



№2 (58) Маусым 2024

Қазақстан балалары





ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ
ОҚУ-АҒARTY МИНИСТРЛІГІ
БАЛАЛАРДЫҢ ҚҰҚЫҚТАРЫН
ҚОРҒАУ КОМИТЕТІ

111

БАЛАЛАРДЫҢ
СЕНІМ ТЕЛЕФОНЫ

Қымбатты дос!

Сенім телефоны арқылы
көмектесу құпия және тегін!



Әрбір адам өмірінде қиын жағдайға тап болуы мүмкін. Сенім телефоны сізге көмек қолын созып, қандай жағдай болмасын, тығырықтан шығар жолды табуыңызға көмектеседі.

Сенім телефонының көмегіне балалар да, ересектер де жүгіне алады. Әрбір адамның арыз-шағымы тыңдалып, білікті маман кеңес береді. Барлығымыздың да көңіл-күйіміз сәт сайын өзгеруі мүмкін, қуаныш пен бақыттан бас айналып, артынша, өмірден баз кешіп кете жаздайтын жағдайлар кездеседі. Сондықтан да маманмен кеңесіп тұрған абзал, оның көмегінің арқасында даудамайдың және ойланбай істеген әрекеттің алдын ала аласыз.



Балалардың
СЕНІМ
ТЕЛЕФОНЫ



Құрметті
оқырмандар!

Қазақстан Республикасы білім және ғылым министрлігі Балалардың құқықтарын қорғау комитетінің қолдауымен телеграмм мессенджерінде 2019 жылдан бастап кәмелетке толмағандарға қатысты құқықтардың бұзылуын, зорлық-зомбылықты немесе қатыгез қарым-қатынасты анықтау мақсатында құрылған «Bala Qorgau» чаты жұмыс істейді. Өтініштерге жедел жауап беру мақсатында 24/7 режимінде Balaqorgaubot2.0 телеграм-боты іске қосылды. Балалардың қауіпсіздігі мен амандығы біздің қолымызда!



BALAQORGAUBOT2.0



Құрметті оқырмандар –
құрметті оқушылар, қадірменді
ата-аналар мен ұлағатты
ұстаздар!



Сіздерді біздің ғылыми-әдістемелік журналымыздың екінші санын назарларыңызға ұсынатынымызды қуана хабарлағымыз келеді. Бұл шығарылым Халықаралық балаларды қорғау күніне орай арнайы дайындалды. Барлық балаларға арналып жасалатын бұл мереке олардың құқығын қорғаудың маңыздылығын еске салады және болашақ ұрпақтың бақытты әрі қауіпсіз өсуі үшін әрқайсымыздың жауапкершілігімізді арттырады.

Бұл нөмірде біз «Қазақстан балалары – бүгінгің батырлары» тақырыбында ой қозғаймыз, балалардың қауіпсіздігі үшін аса маңызды «қауіпті ойыншықтар» туралы ақпарат ұсынамыз. Сондай-ақ демалысты қызықты әрі пайдалы өткізу үшін Қазақстанның ең керемет туристік мекендерін таныстырамыз.

Бала тәрбиесіндегі көшбасшылық қабілеттерді дамыту және эмоциялық интеллекттің қалыптасуы, ата-аналар мен мұғалімдер үшін маңызды мәселелер де назардан тыс қалмайды. Сонымен қатар, үй жағдайында балалармен бірге жүргізуге болатын ғылыми тәжірибелер және олардың денсаулығы мен дамуы туралы қызықты материалдар да ұсынылған.

Қадірлі ұстаздар мен ата-аналар! Сіздерге балаларды оқыту мен тәрбиелеудегі үлкен еңбектеріңіз үшін алғыс білдіреміз. Балалардың дені сау, оқуда табысты болуы – біздің ортақ мақсатымыз. Әрбір бала біздің қолдауымызға мұқтаж екенін ұмытпайық!

Сіздерге игілік, шабыт пен табыс тілейміз!

Құрметпен,
Насымжан Жамбекқызы Оспанова
ҚР ОМ Балалардың құқықтарын
қорғау комитетінің төрағасы

Қазақстан балалары

ҒЫЛЫМИ-ӘДІСТЕМЕЛІК ЖУРНАЛ /
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ
№2 (58) Июнь 2024

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:
А.А. КАЙЫРБАЕВ

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:
Н.Ж. ОСПАНОВА
Ю.Р. ОВЕЧКИНА
Д.Т. МАКТАЕВА
А.И. ТАСБУЛАТОВА
А.Е. МАКУЛБЕКОВА
Р.А. КОЗКЕЕВА

ФОТО, ДИЗАЙН И ВЕРСТКА:
Ю.В. ВЕРОВСКАЯ

КОРРЕКТОРЫ:
Е.С. КАРАБАЕВ

АДРЕС РЕДАКЦИИ:
А15А0Е6, г. Алматы, бульвар
Бухар Жырау, 27/5, оф. 589
Тел.: +7 (7273) 912-030
Email: info@reindeer.kz

СОБСТВЕННИК ЖУРНАЛА:
Республиканское государственное
учреждение «Комитет по охране прав
детей Министерства просвещения
Республики Казахстан»

ПЕРИОДИЧНОСТЬ ИЗДАНИЯ
ЖУРНАЛА:
Четыре раза в год

Регистрационное свидетельство
№ 10900-Ж от 30 апреля 2010 г.,
выдано Комитетом информации и
архивов Министерства культуры и
информации Республики Казахстан.

За точность фактов и достоверность
информации ответственность несут
авторы материалов.

Отпечатано в ТОО «РД Эдвайзори»
Заказ № 1
Тираж 100 экз.

www.qazaqstanbalalary.kz



1 МАУСЫМ – ХАЛЫҚАРАЛЫҚ, БАЛАЛАРДЫ ҚОРҒАУ КҮНІ!





Балалық шақты қорғау, баланың әл – ауқатын, қауіпсіздігін қамтамасыз ету – Қазақстан Республикасының мемлекеттік саясатының маңызды және басым бағыттарының бірі болып табылады.

Осы себепті 1 маусым – Халықаралық балаларды қорғау күнінің аталуына Қазақстанда ерекше назар аударылады.

