



Келісемін

Ата – аналар

комитетінің төрағасы

І.Жакупов

**Т.Айтжанов атындағы жалпы білім беретін метебінің ата-аналармен
жүргізілетін жұмыс жоспары**

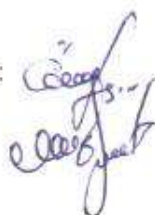
Мақсаты : Баланы қорғап сауықтыру, бақылау іс-әрекеттерін жүзеге асыру және жүйелі тәрбие беру барысында бестік одақтан жұмысын ұйымдастыру.

2024-2025 оқу жылы

№	Іс -шаралар	Уақыты	Жауаптылар
1.	Жалпымектептік ата-аналар жиналысы: ата–аналар комитетінің төрағасын(төрайымы) тағайындау; Жаңа оқу жылында өтілетін іс шара жоспарымен таныстыру; өмірдің уақытша қиын кезеңдеріне кезіккен отбасыларынаа демеушілік көмектерін ұйымдастыру	Қыркүйек , қаңтар	М.Ибрагимов, К.Сулейменова І.Жакупов
2.	Ашық әңгіме: «Жастар жарқын өмірді таңдайды, ол үшін біз не істеуіміз керек?»	Жылына 2 рет	8-11- сынып жетекшілері
3.	Ата-аналармен кездесу; - ерекше назардағы оқушылардың ата –анларына психологиялық қолдау көрсету; - «Ананың көңілі балада, баланың көңілі далада»; - «Оқушының бос уақыты». Сауалнама толтыру.	Қазан, желтоқсан үнемі	Г.Қарабаева, М.Исабекова М.Құлтаева, Ж.Рахимбаева
4.	Отбасылық кеңес: «Сұрақ –жауап»	Ақпан	М.Ибрагимов К.Сулейменова Сынып

			жетекшілер
5.	Дөңгелек үстел: «Дені сау, рухани бай ұрпақ тәрбиелеудегі Отбасы мен мектептің ролі»	Қаңтар	М.Ибрагимов К.Сулейменова Сынып жетекшілер
6.	Пікірсайыс: «Балаларымыздың жасырын әлемі»	Қараша	Г.Қарабаева М.Исабекова
7.	КТІЖБ инспекторымен кездесу	Қазан, сәуір	М.Ибрагимов Сынып жетекшілер
8.	Құқықтық оқыту : ҚР «Неке және отбасы туралы» Заңы; ҚР «Бала құқығы туралы» Заңы; ҚР «Кәмелетке толмаған жасөспірімдер арасында құқық бұзушылықтың профилактикасы мен балалардың қадағалаусыз және панасыз қалуының алдын – алу туралы» Заңы; ҚР «Тіл туралы» Заңы	Токсан сайын	М.Ибрагимов, К.Сулейменова Құқық пәні мұғалімі
9.	Сайыс: «Өнегелі отбасы»	Наурыз	Ж.Рахимбаева Сынып жетекшілер
10	Ата-аналар комитетінің отырысы: жылдық есеп; Жаңа оқу жылын жоспарлау	Мамыр	М.Ибрагимов, К.Сулейменова Сынып жетекшілер

Дайындаған:



К.Сулейменова,

М.Ибрагимов

Ата-аналар қоғамымен жұмысының есебі

«БАЛА ҚАУІПСІЗДІГІ –ҚОҒАМ КЕЛЕШЕГІ»

Біз бүгін қазіргі қоғамды алаңдататын өзекті мәселелердің бірі – **балаларымыздың әлеуметтік желілердегі қауіпсіздігін** талқылау үшін жиналды.

Жақында балалар мен жасөспірімдерді басқара алатын және оларды психикалық және физикалық қауіп-қатерге душар ететін қауіпті онлайн ойындар мен топтардың саны артты.

Бізді алаңдататын нәрсе–балалар әлеуметтік желілерде түрлі жағымсыз жағдайларға тап болады, кейде тіпті өз өмірлеріне қауіп төндіреді. Бұл отбасы үшін ғана емес, бүкіл қоғам үшін қайғылы жағдай.

Әрбір ата-ана балаларының қауіпсіздігін қамтамасыз етіп, оларды әлеуметтік медиа мен интернеттің зиянды әсерінен қорғауы тиіс.

