

2025–2026 оқу жылына арналған КММ «№21ЖОББМ» 1–4 сынып оқушыларының ата-аналарын педагогикалық қолдау жоспары



№	Тақырып	Мазмұны	Мерзімі, уақыты	Жауаптылар
1	Сапалы ұйқы – баланың дамуы мен денсаулығының негізі	1. Ұйқының баланың жеке тұлға ретінде дамуына маңызы 2. Ұйқы – баланың когнитивтік және эмоциялық қабілеттерін дамыту негізі 3. Әдет қалыптастыру алгоритмі	қыркүйек 25.09.2025ж. 18.00	ДТЖО Психолог
2	Салауатты тамақтану дағдыларын қалыптастырамыз	1. Баланың физикалық және психикалық дамуы үшін дұрыс тамақтанудың маңызы 2. Дұрыс емес тамақтануға байланысты аурулардың мысалдары мен салдары 3. Дұрыс тамақтанудың негіздері: әртүрлілік, тепе-теңдік, байыптылық 4. Отбасында дұрыс тамақтануға қолайлы орта құру бойынша кеңестер	қазан 23.10.2025ж. 18.00	ДТЖО Психолог
3	Назар аударуды дамытамыз	1. Балалар назарын дамытудың маңызы мен мәні 2. Назардың негізгі қасиеттері 3. Назарды дамыту әдістері мен тәсілдері 4. Ұй жағдайында қолдануға болатын практикалық тапсырмалар мен ойындар	қараша 27.11.2025ж. 18.00	ДТЖО Психолог
4	Логикалық ойлауды үйренеміз	1. Логикалық ойлау – табыстың негізі 2. Балалардағы логикалық ойлаудың негізгі аспектілері 3. Бұл қабілетті дамытуға ата-ана қалай көмектесе алады 4. Ата-аналарға арналған практикалық кеңестер	желтоқсан 25.12.2025ж. 18.00	ДТЖО Психолог
5	Отбасылық үйлесімділіктің кілті – сенімді қарым-қатынас	1. Сенімді қарым-қатынас – бақытты отбасылық қарым-қатынастың іргетасы 2. Сенімді қатынастың негізгі принциптері мен	қаңтар 29.01.2026ж. 18.00	ДТЖО Психолог

		факторлар 3.Сенімсіздік, жалған сенім, шынайы сенім. Кейстерді талдау. Сенімсіздіктің жағымсыз салдары 4. Баламен сенімді қарым-қатынас орнатуға арналған ата-аналарға арналған практикалық кеңестер			
6	Баланы өз сезімі мен өзгенін сезімін түсінуге үйрету	1. Эмпатия және оның баланың дамуындағы рөлі 2. Ашық қарым-қатынас, баланың және өзгелердің сезімдерін түсінуге мен құрметтеу 3. Өз сезімін және өзгенін сезімін білдіру және түсінуге тәсілдері 4. Қатығыстарды шешуді үйрету – ата-аналарға арналған кеңестер	ақпан 26.02.2026ж. 18.00	ДТІЖО Психолог	
7	Балалардың қауіпсіздігі – ересектердің қамқорлығы («Бала қауіпсіздігі» бағдарламасы)	1. Жеке қауіпсіздік және зорлық-зомбылықтан қорғау (Ата-аналарға арналған сабақтар) 2. Мен не істеуге болатынын, не істеуге болмайтынын білемін! (Оқушыларға арналған сабақтар) 3. Цифрлық қауіпсіздік және баланы онлайн ортада қорғау (Ата-аналарға арналған сабақтар) 4. Интернет – менің досым, егер мен ережелерді білсем (Оқушыларға арналған сабақтар)	қазан 23.10.2025ж. 18:00 наурыз 26.03.2026ж. 18.00	ДТІЖО Психолог	
8	Бақытты аналықтың құпиялары	1. Қазіргі аналықтың ерекшеліктері 2. Отбасы мен кәсіби қызметті үйлестіру 3. Егер ана жалғыз қалса... 4. Тиймді ана болу дағдылары	сәуір 30.04.2026ж 18.00	ДТІЖО Психолог	