Мемлекеттік құрылымдардың, қоғамдық, үкіметтік емес ұйымдардың, бизнес-топтардың, ата-аналар жұртшылығының, БАҚ-тың күш-жігері біріктіріледі.

Бұл күн еліміздің балалар халқының өмір сүру сапасын қамтамасыз ету, құқықтары мен мүдделерін орталық және жергілікті деңгейлерде мемлекеттік саясаттың алдыңғы қатарына шығару, білім алу, демалу және т. б. құқықтарын сақтау мәселелерін өзектендіруге арналған.

Біз әрбір қазақстандық бала үшін балалық шақ саласын анағұрлым қолайлы еткіміз келеді.

Уақыт тенденцияларын ескере отырып ағымдағы жылы Халықаралық балаларды қорғау күнін мерекелеудің форматы да өзгеруде. Елімізде дәстүрлі түрде балаларға арналған ойын – сауық іс-шараларын өткізумен қатар, осы күннің барлық шығармашылық және мәдени іс-шараларының негізін балаларды қорғау және қауіпсіздігін қамтамасыз ету мәселелеріне бағыттау ұсынылды.

Жалпы республика бойынша 1 маусымда Халықаралық балаларды қорғау күнін мерекелеу шеңберінде 5 млн. астам бала қамтылып, 1 мыңнан астам бұқаралық іс-шаралар өткізілді деп сенімді айта аламыз.

Осындай ауқымды іс-шаралардың бірі Мемлекет басшысының қатысуымен Алматы қаласында өткізілген «BALAFEST Jas Galym Science Quest» балалар фестивалі. Фестиваль үлкен ойын түрінде немесе бірнеше кезеңнен тұратын квест түрінде өткізіліп 1500-ден астам баланы қамтыды. Квест соңында



қатысушылар медаль және естелік сыйлықтарды йеленіп, қатысушылар еліміздің Президентімен тілдесуге мүмкіндік алды.

Ағымдағы жылы Қазақстан Республикасының Оқу ағарту министрлігімен мерекелеу тұжырымдамасына сәйкес ауқымды 4 бағыт бойынша іс-шаралар жоспарланып жүзеге асырылды.

1 бағыт «АҚОРДАҒА САЯХАТ» –

Президент резиденциясына саяхат!

Өңірлердің халықаралық және республикалық зияткерлік, шығармашылық және спорттық байқаулардың жеңімпаздары, су тасқыны аймақтарынан келген 81 бала ҚР Президентінің резиденциясына барып, бірегей сәулет ансамблімен, ҚР Президентінің жұмыс орнымен, оның күн тәртібімен танысты, сондай-ақ Резиденция аумағындағы бақшада серуендеді.

Елорданың тарихи рөлін көрсету үшін Астана қаласының мәдени және ойын-сауық орындарына, соның ішінде Ұлттық музейге, «Нұр Әлем» мұражайына экскурсиялар ұйымдастырылды.





2 бағыт «БАЛА ҮНІ» – Оқу-ағарту вице-министрі Е. Оспанның және Бала құқықтары жөніндегі уәкіл Д. Закиеваның қатысуымен ауылдық жерлерден және су тасқынынан зардап шеккен өңірлерден келген және ерлік көрсеткен 41 баламен кездесуі өткізілді.

Кездесу ашық диалог форматында өтті, онда балалар өздері, отбасы, мектептегі жетістіктері, хоббиі, қызығушылықтары мен армандары туралы айтты. Балаларға «Балдәурен» РОСО естелік сыйлықтар мен жолдамалар табыс етілді, ержүрек балалардың еңбегі батыр балалар мен олардың ата-аналарына алғыс хаттар табыс етілді.

Мақсаты балалардың қоғам өміріне қатысу құқығын іске асыру бойынша диалог жүргізу, кездесуі

ұйымдастыру. Қазақстандық балалардың өмірін жақсартуға бағытталған идеялармен таныстыру. Батыр балалардың тәжірибесімен бөлісу.

3 бағыт «БАЛАЛАР ӘЛЕМІ» – ОМО, БҚУ, ӨБҚУ, ҮЕҰ, мектептер, медициналық мекемелер, кәсіпорындар, ұйымдар, балалардың құқықтарын қорғау саласына үлес қосқан азаматтардың қатысуымен республикалық брифингтің өткізілді.

Мақсаты жалпы платформада ақпарат алмасу, өзекті мәселелер мен жетістіктерді талқылау, халықтың хабардарлығын арттыру және балалардың құқықтарын қорғау саласында қоғамдық қолдауды қалыптастыру үшін мемлекеттік органдардың, үкіметтік емес ұйымдардың және басқа да мүдделі тараптардың күш-жігерін біріктіру.





4 бағыт «БАҚЫТТЫ БАЛАЛЫҚ ҮШІН» - жергілікті атқарушы органдардың бірінші басшыларымен диалог алаңын өткізу, бұқаралық ағарту, мәдени, спорттық және ойын-сауық іс-шаралары, әлеуметтік бастамалар, білім беру науқандары мен бағдарламалары, челленджер, шеберлік сыныптары және т. б. өткізілді.

Мақсаты балалық шақ мәселелеріне жұртшылықтың назарын аудару, сондай-ақ Бала құқықтары туралы конвенция нормаларын іске асыру бойынша Қазақстанның 30 жыл ішінде атқарған жұмысының қорытындысын шығару.

Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігінің бастамасымен 1 маусымда елдің барлық өңірлерінде «Алтын балалық шақ» атты онкүндік басталды. Бұл шара балалардың құқықтары мен міндеттері, отбасылық құндылықтарды насихаттау, спорттық, тарихи-өлкетану және экологиялық бағыттар, қауіпсіздік мәселелері, қайырымдылық, оқу мәдениеті және таланттар шеруі сынды тақырыптарды қамтиды.

• Қалалық және облыстық мәслихаттардың депутаттары мен мемлекеттік органдардың қызметкерлері балалар үйі, жетім балалар мен ата-анасының қамқорлығынсыз қалған балаларға арналған мекемелерге, балаларды оңалту орталықтарына, сондай-ақ ауруханаларға барып қайтты.

