

Павлодар облысының білім беру басқармасы, Павлодар қаласы
білім беру бөлімінің «Павлодар қаласының № 36 экологиялық
бағыттағы жалпы орта білім беру бейіндік мектебі» коммуналдық
мемлекеттік мекемесі

Коммунальное государственное учреждение «Средняя
общеобразовательная профильная школа № 36 экологической
направленности города Павлодара» отдела образования города
Павлодара, управления образования Павлодарской области

**Ата-аналарды педагогикалық қолдау
орталығы**

**Центр педагогической поддержки
родителей**

Павлодар қ.

2024 ж.

Қазақстан Республикасы
Павлодар облысының білім беру басқармасы,
Павлодар қаласы білім беру бөлімінің «Павлодар
қаласының № 36 экологиялық бағыттағы жалпы
орта білім беру бейіндік мектебі» коммуналдық
мемлекеттік мекемесі

Республика Казахстан
Коммунальное государственное учреждение
«Средняя общеобразовательная профильная
школа № 36 экологической направленности
города Павлодара» отдела образования города
Павлодара, управления образования
Павлодарской области

Павлодар қаласы, Шевченко көшесі, 1
тел. 8(718)2 613012, факс 613010
e-mail: pvl-sh36@mail.ru

г. Павлодар, ул. Шевченко, 1
тел. 8(718)2 613012, факс 613010 e-mail:
pvl-sh36@mail.ru

БҰЙРЫҚ

ПРИКАЗ

№ 131

2024 жылғы «02» қыркүйек

«02» сентября 2024 года

О создании Центра педагогической поддержки родителей

На основании инструктивно-методического письма «Об особенностях учебно – воспитательного процесса в организациях среднего образования Республики Казахстан в 2023-2024 учебном году», где сказано, что одной из особенностей нового учебного года является укрепление взаимодействия школ с родительским сообществом.

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Создать Центр педагогической поддержки родителей (ЦППР) и в работе использовать научно-методическое сопровождение, предоставленное Национальным институтом гармоничного развития человека.
2. Определить состав рабочей группы ЦППР:
 1. Русакова Зоя Марьяновна – ЗРВР,
 2. Садыков Еркибулан Темирбулатович – ЗРВР,
 3. Смирнова Татьяна Анатольевна – социальный педагог,
 4. Дюсенова Арайлым Бауржановна – педагог – психолог,
 5. Загравская Кристина Дмитриевна – Зам по УР,
 6. Гетманчук Татьяна Витальевна – Зам по начальным классам.
3. Назначить руководителем группы ЦППР: Смирнову Татьяну Анатольевну.

Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя руководителя по воспитательной работе Русакову З. М.

Руководитель школы

С приказом ознакомлены:

Русакова З. М.

Смирнова Т. А.

Загравская К. Д.

Р. Муратов

Садыков Е. Т.

Дюсенова А. Б.

Гетманчук Т. В.



ПЛАН РАБОТЫ
ЦЕНТРА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ РОДИТЕЛЕЙ

КГУ СОПШЭН №36 на 2024-2025 учебный год

№	Тема	Содержание	Сроки	Ответственные
Программа педагогической поддержки родителей учащихся 1-4 классов				
1.	Качественный сон: основа развития и здоровья детей	1.Значение сна для развития личности ребенка. 2.Сон как основа развития когнитивных и эмоциональных навыков ребенка. 3.Алгоритм формирования привычки. 4. Необходимые условия для здорового сна.	26.09.2024	Зам. по начальным классам Гетманчук Т.В. Психолог Дюсенова А.Б. Соц.педагог Смирнова Т.А. Кл.руководитель Щербинина Н.В.
2.	Создаем здоровые пищевые привычки	1. Важность здорового питания в развитии детей: физическое и психическое состояние. 2. Примеры заболеваний, связанных с неправильным питанием, и их последствия. 3. Основы здорового питания: разнообразие,	24.10.2024	Зам. по начальным классам Гетманчук Т.В. Психолог Дюсенова А.Б. Соц.педагог Смирнова Т.А. Кл.руководитель Мустафинова Д.Р.