2025–2026 оқу жылына арналған КММ «№ 21 ЖОББМ» 5-9 сынып оқушыларының ата-аналарын педагогикалық қолдау жоспары



№	Тақырып	Мазмұны	Мерзімі, уақыты	Жауаптылар
1	Жасөспірімдердегі ұйқы: оқу мен мінез-құлыққа әсері	1. Жасөспірімдердің ұйқы физиологиясы 2. Ұйқы бұзылыстары: дерігерге жүгінуге себеп 3. Ұйқы бұзылуының көңіл-күйге, мінез-құлыққа және оқуға әсері 4. Салауатты ұйқы: ұйымдастыру тәсілдері мен оң дағдыларды қалыптастыру	қыркүйек 25.09.2025ж. 18.00	ДТДЖО Психолог
2	Барлық отбасы мүшелеріне арналған салауатты тамақтану	1. Отбасына пайдалы әрі пайдалы өнімдерді тандау 2. Отбасы мүшелерінің мәзір дайындауға, тамақ әзірлеуге және азық-түлік сатып алуға қатысуы 3. Танғы, түскі және кешкі асты өткізіп алмау арқылы тегерімді тамақтану 4. Бакылаусыз артық тамақтану «Ішкі күш» бағдарламасы. 1-кездесу: «Қауіпсіздік пен сенім – тірек қалыптастырамыз»	қазан 23.10.2025ж. 18.00	ДТДЖО. Психолог
3	Есте сақтауды дамытамыз	1. Жасөспірім неге есте сақтау қиындықтарын сезінуі мүмкін 2. Жасөспірім жад ерекшеліктері 3. Жасөспірім интеллектісін дамытуға арналған тиімді құралдар 4. Ата-аналардың интеллектіуалды дамуға қолдауы: практикалық ұсынымдар	қараша 27.11.2025ж. 18.00	ДТДЖО Психолог
4	Баланыздың ақыл-ойын	1. Жасөспірімнің зияткерлік қабілеттері мен дағдыларын дамытудың маңызы	желтоқсан 25.12.2025ж.	ДТДЖО

оатыңыз	2.Интеллект дамуына жеткілікті көңіл бөлмеу мәселесі 3. Отбасы мен мектептің алдын алу іс-әрекеттерінің тиімді стратегиялары, ашық қарым-қатынасты және бірлескен іс-әрекетті қолдау «Ішкі күш» бағдарламасы. 2-кездесу: «Эмоциялар және	18.00	Психолог	
5	Жасөспірімді түсіну және қабылдау	1. Жасөспірімнің даму ерекшеліктерін түсіну 2.Эмпатия және жасөспіріммен тиімді қарым-қатынас орнату дағдыларын дамыту 3.Жасөспірімнің өзін-өзі бағалау мен өзін түсінуді қалыптастыруға арналған ұсыныстар 4.Қолдаушы ортаны құру әдістері	қаңтар 29.01.2026ж. 18.00	ДТЖО Психолог
6	Балалардың зиянды сыртқы әсерлерге төзімділігі	1. Жасөспірімді зорлық-зомбылықтан қорғау: сенім мен жеке кеңістікке құрмет (Ата-аналарға арналған сабақ) 2. «Зорлық-зомбылыққа – ЖОК»: шекараны біл, қорғана біл (Оқушыларға арналған сабақ) 3. Қазіргі әлемдегі жасөспірім: аялдатытын белгілер және қорғаныс (Ата-аналарға арналған сабақ) 4. Цифрлық әлемде қауіпсіз болу жолдары (Оқушыларға арналған сабақ) «Ішкі күш» бағдарламасы. 3-кездесу: «Тәжірибені ұтыну және ішкі күш»	қазан 23.10.2025ж. ақпан 26.02.2026ж. 18.00 19.02.2026ж. 18.00	ДТЖО Психолог
7	Сіздің баланыз төтенше жағдайға дайын ба?	1. Төтенше жағдайлардың ерекшеліктері және нақты әрекеттер қабылдау 2. ТЖ кезінде және оған дейін бала өзін қалай ұстауы керек 3.ТЖ кезінде өзін-өзі ұстай білу дағдыларының маңыздылығы 4.Күтпеген қауіп жағдайында өмірді сақтау алгоритмдері	наурыз 26.03.2026ж. 18.00	ДТЖО Психолог
8	Әке болу – баланың бақыт	1. Қазіргі әкенің құндылықтары қандай? 2.Әкенің жеке қасиеттері	сәуір 30.04.2026ж.	ДТЖО Боранбаева К.Е. Психолог