• Білім беру, денсаулық сақтау және әлеуметтік қорғау саласындағы арнайы мекемелерде мерекелік іс-шаралар ұйымдастырылып, ойын-сауық бағдарламалары, фотосессиялар, спорттық және шығармашылық байқаулар өткізілді.

«Бақытты балалық шақ үшін» республикалық акциясы аясындағы іс-шаралар қоғамның назарын балалар мәселелеріне аударуға бағытталған. Бұл акцияға облыс, қала және аудан әкімдері, мемлекеттік органдар, педагогтар, ата-аналар, балалар, үкіметтік емес ұйымдар және түрлі кәсіпорындар қатысты.

Акция аясында балалар үшін театрларға, кинотеатрларға, мұражайларға және концерттерге тегін немесе жеңілдетілген бағамен кіру ұйымдастырылды.





Сонымен қатар, сурет салу, музыка, би және басқа да шығармашылық түрлері бойынша шеберлік сабақтары, спорттық жарыстар, турнирлер және жаттығулар, білім беру лекциялары, семинарлар және интерактивті сабақтар өткізілді. Ата-аналарға педагогикалық қолдау көрсету орталықтарында кездесулер, психологтардың кеңес беру орындарында ата-аналар мен балаларға көмек көрсету бойынша консультациялар ұйымдастырылды. Жанұяларды біріктіруге және мектепте достық атмосферасын қалыптастыруға бағытталған отбасылық іс-шаралар, патронаттық және қамқорлық отбасыларының ең үздік тәжірибелерін бұқаралық ақпарат құралдарында тарату, қайырымдылық акциялары мен

жобалар, мәдениет және өнер қайраткерлерімен, ғалымдармен және спортшылармен кездесулер өткізілді. Сондай-ақ, кітапханаларда, балалар емханаларында «Ашық есік күндері», балаларды құқықтық ақпараттандыруға, жарақат алудың алдын алуға және қауіпсіздікті қамтамасыз етуге бағытталған ақпараттық хабарламалар жасалды. Акция аясында 111 сенім телефоны, «Бала қорғау» Telegram-чаты, call-орталықтар және сенім телефондары туралы ақпарат таратылды. Сонымен қатар, «Қауіпсіз жаз» акциясы аясында балалардың сауықтыру орталықтары, аттракциондар мен ойын алаңдарының жағдайына мониторинг жүргізілді.

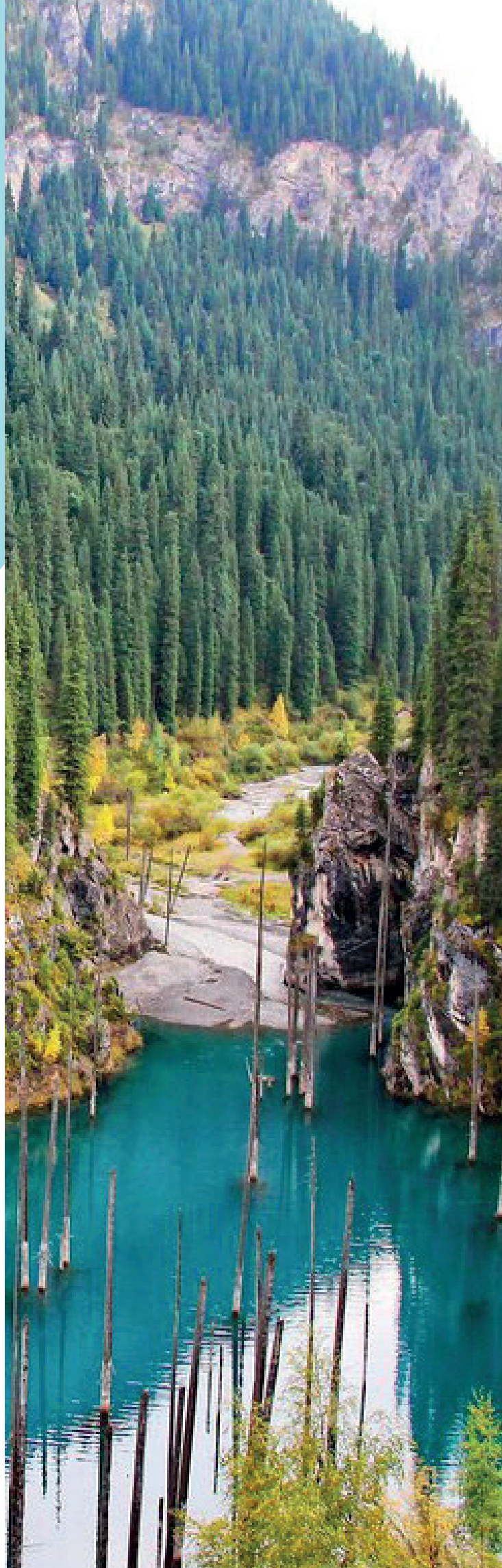
*Тасбулатова Айгуль Иертаевна, ҚР
ОМ Балалардың құқықтарын қорғау
комитетінің бас сарапшысы*

ЖАЗҒЫ ДЕМАЛЫСТА ҚАЙДА САЯХАТТАУҒА БОЛАДЫ

Қазақстанның ең керемет туристік мекендері

Қазақстан Республикасы - әдемі әрі қызықты өлке. Мемлекет өзінің ерекше табиғатымен, тұзды және тұщы су қоймаларымен, ұлттық саябақтарымен танымал. Біздің еліміздің көрікті жерлеріне қызығушылық танытатын шетелдік туристер саны да артып келеді. Сондықтан болар қазақстандықтардың да отандық туризмге назары ауып, ел ішіндегі ғажап мекендерді аралап жүр.

Жаз келгенде еске суға түсу түсетіндіктен, алдымен ыстық күндері шомылуға болатын демалыс орындарына тоқталайық.