		умеренность и баланс. 4. Практические советы по созданию поддерживающей среды для здорового питания в семье.		
3.	Развиваем внимание	1. Важность и значимость проблемы развития детского внимания. 2. Основные свойства внимания. 3. Методы и приемы развития внимания. 4. Практические задания и игры для использования дома.	28.11.2024	Зам. по начальным классам Гетманчук Т.В. Психолог Дюсенова А.Б. Соц. педагог Касьмова Д.А. Кл. руководитель Епонежникова В.К.
4.	Учимся мыслить логический	1. Логическое мышление как основа успеха 2. Ключевые аспекты логического мышления у детей. 3. Как помочь детям развить этот навык. 4. Практические советы для родителей.	19.12.2024	Зам. по начальным классам Гетманчук Т.В. Психолог Дюсенова А.Б. Соц. педагог Касьмова Д.А. Кл. руководитель Квач Н.В.
5.	Ключ к семейной гармонии – доверительное общение	1. Доверительное общение: фундамент счастливых семейных отношений. 2. Основные принципы и факторы доверительного общения. 3. Недоверие, псевдодоверие, истинное доверие. Разбор кейсов. Негативные последствия недоверия. 4. Ключевые навыки и практические советы родителям	30.01.2025	Зам. по начальным классам Гетманчук Т.В. Психолог Дюсенова А.Б. Соц. педагог Касьмова Д.А. Кл. руководитель Артемова Г.В.

		для успешного доверительного общения с ребенком.		
6.	Как научить ребенка понимать свои и чужие чувства	1. Эмпатия и ее роль в развитии ребенка. 2. Открытое общение, уважение и понимание чувств ребенка и других людей. 3. Способы выражения, понимания чужих и собственных чувств. 4. Научить ребенка разрешать конфликты - советы родителям.	27.02.2025	Зам. по начальным классам Гетманчук Т.В. Психолог Дюсенова А.Б. Соц.педагог Касымова Д.А. Кл.руководитель Джусупова А.М.
7.	Безопасность детей – забота взрослых	1. Физическая готовность: умения и навыки защиты организма в условиях ЧС. 2. Эмоциональная готовность: приемы и способы преодоления страха и паники. 3. Когнитивная готовность: владение знаниями безопасности и способами защиты. 4. Социальная готовность: развитие навыков общения и коммуникаций ребенка в трудной ситуации.	27.03.2025	Зам. по начальным классам Гетманчук Т.В. Психолог Дюсенова А.Б. Соц.педагог Касымова Д.А. Кл.руководитель Досанова Р.Ж.
8.	Секреты счастливого материнства	1. Особенности современного материнства 2. Семья и профессиональная занятость. 3. Если мама осталась одна... 4. Навыки эффективной мамы.	24.04.2025	Зам. по начальным классам Гетманчук Т.В. Психолог Дюсенова А.Б. Соц.педагог Касымова Д.А. Кл.руководитель Шиковец Л.В.
9.	Анализ работы ЦППР за 2024-2025 учебный год.	Подведение итогов за учебный год.	15.05.2025	Зам. по начальным классам Гетманчук Т.В.

				Психолог Дюсенова А.Б. Соц.педагог Касьмова Д.А. Кл.руководители
Программа педагогической поддержки родителей учащихся 5-9 классов				
1.	Сон у подростков: влияние на учебную поведение	1. Физиология сна у подростков. 2. Нарушения сна: повод для обращения к врачу. 3. Влияние нарушения сна на настроение, поведение, обучаемость подростков. 4. Здоровый сон: приемы организации, выработка позитивных привычек.	26.09.2024	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц.педагог Смирнова Т.А. Кл.руководитель Мартынович Д.М.
2.	Здоровый рацион для всей семьи	1. Выбор здоровых и полезных продуктов для всей семьи. 2. Участие членов семьи в составлении меню, приготовлении пищи и покупке продуктов. 3. Сбалансированные приемы пищи, без пропусков завтраков, обедов и ужинов. 4. Неосознанное переедание.	24.10.2024	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц.педагог Смирнова Т.А. Кл.руководитель Рузматов А.Н.
3.	Развиваем память	1. Почему подросток может испытывать сложности запоминания. 2. Особенности подростковой памяти. 3. Практика мнемотехники для улучшения памяти. 4. Шаги к лучшей памяти.	28.11.2024	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц.педагог Касьмова Д.А. Кл.руководитель Моргунова М.В.

