса жүрек – орындалар тілек» атты тренинг сағатына ұйымшылдықпен қатысуға шақырамын.

**I. Ұйымдастыру кезеңі:**

*«Сәлемдік хат» жаттығуы*

Қағазға сәлемдесу сөздерін жазыңыз. Сосын оны қобдишаға саламыз. Сонан соң мен оларды араластырып сіздерге ұсынамын. Сіз алған хатты топ алдында оқып, өзіңізге бүгінгі күннің естелігі ретінде қалдырасыз.

*Қатысушылардың бәрі шаттық шеңберіне шақырамыз*

**«Жан жылуы» жаттығуы.** Қолдарынан ұстап бір-біріне төмендегі сөздерді хормен айтады.

Мен сенен жылу аламын (сол жағына қарайды)

Жүрегіме саламын (тура қарайды)

Досыма сыйлаймын (оңға қарайды)

Сәттілік тілеймін (тура қарайды)

**«Сиқырлы қобдиша»** жаттығуы: Қобдишаны бір-біріңнің қолдарыңа бересіздер, қобдишаны алған адам оны ашып ішіне қарайды.

Оның ішінде кішкентай өзеннен сіздер жан-жақты және қайталанбайтын бейнені көресіздер. Оған күліп қарауларыңыз керек.

**Тренер талдау:** жан-жақты және қайталанбайтын бейне деген сөзді қалай түсінесіздер?

- сіздер ол бейнеге күліп қарағанда, ол сізге қалай қарады?

- Қобдишаның ішінен қандай құпияны күттіңіздер?

- Демек, біз, сіз, әрбір адам өз алдына жан-жақты қайталанбайтын дүние екен. Ендеше сіздердің «сиқырлы қобдишадан» күткен құпия сырларыңыз сияқты, мен сіздермен құпия ойындар мен тапсырмаларға толы тренингімді бастаймын.

## **II. «Негізгі бөлім»**

**«Моншақ»** жаттығуы: ( 3 топтың топбасшысына 3 ине мен жіп беріледі)

**Тренер сөзі:** Нұсқау: менің қолымдағы моншақтан өздеріңіз қалағандарыңызша алыңыздар.

Енді алған моншақтың санына қарай өз есіміңізді атай отырып, жақсы қасиеттеріңізді атаңыз. Олай болса мына инежіпке жақсы қасиеттеріңізді тізіп көрейік. Әр топбасшысы өздеріне моншақ жасап алады.

**Тренер талдау:** Көрдiңiздерме осы жақсы қасиеттердi бiрiктiре отырып, сiздер әлi талай шындардан көрiнетiндерiңiзге мен де, сiздер де сенiмдiсiздер. Бiр- бiрiмiзге қол соғып қоямыз. Рахмет, келесi тапсырмаға көшемиз.

**«Суреттегі ой»** жаттығуы: 3 топқа 3 түрлі суреттер көрсетіледі.

**Тренер сөзі:** Суреттерге байланысты әр топ өз ойларын, түсінгендірін айтып ой бөліседі.

**1-тапсырма:** Жарқын шуағын төккен күн шуағының астында әр ұлттың баласы қол ұстасып тұрғаны бейнеленген.

**Мұғалімдер**

**ойы:**.....

**Тренер талдау:** Сыртқы түстері әр түрлі болғанымен бұл балалардың жан дүниесі бірдей, сондықтан ұлағатты ұстаздар оларға күн сәулесіндей бірдей мейірім шуағын төгеді.

**2-тапсырма:** Біреуді нұсқап тұрған сұқ саусақты бейнелеу.

**Мұғалімдер**

**ойы:**.....

**Тренер талдау:** Біз сұқ саусағымызбен өзгені көрсетіп тұрғанда өзге үш саусағымызбен өзімізді көрсеткенімізді аңғара бермейміз. Ендеше біз

әлдекімді кінәләғанда, өзіміздің кінәміз бар ма, жоқ па, осы жағына көңіл бөлуіміз қажет. Кінәні өзгеден емес, өзімізден іздейік.

**3-тапсырма:** Түнгі аспан, жымындаған жұлдыздар жарығы сөнбеген бір үй бейнеленген

### **Мұғалімдер**

**ойы:**.....

**Тренер талдау:** Түн. Айнала жым-жырт. Аспанда жымындаған жұлдыздар, ел ұйқыда бірақ ояу бір кісі бар. Ол- мұғалім. Ол қанша жыл ұстаз болғанымен, жұмыста да, үйдеде, ертеңгі сабағына үлкен жауапкершілікпен дайындалып келеді. Құрметті әріптестер менімен келісесіздерме? Керемет, жарайсыздар! **«Нұрлы жүрек»** жаттығуы: «Ұстаздармен сұхбаттасу жолы». Мінекей сіздерге бірнеше сұрақтар беріліп тұр.