АЛАКӨЛ

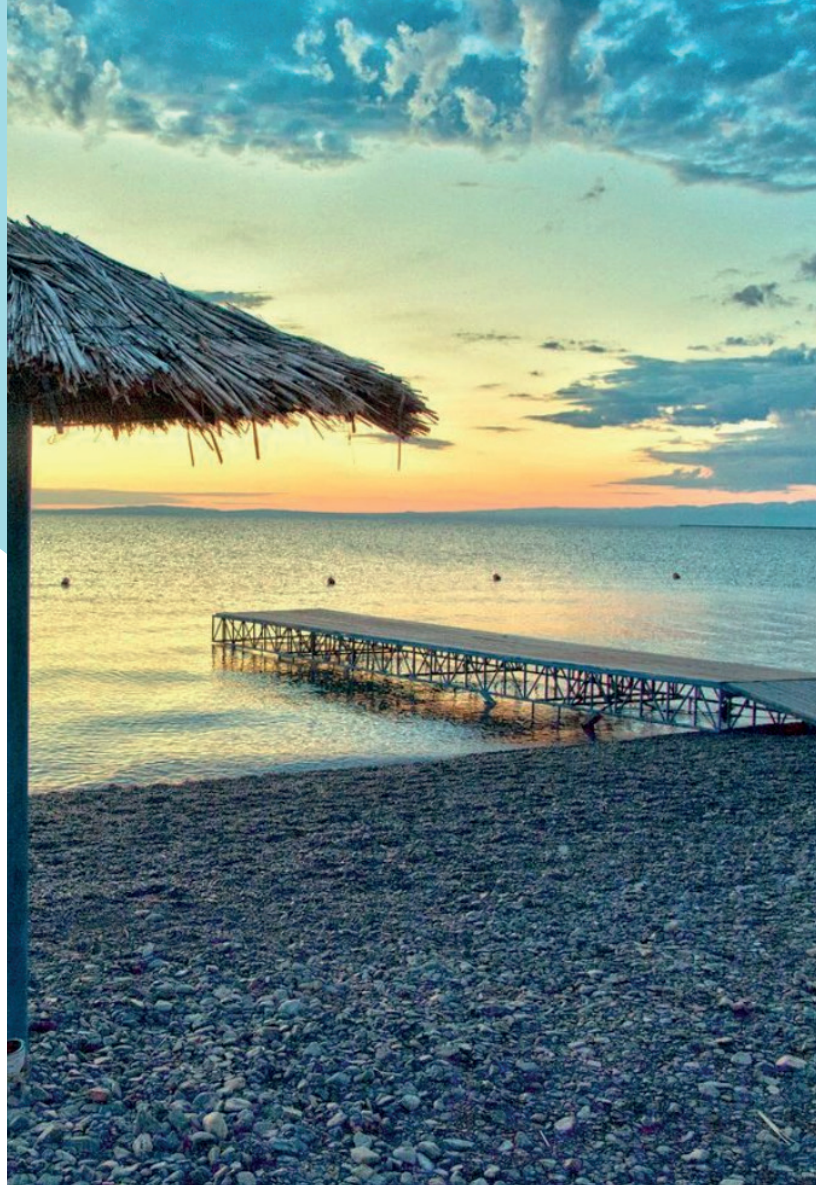
Алакөл - Оңтүстік-Шығыс Қазақстанда Абай және Жетісу облыстарының шекарасында орналасқан үлкен ащы-тұзды көл. Су қоймасының қазақ тілінен “түрлі-түсті көл” деп аударылатын дыбыстық атауды алуының да мәні бар. Судың түсі күні бойы өзгеріп отырады, яғни таңертең көгілдір көк түсті болса, күн батқанда дейін күлгін түске өзгереді. Шуақты күндерде көл суы түрлі түсті, ал бұлтты ауа райында сұр-қара болады.

Алакөл қолжетімді бағада, жақсы демалып келуге мүмкіндік беретін жер. Демалуға пойыз, автобус немесе көлікпен баруға болады, дегенмен автокөлікпен бару айтарлықтай шаршатуы мүмкін. Ал пойызбен бару ыңғайлырақ, бірақ билетті алдын ала сатып алған жөн.

Алакөлдің таңғажайып жағажайы қара, илектелген және тегіс тастардан, қиыршық тастардан тұрады. Бірақ жалаң аяқ қиыршық тастармен жүру мүмкін емес, сондықтан міндетті түрде аяқ киім ала бару қажет.

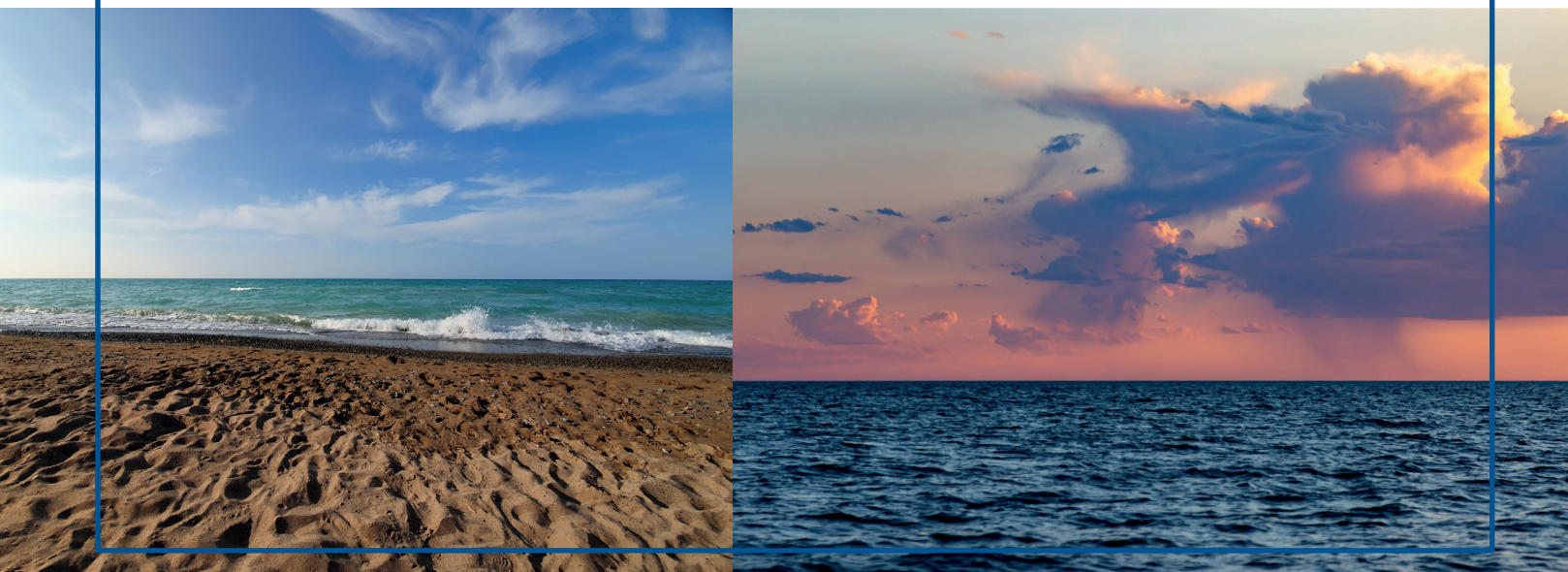
Алакөл көлінің айналасында көптеген демалыс орталығы салынған. Бір бөлмені жалға алатын болсаңыз, күніне үш мезгіл тамақтану бағасына кіреді. Немесе жақын маңдағы ауылда жергілікті тұрғындардан бөлме жалға алуға болады.