4.	Разбудите ум вашего ребенка	1.Важность развития умственных способностей и навыков у подростков. 2.Проблема недостаточного внимания к развитию интеллекта подростков . 3.Эффективные инструменты для развития интеллекта подростков. 4.Поддержка родителей в интеллектуальном развитии подростков: практические рекомендации.	19.12.2024	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц.педагог Касымова Д.А. Кл.руководитель Кожабекова Р.Д.
5.	Как понять и принять подростка	1. Понимание развития подростка. 2. Развитие навыков эмпатии и эффективной коммуникации с подростком. 3.Рекомендации по установлению адекватной самооценки и самопонимания подростка. 4. Методы создания поддерживающей среды.	30.01.2025	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц.педагог Касымова Д.А. Кл.руководитель Шамшиденова К.К.
6.	Устойчивость детей к разрушающим внешним влияниям	1.Риски и угрозы, связанные с экстремистскими идеологиями: анализ кейсов. 2.Критическое мышление и эмоциональный интеллект как основа формирования духовного иммунитета. 3.Способы дерадикализации сознания и поведения детей. 4.Эффективные стратегии	27.02.2025	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц.педагог Касымова Д.А. Кл.руководитель Тобагабулова С.Т.

		профилактической деятельности семьи и школы, поощрение открытого общения и участия в совместной деятельности.		
7.	Готов ли ваш ребенок к чрезвычайной ситуации?	1. Особенности чрезвычайных ситуаций и принятие конкретных мер при ЧС. 2. Правила поведения ребенка до и во время ЧС. 3. О важности навыков самообладания при ЧС. 4. Алгоритмы действий для сохранения жизни в неожиданной опасности.	27.03.2025	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц. педагог Касимова Д.А. Кл.руководитель Жайлаубаев Т.Н.
8.	Отцовство – источник счастья ребенка	1. Какие ценности у современного отца? 2. Личностные качества отца. 3. Вовлеченность отца в воспитание и обучение ребенка. 4. Влияние отца на формирование у ребенка сильных качеств для успешной жизни.	24.04.2025	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц. педагог Касимова Д.А. Кл.руководитель Салимов Ж.С.
9.	Анализ работы ЦППР за 2024-2025 учебный год.	Подведение итогов за учебный год.	15.05.2025	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц. педагог Касимова Д.А. Кл.руководители
Программа педагогической поддержки родителей учащихся 10-11 классов				
1.	Сон и ментальное здоровье подростка	1. Понимание важности здорового сна. 2. Влияния сна на физическое и психическое состояние. 3. Почему важно умение	26.09.2024	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц. педагог Смирнова Т.А. Кл.руководитель Успанова Г.Р.

		расслабиться перед сном и как это влияет на качество сна. 4. Рекомендации: как создать спокойную атмосферу перед сном для лучшего отдыха.		
2.	Питание вне дома	1. Развитие навыка принятия решений у ребенка. 2. Экологичные (психологически безопасные) способы замены фастфуда. 3. Поддержка здорового питания: мотивы и решения. 4. Практические советы и шаги здорового питания в домашних условиях и вне.	24.10.2024	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц. педагог Смирнова Т.А. Кл.руководитель Турий-Ладько А.И.
3.	Учимся в течении всей жизни: зачем? как?	1. Зачем человеку нужно самообразование? 2. Какое место занимают в самообразовании самоанализ, самооценка, умение управлять собой? 3. Какими умениями и навыками самообразования должен овладеть ребенок. 4. Как помочь ребенку организовать самообразовательную деятельность.	28.11.2024	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц. педагог Касьмова Д.А. Кл.руководитель Зинец А.В.
4.	Поощряем креативность	1. Значимость креативного мышления в преуспевании старшеклассников. 2. Навыки, способствующие развитию креативного мышления. 3. Способы развития креативности в семейной	19.12.2024	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц. педагог Касьмова Д.А. Кл.руководитель Сотникова И.В.