Біздің бірлескен жұмысымыз өз жемісін береді деп сенемін. Баршаңызға бүгінгі жиналыста пайдалы ақпарат алуға және балаңыздың болашағы үшін қажетті шешімдер қабылдауға тілектеспін!

Бүгін біз талқылайтын негізгі қауіптер:

- ❖ интернеттегі қауіптер;
- ❖ шынайы өмірдегі буллинг және кибербуллинг;
- ❖ балалар арасында өсіп келе жатқан тренд болған онлайн ойындар;

❖ баланы қайғылы жағдайларға итермелеуі мүмкін кітаптар мен сайттар;

❖ әлеуметтік желілердегі алаяқтықтар.

Бірінші қадам – олардың мінез-құлқын бақылау.

Құрметті ата-аналар, мынандай **белгілерге** назар аударуларыңызды сұраймын, оларды дер кезінде байқау өте маңызды:

- көңіл күйдің кенеттен өзгеруі, агрессия немесе тұйықтық;
- үнемі шаршау, ұйқысыздық, мектептегі үлгерімнің төмендеуі;
- гаджеттерді пайдаланғанда құпиялылық, болған оқиғаларды

талқылаудан бас тарту;

- баланың жасырын жаңа таныстарының пайда болуы;
- вербалды емес белгілер, ерекше өтініштер, сөздер,

сөйлемдер мен әрекеттер.

Бұл және басқа да алғашқы белгілер пайда болған жағдайда, әрқашан мектепке келіп, біздің мектеп **педагог-психологіне** жүгінуге болады. Педагог-психологпен жұмыс істеуден қорқудың қажеті жоқ, ол жағдайды түсінуге және шығу жолын табуға көмектесетін маман.

Бірнеше өмірлік мысалды келтірейін:

1. Бала ұзақ уақыт бойы әлеуметтік желілерде қорлауға ұшырап, түйықталып, депрессияға түсті. Бақытымызға орай, ата-аналар баланың мазасыздық белгілерін дер кезінде байқады және мамандардан көмек сұрады. Бала құтқарылды.

2. Бала бір «тексерілмеген ойындарға» белсенді қатыса бастады. Ата-аналар баланың ерекше суреттеріне, мінез-құлқына, киім стиліне, «бейресми әдебиетке» қызығушылығына мән бермеді. Олар баланың ойын ойнап жүргенін көрді, бірақ отырып, ойынды зерттеп қарауға немесе оны жүктеп алуға уақыт таппады. Баланың екі жыл бойы оқып жүрген әдебиетін зерттеп, ол не ойлап жүргенін, не нәрсе мазалайтынын сұрауға да уақыт болмады. Кітаптар маркетплейстер арқылы сатып алынған. Соның нәтижесінде – қайғылы оқиға орын алды.

3. Бала ұзақ уақыт бойы мазасыз ойларымен жалғыз қалды. Ата-аналар бұған мән бермеді. Бала депрессиялық күйге түскен кезде, ата-аналар оған қажетті қолдау көрсетудің орнына, оны ұрысып, қайғылы жағдайға себепші болды.

Қауіптердің алдын алу үшін не істеу керек?

3. Ата-ана бақылауы

Құрылғыларда ата-ана бақылауы сүзгілерін қолданыңыз. Бұл қажетсіз контентке қолжетімділікті шектеуге көмектеседі.

Ата-ана бақылауы – бұл арнайы құралдар мен параметрлер, олар ата-аналарға балаларының интернетте және құрылғыларда (компьютерлер, планшеттер және телефондар) не істеп жатқанын бақылауға көмектеседі. Бұл балаңызды қажетсіз немесе қауіпті контенттен қорғауға, гаджеттерді пайдалану уақытын шектеуге және интернеттегі байланыстарын қадағалауға мүмкіндік береді.

Сіз сүзгілерді орнатып, балаңыздың қажетсіз ақпараттары бар сайттарға (мысалы, ересектерге арналған немесе агрессивті мазмұндағы сайттарға) кіруін болдырмаудың алдын аласыз.

Кейбір бағдарламалар арқылы балаңыздың қандай сайттарға кіргенін және әлеуметтік желілерде немесе мессенджерлерде кіммен сөйлескенін көруге болады.

Ата-ана бақылауы сонымен қатар ойындарда немесе қосымшаларда ақшаны талап ететін кездейсоқ сатып алулардан қорғауы мүмкін.