Мұнда шомылу маусымы 1,5 айға ғана созылады, яғни шілденің басынан тамыздың ортасына дейін. Маусымнан тыс уақытта су суық, жел соғып, көлде үлкен толқындар пайда болады.



БАЛҚАШ

Бұл тұзды, ағынды емес екінші үлкен көл. Тар түбек пен оның етегінен өтетін ұзын - Арал бұғазы Балқашты екі бөлікке бөледі, оның батыс бөлігінің тереңдігі таяз, суы тұщы, ал көлдің шығыс бөлігі тұзды және терең. Балқаш көлінде демалудың танымал түрі - жағажай туризмі. Демалушыларға көптеген аймақ пен демалыс үйлер, қонақ үйлер мен санаторийлер қызмет көрсетеді. Су спортымен айналысуға және балық аулауға баруға мүмкіндік бар.



БУРАБАЙ

Ақмола облысының басты табиғи көрікті жерлері - “Бурабай” ұлттық табиғи паркінің нысандары. Саябақты Қазақстанның інжі-маржаны және Қазақстандағы Швейцария деп те атайды.

Курорттың ең әдемі жері Щучинск қаласынан 25 шаршы қашықтықта орналасқан биіктігі 947 метрлік Көкшетау (Синюха) тауы. Ұлттық саябақта 14 ірі (Бурабай, Щучье, Катаркөл және т.б.) және көптеген ұсақ көл орналасқан. Көлдердің жағасында жыл бойы келушілерді қабылдайтын көптеген санаторий, балшықпен емдеу және пансионат бар.



МАҢҒЫШЛАҚ (МАҢҒЫСТАУ)

Бұл Қазақстандағы Каспий теңізінің шығыс жағалауындағы түбек. Түбектің аумағында Қазақстанның Маңғыстау облысы орналасқан. Түбекте көптеген емдік орталық бар, олардың сулары хромға, бромға, натрийге бай. Бекет ата қорымының аумағында жартастағы ойылған мешіт орналасқан, ол XVII ғасырдың мәдени-мемориалдық ескерткіші болып саналады.



БҰҚТЫРМА СУ ҚОЙМАСЫ

Қазақстанда жабайы демалыс ұйымдастыру үшін Бұқтырма су қоймасы керемет мекен. Бұл 1960 жылы Ертіс өзенінде құрылған жасанды су айдыны. Қазақстанның шығысында Өскеменнен 100 шақырым қашықтықта орналасқан. Бұқтырма су қоймасы, елдің ең ірі су қоймасы және 5500 шаршы аумақты алып жатқан әлемдегі бес ірі су қоймасының бірі. Мұнда шілде-тамыз айларында, жасанды теңіздің салқын суы +21-23 °С дейін қызған кезде керемет демалыс өткізуге болады.



АҚТАУ

Ақтау - Каспий теңізінің шығыс жағалауында орналасқан шағын курорттық қала. Мөлдір теңіз, құмды жағажайлар, су асты әлемі мен пальмалар - Ақтаудың басты көрікті жерлері. Бұл аймақтағы жағажай маусымы маусымнан қазанға дейін созылады. Ақтаудың ең танымал жағажайлары - Маракеш, Манила, Достар және Нұр Плаза.

ҚАПШАҒАЙ

Қапшағай су қоймасы және Көлсай көлдерінің жанында арзан демалуға болады. Ол Қонаев қаласында орналасқан. Оның жағалауында көптеген демалыс орындар бар, олардың арасынан арзан жерлерді де табуға болады. Демалыс орны соңғы кезде қазақстандықтардың аса назарын аударып жүрген мекен. Онда жағажайлардың жағдайы жақсарып, көптеген жаңа курорттар ашылып жатыр.

Бұл еліміздегі шомылуға мүмкіндік беретін жерлер. Қазақстанда бұдан басқа шексіз шөлдер мен қатал тау шыңдары, таңғажайып жартастар бар.



ШАРЫН ШАТҚАЛЫ

Алматыдан үш сағаттық жерде орналасқан ашық қызыл жартастар. Шарын шатқалы ауқымдылығы мен әсем бейнесі үшін Жергілікті Үлкен каньон деген атау алған. Шарын өзенінің бойымен созылған жартастар таңғажайып тас мұнараларға ұқсайды және биіктігі 300 метрге жетеді. Бірнеше миллион жыл бұрын шатқал орнында үлкен көл болған. Бірте-бірте оның суы құрғап, Шарын тау өзені тастар арқылы өтетін жолды кесіп өткен, осылайша шатқал пайда болған. Қазір Шарын шатқалы Қазақстанның басты көрікті жерлерінің қатарына кіреді.



