«Бекітемін»
И.В.Панфилов атындағы
№5 мектеп-лицей директоры
_____ Б.Дүйсенбаев

# Мектеп бітіруші 11 сынып оқушыларын ҰБТ-ға және мамандық таңдауға педагогикалық-психологиялық бағытта сүйемелдеу жұмыстарының жоспары

*Педагог –психолог: Б.Шыныбаева*

*Н.Айтбай*

2026-2027 оқу жылы

**Мектеп бітіруші 11 сынып оқушыларын**
**ҰБТ-ға және мамандық таңдауға педагогикалық-психологиялық**
**бағытта сүйемелдеу жұмыстарының жоспары**

**Мақсаты:**
Емтихан алдында мектеп бітірушілердің психологиялық дайындық дағдыларын
қалыптастыру, емтихан кезіндегі өзіне сенімділіктерін жоғарылату.

**Міндеттері:**
- Мектеп бітірушілердің эмоционалдық және физикалық қысымдарын азайту
- Стресске төзімділік деңгейін көтеру;
- Тез есте сақтау тәсілдерін үйрену;
- Психологиялық қолдау көрсету;

**Жүргізу әдістері:** Диагностикалау, бақылау, әңгімелесу, қыскалекциялар, тренингтік жаттығулар, жеке және топтық кеңес беру, жаднамалар тарату;

| № | Жұмыстың тақырыбы | Мақсаты | Формасы | Мерзімі |
|---|---|---|---|---|
| I | **Диагностикалық жұмыстар** | | | |
| 1 | 11 сынып оқушылары жайында мәлімет жинақтап, сыныптарды педагогикалық-психологиялық бағытта зерттеу | Сынып оқушыларының өзара қарым-қатынасын анықтау | Зерттеу жұмыстары | Қыркүйек |
| 2 | ҰБТ алдындағы мазасыздық,стресс деңдейін анықтау | Жасөспірімдердің психикалық саулығын бағалау | Тест | Қазан |
| 3 | Жеке кеңес беру | Жеке кеңес беру | Кеңес беру | Қаңтар |
| 4 | Мотивациялық жұмыс | Мақсат қою,уақытты тиімді пайдалану,өз күшіне сену дағдыларын қалыптастыру | Психодиагностика | Ақпан |
| II | **Ағартушылық жұмыстар** | | | |
| 5 | «Сіздің балаңыз үшін мамандықты кім таңдайды? | Оқушы мен ата-ана қарым-қатынасын нығайту | Тренинг | Ақпан |
| 6 | Менің ата-анамның пікірі | Әңгімелесу, ата-аналар жиналысына қатысу | Әңгімелесу, | Наурыз |
| | | | | |

| III | Түзету-дамытушылық жұмыстар | | | |
|---|---|---|---|---|
| 7 | ҰБТ дегеніміз не және оның мен үшін маңыздылығы қандай? | ҰБТ -ге дайындық кезеңге оқушылардың мінез-құлық стратегиясы мен тактикасын өңдеуін, өзін-өзі реттеуін, сенімділігін арттыруын жүзеге асыру. | Тренинг | Қыркүйек |
| 8 | Жүйке жүйесіне түсетін күштен психологиялық арылу әдісі «Өз көңіл-күйіңді қалай басқаруға болады?» бейнебаян | Оқушылардың психологиялық көңіл күйлерін басқару қабілеттерін дамыту. Жүйке жүйесіне түсетін күшті жеңудің пстхологиялық әдістерін үйрету. | Бейнебаян Тренинг | Қазан |
| 9 | Сенімділік кілті. Сенімділікті қалай арттыруға болады? | Оқушыларға сенімділікті арттыру жолдарын түсіндіру | Бейнебаян Тренинг | Қараша |
| 10 | «Ашу-ыза билегенде не істеу керек?» | Оқушылардың агрессивті сезімдерін қауіпсіз күйде айтуға үйрету | Тренинг | Желтоқсан |
| 11 | «Мен өзімді мақтан етемін!» | Өз-өзіне деген жағымды қарым-қатынасты дамыту; Сенімділік сезімін көтеру. | Тренинг | Қаңтар |
| 12 | «Толеранттылық (төзімділік) деген не? | Эмоциялы өрісін дамыту, қатысушылардың сезімдерін айта алуы және төзімділікке дағдылануды үйрету | Тренинг | Наурыз |
| 13 | «Емтихан алдында эмоционалды қысымды төмендету»тренингі | 11 сынып оқушыларын ҰБТ-ге байланысты өз-өзіне деген сенімділікті күшейту, стрестік қалыптан арылту, өзіндік күш-жігеріне деген қарым-қатынасын нығайту. | Тренинг | Сәуір |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | «Сенімділік, батылдық және қызмет» тренингі | ҰБТ-ға әзірлік уақытында түлектердің өздерін ұстау, әдіс-тәсілдерін ұйымдастыру, өздік бақылауды өз-өздеріне сенімділікті арттыру, жүктемені көтере білуге машықтандыру. | Тренинг | Мамыр |
| | **Кеңес беру** | | | |
| 15 | ҰБТ-ке дайындық проблемалары бойынша ата-аналармен жұмыс жүргізуде ұсынымдық кеңестер | Ата-аналарға ҰБТ – ның маңыздылығы туралы мағлұмат беру, емтихан алдында және емтихан кезінде оқушыларды эмоционалдық психологиялық тұрғыдан қолдау көрсету және жағымды ахуал орнатуға ықпал ету. | Кеңес беру | Кезінде |
| 16 | Баланың психологиясының және жеке басының дамуына бағытталған жас ерекшеліктеріне сай мамандық таңдауға көмектесу, кеңес беру | Баланың іші жан-дүниесіне үңіле отырып, ақыл-кеңестер беру | Кеңес беру | Кезінде |
| 17 | ҰБТ тапсыруға қалай дайындалу керек | Кеңес беру | Кеңес беру | Сәуір |