

ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ САБАҚ ХАТТАМАСЫ

Бағыты: Түзету-дамытушылық

Бағдарлама: «Ы. Алтынсарин»

Сабақ №: 4

Тақырыбы: «Мен өзімді мақтай аламын»

Өткізілген күні: 04.11.2025 ж.

Өткізілген орны: сыныпта

Педагог-психолог: Арингазина Динар

Қатысушылар: 8-сынып оқушылары

Қатысушылар саны: 21

Сабақтың мақсаты:

- Оқушылардың өзін-өзі бағалау дағдыларын дамыту;
- Өзіндік құндылық пен өзіне деген сенімділікті арттыру;
- Оң «Мен» бейнесін қалыптастыру.

Міндеттері:

1. Өз жетістіктері мен қабілеттерін тануға үйрету;
2. Ішкі мотивация мен өзін қолдау механизмдерін дамыту;
3. Топ ішінде өзара қолдау мен жағымды атмосфера қалыптастыру.

Қолданылған әдіс-тәсілдер:

- «Мақтау гүлдері» жаттығуы;
- «Менің жақсы қасиеттерім» тренингі;
- «Комплименттер шеңбері» ойыны;
- Рефлексия «Мен өзіме ризамын, өйткені...».

Сабақ барысы:

1. **Ұйымдастыру кезеңі (5 мин):**
Психолог қатысушылармен жылы сәлемдесіп, «Көңіл-күй шеңбері» жаттығуын өткізді. Әр оқушы смайлик арқылы өз сезімін білдірді.
2. **Негізгі бөлім (25 мин):**
 - **«Менің жақсы қасиеттерім» жаттығуы:** Оқушылар өз бойындағы жақсы қасиеттерін тізіп жазып, топта бөлісті.
 - **«Мақтау гүлдері»:** Әр қатысушы қағаз гүлдің күлтелеріне өз жетістіктерін немесе жақсы жақтарын жазып, гүлін топ алдында таныстырды.
 - **«Комплименттер шеңбері»:** Балалар бір-біріне жағымды пікір айтып, достарын мақтауды үйренді.
3. **Қорытынды бөлім (10 мин):**
 - «Мен өзіме ризамын, өйткені...» рефлексиясы жүргізілді.

- Психолог қорытынды жасап, өзін-өзі құрметтеу мен өзін бағалаудың маңыздылығын атап өтті.

Қорытынды: Сабақтың мақсатына қол жеткізілді. Оқушылар өз жетістіктерін көруге және бағалауға тырысты. Өз-өзіне сенімділік пен өзіне деген оң көзқарас байқалды. Сабақ эмоционалды жағымды атмосферада өтті.

Ұсыныстар:

- Оқушыларды өзін-өзі қолдау және мотивацияны арттыру бағытындағы жаттығулармен жүйелі түрде жұмыс істеу;
- Әр оқушыны жеке жетістіктері бойынша мадақтау;
- Келесі сабақтарда өзін-өзі бағалау және тұлғалық даму тақырыптарын тереңдету.

Педагог-психолог:



/Арингазина Динар/

Күні: 04.11.2025 ж.