ӘНШІ БАРХАН

Алматы маңында тағы бір танымал мекен - үш шақырымға созылған тік беткейлі үлкен кварц құмы тауы. Үлкен бархан мұнда шамамен 10 мың жыл бұрын пайда болған. Ол екі таудың арасында орналасқандықтан, пішінін өзгертпейді және қозғалыссыз қалады. Мекеннің “Әнші бархан” деп аталуының өзіндік себебі бар. Мұнда жауын-шашынсыз ауа райында құм түйіршіктері бір-біріне үйкеліп, ұшақтың гуіліне ұқсайтын дыбыс шығарады. Мысалы, біреу құммен жүретін болса, Барханның әні бірнеше шақырым жерге дейін естіледі.

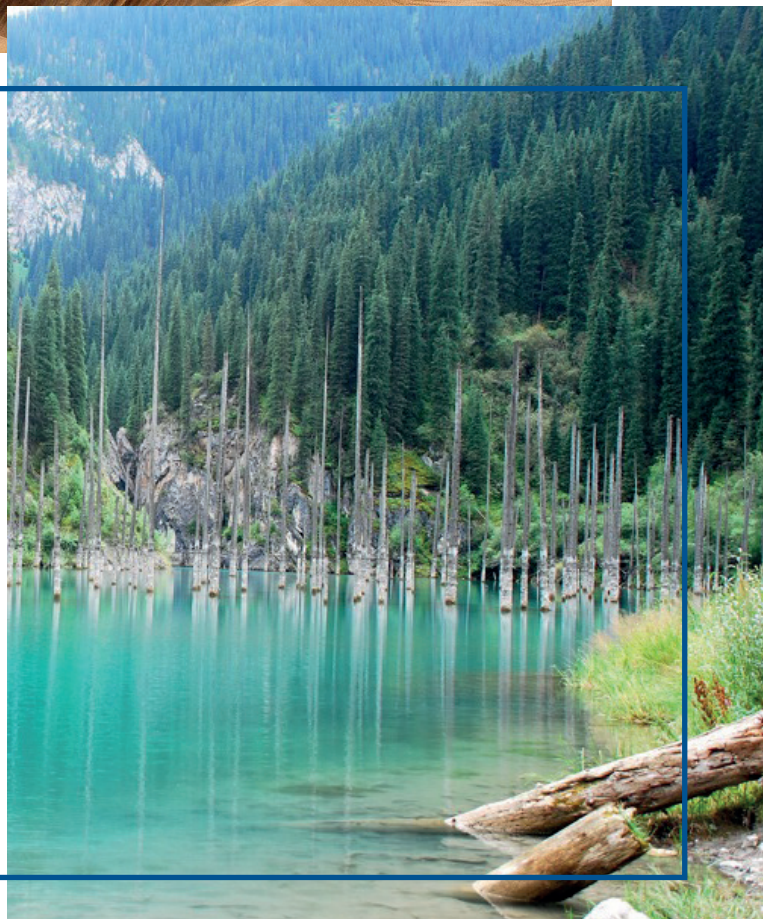
Әнші бархан “Алтынемел” ұлттық паркінің аумағында орналасқан, сондықтан келу үшін арнайы жолдама рәсімдеу қажет. Мұны жақын маңдағы Басши ауылында немесе телефон арқылы саябақ қызметкерлерімен хабарласып, жасауға болады.



КӨЛСАЙ ЖӘНЕ ҚАЙЫҢДЫ КӨЛДЕРІ

Көлсай көлдері - әлемдегі ең әдемі жерлердің бірі. Оларды Тянь-Шаньның көк інжу-маржаны деп атайды. Қазақ тілінен аударғанда “Көлсай” - “шатқалдағы көл” деген мағынаны білдіреді. Осы аттас үш су айдыны Алматыдан 300 шақырым Күнгей-Алатау жотасының шығыс бөлігіндегі Көлсай шатқалында орналасқан.

Бірақ Қайыңды көлі басқалардан өзінің пайда болу тарихымен ерекшеленеді. Ол XX ғасырдың басында, яғни 1911 жылы Верный қаласында болған (қазіргі Алматы) ең ауыр жер сілкінісінен кейін пайда болған. Қайыңды шатқалы опырылып құлап, кішкентай өзеннің орнында қылқан жапырақты орманы бар әдемі көл пайда болды.



АҚСУ-ЖАБАҒЫЛЫ ҚОРЫҒЫ

Қазақстанның ең көне 1926 жылы құрылған қорығы. Ол Батыс Тянь-Шань таулы аймағында Өзбекстан мен Қырғызстан шекарасында шамамен 130 мың гектар жерді алып жатыр. Қарлы шыңдар, түрлі шөпті далалар, керемет шатқалдар, таулы өзендер мен сарқырамалар бар. Қорықта палеозой дәуіріндегі ұлулар мен маржандардың тасқа айналған қалдықтары бар жартастарды немесе Юра дәуіріндегі балықтар, жәндіктер мен өсімдіктердің іздері бар палеонтологиялық аймақтарды көруге болады.

Қорыққа өз бетінше бару мүмкін емес, өйткені аумақта жыртқыш жануарлар, сондай-ақ Халықаралық Қызыл кітапқа енгізілген сирек кездесетін түрлер өмір сүреді.



МАҢҒЫСТАУ ОБЛЫСЫНДАҒЫ ҮСТІРТ ҮСТІРТІ МЕН БОЗЖЫРА ШАТҚАЛЫ

Бозжыры Маңғыстаудың ең ауқымды және әсерлі көрікті жері. Бозжыра - Үстірт үстіртінің батыс шетіндегі шатқал, үлкен жартастары бар, әктас жыныстарынан тұратын жеке таулар. Қазақ тілінен бұл ерекше атау "сұр жыра" немесе "сұр-көк ойпат" деп аударылады. Су, жел және уақыт таңғажайып жартастарды тудырған.

Жүздеген миллион жылдар бойы мұхит түбінде қысыммен әктас қабаттары жиналған, олардың биіктігі бүгінде 250 метрге дейін жетеді. Бұл тұқымда теңіздің ежелгі тұрғындарының қалдықтары сақталған: қабықтар, акулалардың тістері, балдырлардың діңдері және басқалары. Содан кейін тектоникалық ығысудың арқасында Үстірттің үлкен үстірті көтеріліп, су тартылған. Эрозия процесі басталды, ол шамамен 40-60 миллион жылға созылып, қазіргі



көрініс жасалды. Бұл процесс тоқтамайды-мыңдаған жылдардан кейін Бозжыры шатқалы көрінісі мүлде басқаша болуы мүмкін.