Біз келесі нақты ұсыныстарды ұсынамыз:

Балаңыздың телефонындағы қосымшалар мен ойындарды тексеру. Құрылғыларда ата-ана бақылауын қолданыңыз: iPhone-да — Screen Time арқылы, Android-та — Google Family Link арқылы. Бұл құралдар орнатылған

қосымшаларды тексеруге және қауіпті бағдарламаларға қолжетімділікті бақылауға мүмкіндік береді.

1. Әлеуметтік желілер мен топтарды бақылау.
Qustodio, Net Nanny немесе Kaspersky Safe Kids сияқты бақылау бағдарламаларын орнатыңыз. Олар балалардың әлеуметтік желілер мен жабық қауымдастықтардағы белсенділігін қадағалауға мүмкіндік береді.

2. Хабарламалар орнату.
Instagram, TikTok және WhatsApp сияқты мессенджерлер мен әлеуметтік желілерде хабарландыруларды қосыңыз. Бұл ата-аналарға жаңа хабарламалар, жазылулар немесе күмәнді байланыстар туралы ескерту алуға мүмкіндік береді.

3. Интернетті пайдалану уақытын шектеу.
Құрылғылардағы қолдану уақытын шектеу үшін кіріктірілген функцияларды пайдаланыңыз, мысалы, iPhone-да Screen Time арқылы «Қосымшалар шектеуі» немесе Android-та Digital Wellbeing арқылы.

4. Баланың эмоционалды жағдайын үнемі талқылау.
Баланың өзін қалай сезінетінін сұрау маңызды. Оның көңіл-күйін бақылау үшін эмоциялар күнделігін қолданыңыз немесе Calm немесе Headspace сияқты медитация және релаксация қосымшаларын пайдаланыңыз, бұл оған мазасыздықтан арылуға көмектеседі.

5. Балаңыздың интернеттегі достарын тексеру.
Интернеттегі баланың айналасындағы адамдарға назар аударыңыз. Жаңа достар мен жазылымдарды бақылау үшін әлеуметтік желілердегі ата-ана сүзгілерін қолданыңыз. Facebook немесе Instagram параметрлері осындай өзгерістерді бақылауға көмектеседі.

6. Еркін қарым-қатынас жасау үшін қауіпсіз орта құру.
Балаңызға өз мәселелерін сізбен еркін бөлісе алатынын түсіндіріңіз. Бірлесіп ойын ойнау немесе фильм көру сенімділікті нығайтуға көмектеседі.

7. Баланың іс-әрекетіне қатысу.
Ойындар немесе әлеуметтік желілер болсын, оның айналысатын ісіне қызығушылық танытыңыз. Мысалы, бірге Minecraft немесе Roblox ойнап, жобаларды құруға көмектесіңіз және оның жетістіктерін талқылаңыз.

8. Сын тұрғысынан ойлауды және интернет қауіпсіздігін үйрету. «CyberSmart» немесе Google-дың «Be Internet Awesome» сияқты оқыту бағдарламаларын пайдаланыңыз. Олар балаларға желіде қауіпсіз мінез-құлықтың маңыздылығын түсінуге көмектеседі.

Ашық диалог

Балаларыңызбен үнемі байланыста болыңыз. Кателіктері үшін жазаламай, кез келген жағдайда тыңдауға және көмектесуге дайын екеніңізді көрсетіңіз.

Балалармен тек сөйлесу ғана емес, сонымен қатар сенім атмосферасын құру маңызды, сонда бала өз мәселелері мен уайымдарымен бөлісуден қорықпайды.

Балаңыз кез келген уақытта сізге келіп, өз ойларымен бөлісе алатынын, жазадан немесе сыннан қорықпайтынын сезінуі керек. Ол үшін оның айтқанына қатты сын айтып, келемеждеуден аулақ болыңыз. **Оның мәселесі сізге болмашы болып көрінсе де, бала үшін ол өте маңызды болуы мүмкін.**

Балаңыздың көңілі түскенін, мазасызданғанын немесе тым тұйықталғанын байқаңыз. Оған бірден жауап беруді талап етпей, не мазалайтынын жұмсақ және байыппен сұраңыз. Кейде балаларға өз сезімдері туралы айтуға шешім қабылдау үшін уақыт қажет.