		обстановке. 4. Путь к креативности: методы и подходы.		
5.	Становление личности: право на самостоятельность	1. Важность психологического отделения (сепарации) от родителей, этапы. 2. Виды сепарации: эмоциональная, ценностная, практическая, конфликтная. 3. Факторы, влияющие на сепарацию: анализ кейсов. 4. Значимость установления границ в отношениях между родителями и подростками.	30.01.2025	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц.педагог Касьмова Д.А. Кл.руководитель Семенова Ж.З.
6.	Эмоциональное выгорание родителей: как его предотвратить и преодолеть?	1. Как распознать признаки эмоционального истощения: сигналы предстоящего выгорания. 2. Фазы эмоционального истощения у вовлеченных родителей 3. Методы и приемы для самостоятельного преодоления эмоционального выгорания. 4. Профилактика эмоционального выгорания.	27.02.2025	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц.педагог Касьмова Д.А. Кл.руководитель Турий-Ладько А.И.
7.	Формирование культуры личной безопасности	1. Что такое культура личной безопасности? 2. Привитие в семье навыков личной безопасности. 3. Формирование этики поведения и культуры личной безопасности. 4. Принятие норм, убеждений,	27.03.2025	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц.педагог Касьмова Д.А. Кл.руководитель Зинец А.В.

		ценностей личной безопасности в повседневной жизни.		
8.	Взгляд в будущее: как помочь ребенку раскрыть свой потенциал	1. Как понять старшеклассника. 2. Новые возможности для ребенка — новые задачи родителей. 3. Помощь в выборе профессии. 4. Развитие универсальных навыков для успешной жизни.	24.04.2025	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц.педагог Касимова Д.А. Кл.руководитель Сотникова И.В.
9.	Анализ работы ЦППР за 2024-2025 учебный год.	Подведение итогов за учебный год.	15.05.2025	Зам. по УР Загравская К.Д. Психолог Александрович О.В. Соц.педагог Касимова Д.А. Кл.руководители

Уважаемые родители!

Приглашаем вас на занятие Центра педагогической поддержки родителей, посвященное теме «Создаём здоровые пищевые привычки».

Почему это важно?

Здоровый образ жизни включает в себя несколько компонентов. И один из них, очень важный, – **здоровое питание**.

Но вся ли пища, которую мы едим, одинакова полезна? Какую еду нужно выбирать, чтобы сохранить своё здоровье на долгие годы?

Что вас ждёт на мероприятии?

Вы узнаете о значении и важности здорового питания в развитии детей.

Получите информацию об основных принципах здорового питания.

Сформируете компетенции по организации сбалансированного питания детей.

Узнаете о различных заболеваниях, связанных с нарушениями режима питания и употреблением вредных для здоровья продуктов.

Дата и время проведения: 24.10.2024 г., в 16:00 ч.

Место проведения: КГУ «СОПШЭН №36», кабинет ЦППР.

Ответственная за проведение занятия для 1-4 классов: Мустафинова Д.Р.

Мы ждем вас!

Уважаемые родители!

Приглашаем вас на занятие Центра педагогической поддержки родителей, посвященное теме «Здоровый рацион для всей семьи».

Почему это важно?

Подростковый возраст – это период жизни ребёнка, когда происходят значительные изменения в его организме, психике, отношениях с окружающими людьми. Его границы – от 10-12 до 16-18 лет.

Этот возраст играет ключевую роль в формировании личности и жизненного пути человека.

А знаете ли вы, что происходит в организме, когда мы пропускаем определенные приёмы пищи?

Что вас ждет на мероприятии?

Вы расширите знания о рациональном питании для всей семьи.

Получите важные знания о значении сбалансированного питания и его влиянии на здоровье ребёнка.