ЕСКЕРТКІШТЕР МЕН ҚОЛДАН ЖАСАЛҒАН КӨРІКТІ ЖЕРЛЕР

"Астана-Бәйтерек" монументі

Бұл ел тәуелсіздігінің символы және Қазақстан астанасының ең танымал көрікті жерінің бірі. 2002 жылы салынған үлкен ескерткіш күн сәулесінде әртүрлі түстермен әдемі жарқырайтын үлкен шыны шары бар әсем биік вазаға ұқсайды.



ҚОЖА АХМЕТ ЯСАУИ КЕСЕНЕСІ

ЮНЕСКО-ның Бүкіләлемдік мұра тізіміне енгізілген ортағасырлық көрнекті ескерткіш. Үлкен мемориалдық кешен мешіт пен кесене қызметін атқарған. 10 қабатты әсерлі ғимарат ою-өрнектермен және Құран жазуларымен әшекейленген. Ғимараттың диаметрі 22 метр болатын кірпіш күмбезі бар. Кесененің ішінде - жиналыстар мен ғибадаттарға арналған 35 бөлме бар. Сондай-ақ, ғимаратта асхана, кітапхана және қазандық бар.

Қазақстан өзінің тарихи ескерткіштерімен және таңғажайып табиғи орындарымен танымал. Керемет мешіттер, жергілікті шатқалдардың пейзаждары, ежелгі петроглифтер мен биік көлдер ешкімді де бейжай қалдырмайды.



КӨШБАСШЫЛЫҚТЫҢ ҚАРАПАЙЫМ ҚҰПИЯСЫ



Адамзат қоғамында өзіндік орыны, атқаратын қызметі бар, айналасындағы адамдардан ерекшеленіп тұратын тұлғаны көшбасшы деп айтамыз. Бұл сөздің пайда болуын әр елде әртүрлі сипаттайды. Ертеде Қазақстанның Батыс пен Орталық өңірінде көшпелі және жартылай отырықшы шаруашылыққа сай, қазақ халқының жиі көшіп-қонып өмір сүруіне тура келген. Сол аралықта көшті бастап, тура жолды білетін адамды ортадан сайлап, оны көшбасшы деп атаған. Көшбасшының қызметіне тек көштің алдында жүріп жол бастау емес, жергілікті ру-тайпалардың тарихын білетін, көпті көрген көреген кісілерді қоятын болған. Одан бері талай жыл өтсе де, қоғамда көшбасшының рөлі күні бүгінге дейін маңызды. Өзіңе толықтай сенімді, басқарушылық қабілеті мен елді алға сүйрейтін сөзі бар азаматтар – бүгінгі күннің көшбасшылары! Қазір қоғамда осы көшбасшы кім, басшы кім деген сұрақ қызу талқыға түсіп жатыр. Ол тақырыпты талқыламас бұрын, әлемге шолу жасап, көшбасшы термині қалай пайда болғанын білейік...

Көшбасшылық - өркениет пайда болғаннан бері адамзат қоғамының негізгі аспектісі болды. Аталған ұғым мыңдаған жылдар бойы мәдени нормалардағы өзгерістерге ұшырау арқылы дамып отырған. Оларды біз бүгінде бірнеше кезеңге бөліп қарастырамыз.

Тарихқа дейінгі дәуірде көшбасшылық көбінесе дене күшіне, аңшылық дағдыларына және тайпаны қорғау қабілетіне негізделген. Сол дәуірдегі көшбасшы, топтың аман қалуы мен қауіпсіздігін қамтамасыз ете алатын ең күшті аңшылар мен жауынгерлер болған. Уақыт өте келе адамзаттың көшпелі өмір салты аграрлық өмір салтына көшкен сайын, қауымда басшы көсем деген

ресми сипатқа ие болды. Көсемдер немесе патшалар деп аталатын көшбасшылар ауылшаруашылық жұмыстарын ұйымдастыруға, қауымдастықтағы тәртіпті сақтауға жауапты болды. Одан кейінгі кезеңдегі өнеркәсіптік революция қоғамға елеулі өзгерістер алып келді. Жаһандық жаңарудағы көшбасшылық позицияға жаңа дем әкелген ХХ ғасыр кезеңі. Көшбасшылық жаңаруға Уинстон Черчилль мен Махатма Ганди харизма, трансформациялық басқаруды қосты. Жылдар өткен сайын көшбасшы болу қабілетінің талаптары да өзгеріп отырады. Алайда, олар орта таңдамайды. Яғни, нақты жағдайға және контекстке байланысты өзін әртүрлі ортада таба алады. Көшбасшының әр ортаға бейімделуі және кез-келген жағдайда адамдармен тиімді қарым-қатынас жасай алуы маңызды. Көшбасшы қай жерде орналасса да айналасындағы адамдарды шабыттандырып, ынталандырып жүруі керек. Ол кез-келген ортада сәтті жұмыстар істелуі үшін жаңа идеялар мен перспективаларға ашық болуы маңызды. Ендеше, қоғамда қай ортада нақты көшбасшы сайлануы қажет және оның атқарар нақты қандай қызметтері бар екені жайлы айтайын:

Бірінші, ол бізде демократиялық қоғам: Көшбасшы - әрбір азаматтың пікірі бағаланатын және әркімнің қоғамдық жағдайларда айтар ойы еленетін ортада жұмыс істеуі керек. Соған орай, біздің қоғам да мәдени, этникалық және гендерлік әртүрлілікті қабылдай алуы керек. Бұл көшбасшыларға шешім шығару үшін кең ауқымды пікірлер мен идеяларды жеткізуге мүмкіндік береді. Ақпараттандырылған қоғамда да көшбасшы басты рөл атқарады. Көшбасшы білімге басымдық берілген қоғамда жұмыс істеуі арқылы халық үшін өзгерістерді қабылдап, елдің дамуына атсалысады. Азаматтардың



ақпаратқа сауатты түрде еркін және ашық болуы, көшбасшымен сенімді қарым-қатынас орнатуына мүмкіндік береді.