Мысалы, «Күнің қалай өтті?», «Мектепте қандай қызықтар болды?», «Достарыңмен не туралы әңгімелестіңдер?» деп сұраңыз. Бұл қарапайым сұрақтар әңгімені бастауға көмектеседі. Бала өзін қысымда сезінбеуі үшін тым табанды болмау маңызды.

Буллинг, интернеттегі қауіптер, зорлық-зомбылық немесе қарым-қатынас сияқты күрделі немесе ыңғайсыз тақырыптардан қашпаңыз. Егер бала осындай жағдайларға тап болса, ол сізбен бұл туралы сөйлесіп, қолдау алатынын білуі керек.

Балалар да, ересектер сияқты, кейде қателіктер жібереді. Оларды бұл үшін жазғырмай, болашақта мұндай жағдайлардан қалай аулақ болуға болатынын талқылау маңызды. Әркімнің де қателесетінін және ең бастысы – сол қателіктерден сабақ алу екенін түсіндіріңіз. Мысалы, егер бала кездейсоқ қажетсіз сайтқа кірсе, **ешқандай айқай-шусыз** бұл жағдай қалай болғанын және болашақта осындай жағдайларды болдырмау үшін не істеуге болатынын талқылаңыз.

Балалар ата-аналарының мінез-құлқын бақылау арқылы үйренеді. Егер сіз өз сезімдеріңізді ашық білдіріп, қателіктеріңізді мойындай алсаңыз, бұл балалар үшін үлгі болады. Мәселелерді талқылау және тіпті күрделі немесе ауыр тақырыптар бойынша бірге шешім іздеудің қаншалықты маңызды екенін көрсетіңіз.

Балаңыз өз сезімдері немесе уайымдары туралы айтқанда, оның сөзін бөлмей, соңына дейін тыңдаңыз. Оның пікірі сіз үшін құнды және маңызды екенін бала түсінуі керек. «Бұл маңызды емес» немесе «Сен тым асыра айтып отырсың» деген сияқты сөздерден аулақ болуға тырысыңыз. Мәселе сізге шамалы болып көрінсе де, бала үшін ол өте маңызды болуы мүмкін.

3. Бақылау.

Баланың не көріп, қандай ойындар ойнайтынын қадағалау қажет. Оның виртуалды өмірі мен достарына қызығушылық танытыңыз. Ол ойнайтын барлық ойындарды жүктеп, оларды ойнап көріңіз. Бала оқып жүрген әдебиеттерді зерттеңіз.

Оқу жылының басынан бастап барлық білім беру ұйымдарында «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы жүзеге асырылуда.

Бағдарламаға сәйкес, оқушылардың жеке қауіпсіздігін қамтамасыз ету мақсатында апта сайынғы сынып сағаттары аясында 10 минуттық «Қауіпсіздік сабағы» енгізілді. Бұл сабақта жол қозғалысы ережелері, өмір қауіпсіздігі негіздері, оқушылардың жеке қауіпсіздігі, қауіпсіз мінез-құлық ережелері және т.б. қарастырылады.

Құрметті ата-аналар, сіздер балаларды тәрбиелеудегі негізгі тұлғасыздар және сіздердің күнделікті іс-әрекеттеріңіз бен сөздеріңіз олардың болашағына айтарлықтай әсер етеді. «Біртұтас тәрбие» бағдарламасы аясында ұсынылған «**Өнегелі 15 минут**» бастамасы ата-аналар мен балалар арасындағы қарым-қатынасты нығайтуға бағытталған. Қысқа, бірақ мағыналы әңгімелер арқылы адамгершілік және моральдық тақырыптарда сөйлесіп, балаңыздың ішкі әлемін тереңірек түсініп, оның ойлары мен сезімдерін тыңдай аласыз.

Балаңызбен күн сайын 15 минут шынайы жүректен әңгімелесу оның өзіне деген сенімін нығайтуға, маңызды өмірлік құндылықтарды меңгеруге және дұрыс тәрбие алуға көмектеседі.

Құрметті ата-аналар!