Усовершенствуете навыки правильной организации здорового питания в семье.

Дата и время проведения: 24.10.2024 г., в 18:20 ч.

Место проведения: КГУ «СОПШЭН №36», кабинет ЦППР.

Ответственная за проведение занятия для 5-9 классов: Рузматова А.Н.

Мы ждем вас!

Уважаемые родители!

Приглашаем вас на занятие Центра педагогической поддержки родителей, посвященное теме «Питание вне дома».

Почему это важно?

Мы поговорим о питании наших детей. Правильно построенное питание имеет большое значение для нормального физического и нервно-психического развития детей, повышает трудоспособность и успеваемость, выносливость, устойчивость к неблагоприятным влияниям внешней среды, инфекционным и другим заболеваниям.

Что вас ждет на мероприятии?

Вы расширите знания о здоровом питании детей в подростковый период их жизни.

Получите стимул и мотивацию к здоровому образу жизни всей семьи, в первую очередь детей.

Усовершенствуете навыки, которые помогут улучшить здоровый образ жизни у подростков.

Дата и время проведения: 24.10.2024 г., в 18:00 ч.

Место проведения: КГУ «СОПШЭН №36», кабинет №56.

Ответственная за проведение занятия для 10-11 классов: Турий-Ладыко А.И.

Мы ждем вас!

В КГУ «СОПШЭН №36 г.Павлодара» 24 октября 2024 г., согласно плана работы Центра педагогической поддержки родителей, прошли занятия с родителями.

Тема занятия для 1-4 классов «Создаём здоровые пищевые привычки». Целью данного занятия было сформировать у родителей культуру питания как составляющую здорового образа жизни детей.

Здоровый образ жизни включает в себя несколько компонентов. И один из них, очень важный, – здоровое питание. Но вся ли пища, которую мы едим, одинакова полезна? Какую еду нужно выбирать, чтобы сохранить своё здоровье на долгие годы?

Занятие провела: Мустафинова Д.Р.

✓ По вопросам Центра педагогической поддержки родителей в СОПШЭН №36 вы можете обратиться к руководителю ЦППР: Смирновой Татьяне Анатольевне по тел.: 87477524517 и к заместителю руководителя по воспитательной работе Русаковой Зое Михайловне по тел.: 87713572314.

В КГУ «СОПШЭН №36 г.Павлодара» 24 октября 2024 г., согласно плана работы Центра педагогической поддержки родителей, прошли занятия с родителями.

Тема занятия для 5-9 классов «Здоровый рацион для всей семьи». Целью данного занятия было содействие формированию у родителей культуры сбалансированного питания как условия здорового образа жизни ребёнка.

Подростковый возраст – это период жизни ребёнка, когда происходят значительные изменения в его организме, психике, отношениях с окружающими людьми. Его границы – от 10-12 до 16-18 лет. Этот возраст играет ключевую роль в формировании личности и жизненного пути человека. А знаете ли вы, что происходит в организме, когда мы пропускаем определенные приёмы пищи?

Занятие провела: Рузматова А.Н.

✓ По вопросам Центра педагогической поддержки родителей в СОПШЭН №36 вы можете обратиться к руководителю ЦППР: Смирновой Татьяне Анатольевне по тел.: 87477524517 и к заместителю руководителя по воспитательной работе Русаковой Зое Михайловне по тел.: 87713572314.

В КГУ «СОПШЭН №36 г.Павлодара» 24 октября 2024 г., согласно плана работы Центра педагогической поддержки родителей, прошли занятия с родителями.

Тема занятия для 10-11 классов «Питание вне дома». Целью данного занятия было сформировать у родителей ответственное отношение к питанию подростков как фактору укрепления их здоровья.

Правильно построенное питание имеет большое значение для нормального физического и нервно-психического развития детей, повышает трудоспособность и успеваемость, выносливость, устойчивость к неблагоприятным влияниям внешней среды, инфекционным и другим заболеваниям.

Занятие провела: Турий-Ладыко А.И.