1. сіздің бала кезіңіздегі арманыңыз қандай?
2. сіздің қызығушылығыңыз қандай?
3. сіз қандай оқушыны ұнатпайсыз?
4. ең сүйікті мейрамыңыз қандай?
5. өз мамандығыңыз сізге ұнайма?
6. бос уақытыңызда немен айналысасыз?
7. мұғалімдіктен басқа қандай мамандыққа барар едіңіз?
8. оқушы бойынан қандай қасиет көргіңіз келеді?
9. сізге ұнамайтын үйірмелер бар ма?
10. сіздің қолыңызда билік болса, қандай үйірме ашар едіңіз?

**Тренер сөзі:** Нұсқау: алдарыңыздағы А4 ақ қағазға әркім қос қолының суретін бастырып алады және сауақтарға өз жауаптарын жазып, ал есімдерін ортадағы жүрекшеге жазу керек.

### **Мұғалімдер жауабы:**

**Тренер:** Рахмет сіздерге, әрқашанда жүректеріңіз нұрлы иманға толы болсын деген тілекпен тренингімізді жалғастырамыз.

**«Апликация»** жаттығуы: бұл бөлім бойынша әр топ өзі тандап алған түсінен плакатқа жабыстыру арқылы белгілі бір бейнені білдіреді.

**Нұсқау:** мына бөліп қойған түстерді топ басыларыңыз тандауға болады.

1 топқа – қызыл, жасыл түс келді (Бұл топ Қалампыр гүлін жасайды)

2-топқа – көк, сары түс келді (бұл топ ҚР Туын бейнелейді.)

3 топқа- көк, сарғылт түсі келді (бұл топ Теңізе жүзіп бара жатқан желкенді қайық бейнесін бейнелейді.)

### **Тренер сөзі:**

**1-топқа,** рахмет сізге. Сіздің шәкірттеріңіз, сізден алған білімімен тәрбиесінің арқасында Отанымызды сүйетін патриоттар болып, осы гүл сияқты құлпырып өсе берсін деп тілеймін!

**2-топқа.** Керемет! Сіздің шәкірттеріңіз, еңбектеріңізді ақтап егеменді

еліміздің білімді ұрпағы болып, тілімізді, дінімізді құрметтей отырып,

**3-топқа.** Жарайсыз, тамаша! «Білім – теңіз, мектеп – кеме» демекші, сіздің

шәкіттеріңіз, сіздің берген біліміңіздің арқасында, осы кемедей еш кедергісіз асулардан тосқауыз өтіп теңіздің шетіне, яғни білімнің шыңына қиындықсыз жетсін деген ақ тілегімді білдіремін!

**«Еңбек ағашы»** жаттығуы: қазір сіздерге үш түрлі қағаз қиындысы таратылып беріледі. Сол қағазға өз ойларыңызды жазып әр қайсысың өз орнына ілесіздер.

- Жапырақтарға - мұғалім қандай болу керек? Мұғалімнің түпкі мақсат-мұраты.

- Жемістер - мұғалім еңбегінің нәтижесі

- Гүлдер - шәкірт қандай болу керек?

**Мұғалімдер ойы:**

Тренер сөзі: Міне, сіздер «Еңбек ағашын» құрастырып шығардыңыздар. Сіздердің еңбектеріңіздің жемісі осы емеспе? Керемет, өте тамаша! Рахмет! **«Әріптер әлемі»** жаттығуы. «ҚАЗАҚ ХАНДЫҒЫ» сөзі берілген осы сөздегі әріптерді пайдаланып, барынша көп сөз құрау қажет. Уақыт 1 минут негізі 30-дан аса сөз құрастырылады.

**Тренер сөзі:** Жарайсыздар, Қазақ хандығына биыл 550 жылдығы. Қазақ халқының басына қасіретті түн төнгенде халқымыз бір жағадан бас, бір жеңнен қол шығарған. Бізде сол сияқты, әр тапсырылған жұмыстарды, өзімізге тиесілі міндеттерді ауызбіршілікпен, ұйымшылдықпен орындасақ, біз алмайтын биіктер болмасына сеніміміз мол.

**Рефлексия: «Ашығын айтсам»**

1. Бүгінгі тренинг сіздерге ұнады ма?
2. Тренингтен қандай әсер алдыңыз?
3. Тренингтен кейінгі көңіл күйіңіз қандай?

**Тренер сөзі:** «жүректен шыққан сөз жүрекке жол табады» Осы шенбер бойынша тұрып, жүректі үлестіру арқылы бір-біріне тілек айту. Жылы сөз адамдарды достастырады, сабырлы болуға, денсаулығын сақтауға, көңілін көтеруге ашуын қайтаруға септігін тигізеді. Әр айтылған сөзді адам жүрегімен қабылдайды. Сондықтан, қолдан келгенше бір-біріңе жылы, жақсы сөздер айтқан дұрыс.

**Қорытынды:** Адам өмірде екі нәрсемен қартаймайды, біріншісі-қайырымды ісі, екіншісі- жүректен шыққан жылы сөзі. Әрқашанда бір-бірімізге жылы сөздер айтып, бір-бірімізге қайырымды болайық. Мейірімді болса жүрек – орындалар тілек.

Мектеп психологы: Арингазина Д.Д.