көзі	3.Баланы тәрбиелеу мен оқытуға әкенін белсенді қатысуы 4.Әкенін баланың табысты өмір сүруіне қажет мықты қасиеттерін қалыптастыруға әсері «Ішкі күш» бағдарламасы. 4-кездесу: «Өзін-өзі қолдау және өзін-өзі қорғау дағдыларын дамыту»	18.00 23.04.2026ж.
-------------	--	----------------------------------



2025–2026 оқу жылына арналған КММ «№ 21ЖОББМ» 10-11 сынып оқушыларының ата-аналарын педagogикалық қолдау жоспары

№	Тақырып	Мазмұны	Мерзімі, уақыты	Жауаптылар
1	Ұйқы және жасөспірімнің психикалық денсаулығы	1.Салауатты ұйқының маңыздылығын түсіну 2. Ұйқының физикалық және психикалық жағдайға әсері 3. Ұйқы алдында босансу неге маңызды және бұл ұйқы сапасына қалай әсер етеді 4.Жақсы демалыс үшін тыныш атмосфераны құру бойынша ұсыныстар	қыркүйек 25.09.2025ж. 19.00	ДТДЖО Психолог
2	Үйден тыс тамақтану	1. Баланың шешім қабылдау дағдысын дамыту 2. Фастфудты экологиялық (психологиялық тұрғыдан қауіпсіз) жолмен алмастыру 3. Салауатты тамақтануды қолдау: себептер мен шешімдер 4. Үйде және сыртта салауатты тамақтану бойынша практикалық кеңестер	қазан 23.10.2025ж. 19.00	ДТДЖО Психолог
3	Өмір бойы білім алу: не үшін? қалай?	1. Өзін-өзі дамыту не үшін қажет? 2. Өзін-өзі білім беруде өзін-өзі талдау, өзін-өзі бағалау және өзін басқару қандай рөл атқарады? 3. Баға қандай білім мен дағдыларды меңгеруі керек 4. Өзіндік білім алу қызметін ұйымдастыруда балаға қалай көмектесуге болады	қараша 27.11.2025ж 19.00	ДТДЖО Психолог
4	Шығармашылыққа ынталандыру	1. Шығармашылық ойлаудың жоғары сынып оқушыларының табысқа жетуіндегі маңызы 2. Шығармашылық ойлауды дамытатын дағдылар 3. Отбасылық ортада креативтілікті дамыту тәсілдері 4. Креативтілікке апаратын жол: әдістер мен тәсілдер	желтоқсан 25.12.2025ж. 19.00	ДТДЖО Психолог
5	Тұлғаның қалыптасуы:	1. Ата-анадан психологиялық ажыраудың (сепарация) маңыздылығы, кезеңдері	қаңтар 29.01.2026ж.	ДТДЖО Психолог

	дербестікке құқық	2.Сепарация түрлері: эмоциялық, құндылықтық, практикалық, жанжалдық 3.Сепарацияға әсер ететін факторлар: кейстерді талдау 4.Ата-ана мен жасөспірім арасындағы шекараларды орнатудың маңыздылығы	19.00	
6	Ата-аналардың эмоционалдық күйзелісі: алдын алу және жеңу жолдары	1. Эмоционалдық күйзелістің белгілерін қалай тануға болады: күйіп кетудің алғашқы белгілері 2.Белсенді ата-аналардағы эмоционалдық күйзеліс кезеңдері 3.Эмоциялық күйзелісті өз бетінше еңсерудің әдістері мен тәсілдері 4.Эмоциялық күйзелістің алдын алу жолдары	ақпан 26.02.2026ж. 19.00	ДТЖО Психолог
7	Жеке қауіпсіздік мәдениетін қалыптастыру	1. Шекаралар мен қолдау: жасөспірімге қиындықтарды еңсеруге қалай көмектесуге болады (Ата-аналарға арналған сабақ) 1.1. Жеке шекаралар және зорлық-зомбылық: көру, түсіну, әрекет ету (Оқушыларға арналған сабақ) 2.Цифрлық әлемдегі жасөспірімнің қауіпсіздігі мен жауапкершілігі (Ата-аналарға арналған сабақ) 2.1. Желідегі қауіптер: қорғану ережелері (Оқушыларға арналған сабақ)	қазан 23.10.2025ж. 19.00 наурыз 26.03.2026ж. 19.00	ДТЖО Психолог
8	Болашаққа көзқарас: баланың алуғабой калай көмектесуге болады	1.Жоғары сынып оқушысын түсіну 2. Бала үшін жана мүмкіндіктер – ата-ана үшін жана міндеттер 3.Мамандық тандауда көмектесу 4.Табысқа жету үшін қажетті әмбебап дағдыларды дамыту	сәуір 30.04.2026г. 19.00	ДТЖО Психолог