✓ По вопросам Центра педагогической поддержки родителей в СОПШЭН №36 вы можете обратиться к руководителю ЦППР: Смирновой Татьяне Анатольевне по тел.: 87477524517 и к заместителю руководителя по воспитательной работе Русаковой Зое Михайловне по тел.: 87713572314.

https://www.instagram.com/reel/C_ohLAwtGPY/?igsh=MXYwZ2tra2tpcHk0dg==

<https://www.instagram.com/p/DAi4RvetJhW/?igsh=MXF4YWdpOGtzdjQ0OQ==>

<https://www.instagram.com/p/DAi4f-9tGHV/?igsh=eGxmdmdqeDAybnVo>

<https://www.instagram.com/p/DAi4sZINwrE/?igsh=YWhkc2VvYXJldGFq>

<https://www.instagram.com/p/DBgbz8JKcyA/?igsh=MXZicTFyaGFIODVhcA==>

https://www.instagram.com/p/DBgq_sdq7b/?igsh=MWNyYThjMWZna2hsdA==

<https://www.instagram.com/p/DBgqKqaKsmW/?igsh=N216cXhtOXE2NTFv>

<https://www.instagram.com/p/DBgbipEOEmK/?igsh=YXpyaHBkNW0yMDQy>

<https://www.instagram.com/p/DBgqyk3tqJ8/?igsh=dzBuODM2dGRjZTI1>

<https://www.instagram.com/p/DBgp93pNsuz/?igsh=eWFkMmsyemk2Mzli>

Уважаемые родители!

Приглашаем вас на занятие Центра педагогической поддержки родителей, посвященное теме **«Качественный сон: основа развития и здоровья детей»**.

Почему это важно?

Каким должен быть сон школьника, чтобы ребёнок успевал в полной мере восстановиться и отдохнуть, накопить силы для усвоения новых знаний и зарядить свою иммунную систему, чтобы не пропускать уроки из-за недомоганий?

Что вас ждёт на мероприятии?

Вы расширите знания об особенностях обеспечения ребёнку полноценного сна.

Получите информацию о влиянии сна на организм и развитие ребёнка.

Усовершенствуете навыки организации здорового сна ребёнка.

Дата и время проведения: 26.09.2024 г., в 18:00 ч.

Место проведения: КГУ «СОПШЭН №36», кабинет №3.

Ответственная за проведение занятия для 1-4 классов: Щербинина Н.В.

Мы ждем вас!

Уважаемые родители!

Приглашаем вас на занятие Центра педагогической поддержки родителей, посвященное теме **«Сон у подростков: влияние на учёбу и поведение»**.

Почему это важно?

Подростковый возраст – это период жизни ребёнка, когда происходят значительные изменения в его организме, психике, отношениях с окружающими людьми. Его границы – от 10-12 до 16-18 лет.

Этот возраст играет ключевую роль в формировании личности и жизненного пути человека.

Как помочь подростку улучшить сон?

Что вас ждет на мероприятии?

Вы расширите знания об особенностях подросткового возраста и оптимального режима сна для подростка.

Получите информацию о значении сна как важной составляющей здорового образа жизни ребёнка подросткового возраста.

Усовершенствуете навыки поддержки качества сна подростка.

Дата и время проведения: 26.09.2024 г., в 18:00 ч.

Место проведения: КГУ «СОПШЭН №36», кабинет ЦППР.

Ответственная за проведение занятия для 5-9 классов: Мартынович Д.М.

Мы ждем вас!

Уважаемые родители!

Приглашаем вас на занятие Центра педагогической поддержки родителей, посвященное теме «Сон и ментальное здоровье».

Почему это важно?

Подростковый возраст – это период жизни ребёнка, когда происходят значительные изменения в его организме, психике, отношениях с окружающими людьми. Его границы – от 10-12 до 16-18 лет.

Важно помнить, что забота о сне наших детей – это забота об их ментальном здоровье.

Ментальное здоровье ребёнка – это состояние работоспособности и здоровья мозга и нервной системы. Это связано с развитием памяти, внимания, способностей к обучению и усвоению информации, а также других аспектов психического развития.