✓ Балаңыздың қауіпті әрекеттерге, сайттарға және интернет пен әлеуметтік желіге тәуелділіктің түрлі формаларына қаншалықты тартылғанын анықтау үшін шаралар қабылдауға тырысыңыз;

✓ Баланың қауіпсіздігіне қатысты алғашқы күмәндар пайда болған кезде, өз алаңдаушылықтарыңызды ашық айтып, балаңызды өз қауіптеріңізді қабылдау және ашық диалог жүргізуге шақырыңыз;

✓ Күнделікті қиындықтар мен алаңдаушылықтар туралы өзара келісілген және бірлескен шешімдер қабылдау үшін әңгімелесуге балаңызды дағдыландыруға күш салыңыз;

✓ Сенім атмосферасын құрып, туындаған қиындықтар туралы сөйлесіңіз, оларды елемеуден, жабылып қалудан, күйзелуден немесе шешім іздеуде басқа жолдар іздеуден аулақ болыңыз;

✓ Үйде балаңызға эмоционалды қауіпсіздік жағдайларын жасаңыз, сонда бала сіздің агрессияңыздан немесе жазалаудан қорықпай, мәселелерін ашық бөлісе алатын болады;

✓ Әсіресе бала үшін маңызды тақырыптарды талқылау кезінде қысым жасамауға, оның тұлғасы мен іс-әрекеттерін сынаудан аулақ болуға дағдыланыңыз, бастысы – мұқият тыңдап, көмек көрсету немесе шешім табуға дайын болыңыз;

✓ Балаңыз сізбен бөліскісі келетін жағдайларды тыңдауға ашық болыңыз және оны сынға алатыныңызға күмәнданбауына мүмкіндік беріңіз, балаңыздың кездесіп жатқан мәселелері шынайы әрі шешуге болатынын көрсетіңіз;

✓ Баламен сөйлесу кезінде оның қиындықтарын еңсеру үшін түсінікті және қауіпсіз тәсілдерін талқылауға және ұсынуға тырысыңыз, барынша қауіпсіз әдістерді таңдаңыз;

✓ Балаңызды еңбекке тартуға тырысыңыз, оның нәтижелерін сізге мақтанышпен көрсетуіне мүмкіндік беріңіз.

Құрметті ата-аналар, сіздер – балаларыңызды алғашқы қорғанысыздар. Қарым-қатынас, сенім, қатысу және ынтымақтастық – бұл сіздің балаларыңызды шынайы және виртуалды өмірде кездесетін қауіптерден қорғауға көмектесетін негізгі құралдар. Есіңізде болсын, мәселені шешкеннен гөрі оның алдын алған жақсы.

Біздің мектепте ата-аналарға **педагогикалық қолдау көрсету орталығы** ашылған – сіздер әрқашан балаңызға қатысты кез келген мәселені шешу үшін осы орталыққа жүгіне аласыздар (кабинет нөмірін, психологтің аты-жөнін, телефон нөмірін көрсету).

Бұл орталық сізге балаларды тәрбиелеуге қатысты кез келген мәселелерді шешуде көмектесуге дайын. Сіз балаңыздың дамуы мен тәрбиесіне байланысты қажетті кеңестерді алып, орталық мамандарының психологиялық қолдауына жүгіне аласыз.

Облыста **Психологиялық қолдау орталығы** жұмыс істейді, оның психологтері да білікті көмек көрсетеді (*мекен-жайды, директордың аты-жөнін, анықтама телефонын көрсету*).

Психологиялық көмек орталығы балалар мен жасөспірімдерге психологиялық мәселелерді шешуге көмектеседі, оларға эмоционалдық қолдау көрсетіп, өмірде туындауы мүмкін қиындықтарды жеңуге жәрдемдеседі.

Тәулік бойы жұмыс істейтін бірыңғай, тегін мемлекеттік байланыс орталығы «111» бар. Осы қысқа нөмір арқылы балаларға қатысты кез келген мәселе бойынша психолог пен заңгердің кеңесін алуға болады.

Біздің өңірде **Бала құқықтары жөніндегі өңірлік уәкіл де қызмет атқарады** – *(аты-жөнін, телефон нөмірін көрсету)*, ол да сізге маңызды және күрделі мәселелерге жауап табуға көмектесуге дайын.

Құрметті ата-ана!

Сіздің шынайы, жылы сөзіңіз баланың болашағындағы ең құнды қазыналардың бірі болмақ.

Сіздердің балаларыңыздың өміріне қосқан үлестеріңіз баға жетпес. Тек күш біріктіре отырып, біз оларға мектепте де, үйде де қауіпсіз орта жасай аламыз. Осы маңызды жұмысқа қатысқаныңыз үшін алғыс білдіреміз.

Дайындаған: ДТЖЖО