План педагогической поддержки родителей учащихся 1-4 классов в КГУ «СОШ №21» на 2025-2026 учебный год

Бекітеміні
Мектеп басшысы
Ю.Безрукова

№	Тема	Содержание	Дата, время проведения	Ответственные
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	сентябрь 25.09.2025г. 18.00ч	ЗДВР Психолог
2	Создаем здоровые пищевые привычки	1. Важность здорового питания в развитии детей: физическое и психическое состояние 2. Примеры заблуждений, связанных с неправильным питанием, и их последствия 3. Основы здорового питания; разнообразие, умеренность и баланс 4. Практические советы по созданию поддерживающей среды для здорового питания в семье	октябрь 23.10.2025. 18.00ч	ЗДВР Психолог
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	ноябрь 27.11.2025г. 18.00ч	ЗДВР Психолог
4	Учимся мыслить логически	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	декабрь 25.12.2025г. 18.00ч	ЗДВР Психолог
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	январь 29.01.2026г. 18.00ч	ЗДВР Психолог

		родителям 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, важность и понимание чувств ребенка и других людей 3. Способы выражения, понимания чужих и собственных чувств 4. Научить ребенка разрешать конфликты-советы родителям	февраль 26.02.2026г. 18.00ч	ЗДВР Психолог
7	Безопасность детей-забота взрослых (Программа «Безопасность ребенка»)	1. Личная безопасность и защита от насилия. (Занятия для родителей). 1.1 Я знаю, что можно, а что нельзя! (Занятия для обучающихся) 2. Цифровая безопасность и защита ребенка в онлайн-среде. (Занятия для родителей) 2.1 Интернет-мой друг, если я знаю правила. (Занятия для обучающихся)	Октябрь 23.10.2025г.	ЗДВР Психолог
8	Секреты счастливого материнства	1. Особенности современного материнства 2. Семья и профессиональная занятость 3. Если мама осталась одна.... 4. Навыки эффективной мамы	апрель 30.04.2026г. 18.00ч	ЗДВР Психолог

План педагогической поддержки родителей учащихся 5-9 классов в КГУ «СОШ №21» на 2025-2026 учебный год.


 Бекітемін
 Мектеп басшысы
 Ю.Безрукова

№	Тема	Содержание	Дата, время проведения	Ответственные
1	Сон у подростков: Влияние на учебу и 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	сентябрь 25.09.2025г. 18.00ч	ЗДВР Психолог
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 Программа «Внутренняя сила». Встреча 1. «Безопасность и доверие – создаем опору»	октябрь 23.10.2025. 18.00ч	ЗДВР Психолог
3	Развиваем память	1. Почему подросток может испытывать сложности запоминания 2. Особенности подростковой памяти 3. Эффективные инструменты к развитию интеллекта подростков 4. Поддержка родителей в интеллектуальном развитии подростков: практические рекомендации	ноябрь 27.11.2025г. 18.00ч	ЗДВР Психолог
4	Разбудите ум вашего ребенка	1. Важность развития умственных способностей и навыков у подростков 2. Проблема недостаточного внимания к развитию интеллекта подростков 3. Эффективные стратегии профилактики детской деятельности семьи и школы, поощрение открытого	декабрь 25.12.2025г. 18.00ч	ЗДВР Психолог