Как помочь подростку улучшить сон?

Что вас ждет на мероприятии?

Вы расширите знания о влиянии сна на психическое и эмоциональное состояние подростков.

Получите информацию о поддержании оптимального режима сна подростка.

Усовершенствуете навыки, которые помогут улучшить качество сна у подростков.

Дата и время проведения: 26.09.2024 г., в 17:00 ч.

Место проведения: КГУ «СОПШЭН №36», кабинет ЦППР.

Ответственная за проведение занятия для 10-11 классов: Успанова Г.Р.

Мы ждем вас!

В КГУ «СОПШЭН №36 г.Павлодара» 26 сентября 2024 г., согласно плана работы Центра педагогической поддержки родителей, прошли занятия с родителями.

Тема занятия для 1-4 классов «Качественный сон: основа развития и здоровья детей». Целью данного занятия было сформировать у родителей ценностное отношение ко сну как фактору сохранения физического и психического здоровья ребёнка.

Каким должен быть сон школьника, чтобы ребёнок успевал в полной мере восстановиться и отдохнуть, накопить силы для усвоения новых знаний и зарядить свою иммунную систему, чтобы не пропускать уроки из-за недомоганий?

Занятие провёл: Щербинина Н.В.

✓ По вопросам Центра педагогической поддержки родителей в СОПШЭН №36 вы можете обратиться к руководителю ЦППР: Смирновой Татьяне Анатольевне по тел.: 87477524517 и к заместителю руководителя по воспитательной работе Русаковой Зое Михайловне по тел.: 8 7713572314.

В КГУ «СОПШЭН №36 г.Павлодара» 26 сентября 2024 г., согласно плана работы Центра педагогической поддержки родителей, прошли занятия с родителями.

Тема занятия для 5-9 классов «Сон у подростков: влияние на учёбу и поведение». Целью данного занятия было сформировать у родителей ценностное отношение ко сну как фактору сохранения физического и психического здоровья подростков.

Подростковый возраст – это период жизни ребёнка, когда происходят значительные изменения в его организме, психике, отношениях с окружающими людьми. Его границы – от 10-12 до 16-18 лет. Этот возраст играет ключевую роль в формировании личности и жизненного пути человека. Как помочь подростку улучшить сон?

Занятие провёл: Мартынович Д.М.

✓ По вопросам Центра педагогической поддержки родителей в СОПШЭН №36 вы можете обратиться к руководителю ЦППР: Смирновой Татьяне Анатольевне по тел.: 87477524517 и к заместителю руководителя по воспитательной работе Русаковой Зое Михайловне по тел.: 8 7713572314.

В КГУ «СОПШЭН №36 г.Павлодара» 26 сентября 2024 г., согласно плана работы Центра педагогической поддержки родителей, прошли занятия с родителями.

Тема занятия для 10-11 классов «Сон и ментальное здоровье». Целью данного занятия было сформировать у родителей ценностное отношение ко сну как фактору сохранения ментального здоровья подростка.

Ментальное здоровье ребёнка – это состояние работоспособности и здоровья мозга и нервной системы. Это связано с развитием памяти, внимания, способностей к обучению и усвоению информации, а также других аспектов психического развития.

Как помочь подростку улучшить сон?

Занятие провёл: Успанова Г.Р.

✓ По вопросам Центра педагогической поддержки родителей в СОПШЭН №36 вы можете обратиться к руководителю ЦППР: Смирновой Татьяне Анатольевне по тел.: 87477524517 и к заместителю руководителя по воспитательной работе Русаковой Зое Михайловне по тел.: 87713572314.

https://www.instagram.com/reel/C_ohLAwtGPY/?igsh=MXYwZ2tra2tpcHk0dg==

<https://www.instagram.com/p/DAi4RvetJhW/?igsh=MXF4YWdpOGtzdjQ0OQ==>

<https://www.instagram.com/p/DAi4f-9tGHV/?igsh=eGxmdmdqeDAybnVo>

<https://www.instagram.com/p/DAi4sZINwrE/?igsh=YWhkc2VvYXJldGFq>