		общения и участия в совместной деятельности		
		Программа «Внутренняя сила». Встреча 2. «Эмоции и способы их выражения».	18.12.2025г. 18.00ч.	
5	Как понять и принять подростка	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	январь 29.01.2026г. 18.00ч	ЗДВР Психолог
6	Устойчивость детей к разрушающим внешним влияниям	1. Защита от насилия подростка через доверие и уважение личного пространства. (Занятия для родителей) 1.1.Стоп Насилию: знай границы, умей защищаться. (Занятие для учащихся). 2. Подросток в современном мире: тревожные сигналы и защита. (Занятия для родителей) 2.1.Цифровой мир: как быть в безопасности? (Занятие для учащихся).	Октябрь 23.10.2025г.	ЗДВР Психолог
		Программа «Внутренняя сила». Встреча 3. «Осмысление опыта и внутренняя сила».	февраль 26.02.2026г. 18.00ч 19.02.2026г. 18.00ч.	
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	март 26.03.2026г. 18.00ч	ЗДВР Психолог
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	апрель 30.04.2026г 18.00ч	ЗДВР Психолог

		качеств для успешной жизни Программа «Внутренняя сила». Встреча 4. «Развитие навыков самопомощи и самозащиты».	23.04.2026г.	
--	--	---	---------------------	--

План педагогической поддержки родителей учащихся 10-11 классов в КГУ «СОШ №21» на 2025-2026 учебный

год.



№	Тема	Содержание	Дата, время проведения	Ответственные
1	Сон и ментальное здоровье подростка	1. Понимание важности здорового сна 2. Влияния сна на физическое и психическое состояние 3. Почему важно умение расслабиться перед сном и как это влияет на качество сна 4. Рекомендации как создать спокойную атмосферу перед сном для лучшего отдыха	сентябрь 25.09.2025г. 19.00ч	ЗДВР Психолог
2	Питание вне дома	1. Развитие навыка принятия решений у ребенка 2. Экологичные (психологические безопасные) способы замены фастфуда 3. Поддержка здорового питания: мотивы и решения 4. Практические советы и шаги здорового питания в домашних условиях и вне	октябрь 23.10.2025г. 19.00ч	ЗДВР Психолог
3	Учимся в течении всей жизни: зачем? как?	1. Зачем человеку нужно самообразование? 2. Какое место занимают в самообразовании самонализ, самооценка, умение управлять собой? 3. Какими умениями и навыками самообразования должен овладеть ребенок 4. Как помочь ребенку организовать самообразовательную деятельность	ноябрь 27.11.2025г. 19.00ч	ЗДВР Психолог
4	Поощряем креативность	1. Значимость креативного мышления в преуспевании старшеклассников 2. Навыки, способствующие развитию креативного мышления 3. Способы развития креативности в семейной обстановке 4. Путь к креативности: методы и подходы	декабрь 25.12.2025г. 19.00ч	ЗДВР Психолог
5	Становление личности: право	1. Важность психологического отделения (сепарации)	январь	ЗДВР

	на самостоятельность	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	29.01.2026 г. 19.00ч	Психолог
6	Эмоциональное выгорание родителей: как его предотвратить и преодолеть?	1. Как распознать признаки эмоционального истощения: сигналы предостоящего выгорания 2. Фазы эмоционального истощения у вовлеченных родителей 3. Методы и приемы для самостоятельного преодоления эмоционального выгорания. 4. Профилактика эмоционального выгорания.	февраль 26.02.2026г. 19.00ч	ЗДВР Психолог
7	Формирование культуры личной безопасности	1. Границы и поддержка: как помочь подростку справиться с вызовами. (Занятие для родителей). 1.1. Личные границы и насилие: вижу, понимаю, действую. (Занятие для учащихся) 2. Безопасность и ответственность подростка в цифровом мире. (Занятие для родителей) 2.1. Сетевые угрозы: правила защиты. (Занятие для учащихся)	Октябрь 23.10.2025г.	ЗДВР Психолог
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	Апрель 30.04.2026г. 19.00ч	ЗДВР Психолог