3. Экономикалық қоғамда көшбасшы ұзақ мерзімді жобалар мен бастамаларды тиімді жүзеге асыруға мүмкіндік беретін тұрақты жүйе ойлап табады. Елде экономикалық өсу мен өркендеу болуы үшін жағдай жасай отырып, инновациялар мен кәсіпкерлерді ынталандыруы керек. Ал, көшбасшы сол жолда қызмет атқарады.

Көшбасшы демократиялық құндылықтарды, білімділікті, экономикалық тұрақтылықты, әлеуметтік жауапкершілікті, заңдарды сақтауды және азаматтық белсенділікті насихаттайтын қоғамда жұмыс істеуі керек. Мұндай жағдайлар көшбасшыларға тиімді болуға және өз қоғамына нақты пайда әкелуге мүмкіндік береді, оның ұзақ мерзімді дамуы мен нәтижелі жұмыстар атқаруына ықпал етеді.

Жалпы, адамзат тарихында ғалым Ричард Строчи-Хеклер көшбасшылықтың екі типін анықтаған. Оның біріншісін қоғамдағы рөл деп қарастырса, екінші типті өмір салты деп алған. Жаңа жоғарыда берілген анықтаманың барлығы – қоғамдағы көшбасшының рөлі мен атқаратын қызметі болып табылады. Халық көзімен қарағанда көшбасшы – елді алға сүйрейтін, белгілі бір нәтижеге ынталандыратын адам ретінде көрінеді. Екінші тараптан алғанда көшбасшының жай күйі, өмір сүру салты – оның өзін-өзі басқаруынан туындайтын дүние болып қалыптасқан. Көшбасшы да болу қажет ең бірінші қасиет – жауапкершілік. Адам өз-өзіне жауап беріп, өзінің іс-әрекеттерін басқара алатын болса, жанындағы адамдарды да өз жауапкершілігіне алады. Басқарушылық – ол адамның бойындағы ішкі ұғым, жасырын қабілет. Ол үнемі адамзатты алға



жетелеп, болашақ өміріне мотивация беретін мағынада қолданылған.

Көшбасшы ол – өзінің өмір салты бар, ішіндегі бүкіл өзімшіл мінезін жеңген, балапозициядан ересек жолды таңдаған адам. Жауапкершіліктен қашпай, өз ортасында ылғи жаңа бастамаларға дайын болып қана қоймай, өзінің лидер екенін бірден өзгелерге көрсетеді. Көшбасшылық – өмір салты ретінде өмір бойына атқарылатын іс-әрекеттер деп есептеледі. Көшбасшылық та белгілі мерзім немесе аралық болмайды. Сонау тарихта бой көрсеткен тұлғалардың ұрпағы бүгінде халықтың алдығы қатарында қызмет етуде. Сонымен қатар, көшбасшылық – жасқа да, жынысқа да, ұлтқа, басқа да әлеуметтік факторларға қарамайды. Кез-келген адам, кез-келген іске бастамашы бола алады. Кейде халық арасында "көшбасшы болып туылу да керек шығар" сынды пікірлер туып жатады. Ғылым жолында көшбасшылықты зерттеп, оқырманға

қарапайым тілмен түсіндіріп жүрген зерттеуші Уоррен Беннис лидерлік қабілет – ол жүре келе пайда болатын дағды деп түсіндіреді. Жұмысың жүйелі, бірақ қатардағы қызметкер болсаңыз да, бойыңыздағы басқа да қасиеттерді дамыту арқылы жасампаз лидер болуға мүмкіндік бар.

Қоғамдағы көшбасшы басқаратын ұжымның табысы мен дамуын анықтайтын негізгі факторды көшбасшылық деп атаймыз. Көшбасшылықтың негізгі қызметі – ортақ мақсаттарға жету үшін басқаларды шабыттандыру, бағыттау және қолдау көрсету қабілеті. Тиімді көшбасшылар алдына мақсаттарды қоюмен шектелмей, ондағы адамдардың жету жолында басшылық етеді. Игі іске жол көрсетіп, істің басында мұрындық болып жүреді. Көшбасшылық мәні – бизнес пен саясаттан бастап, білім беру мен коммерциялық емес ұйымдарға дейінгі әртүрлі салаларда маңызды рөл атқарады. Әр саланың лидері өз





ортасында стратегиялық бағытты белгілеп, толағай табысқа жетелейтін маңызды шешімдер қабылдайды. Көшбасшылық статусы Қазақстанның дамуында, оның ішінде саясатта, бизнесте, білім мен әлеуметтік саланың дамуына үлес қосады. Күнде құбылысқа ұшырап жатқан жаһандық даму кезеңінде елімізге халықты кемел болашаққа жетелейтін, бәсекеге қабілетті көшбасшылар қажет.

1991 жылы тәуелсіздігімізді алғаннан бастап, тұңғыш президентімізден бастап, барша елге жаны ашитын тұлғалар бір-бір саланың басын ұстап, елдің тұтқасына айналды. Қазіргі таңда ел экономикалық өсуге, халықаралық деңгейде танылуға ұмтылу кезеңінде көшбасшылық үлкен рөлге ие болып отырғаны анық. Дәл қазіргі уақытта елімізде экономикалық және әлеуметтік дамуға бағытталған ұзақ мерзімді стратегиялар әзірленуде. Мұндай бастамаларға мысал ретінде «Қазақстан 2050» стратегиясы мен

«Нұрлы жол» бағдарламасын келтіруге болады.

Елдің әлемдік аренадағы бәсекеге қабілеттілігін арттырудың инновациялық технологиялары мен тәсілдерін енгізуде көшбасшының атқарар қызметі көп. Осы жолда әрбір азамат өзін тұлғалық жолда дамыту арқылы, қоғамға пайда әкеле алады.

Қазақстанда саясатта, бизнес, ғылым мен мәдениетті қоса алғанда түрлі саланың өз көшбасшылары бар. Саяси көшбасшылардың бірі де бірегейі деп - 2019 жылдың 20 наурызынан бері Қазақстан президенті қызметін атқарып келе жатқан Қасым-Жомарт Тоқаевты айтамыз. Ол 2019 жылдан бері Қазақстан президенті, бұған дейін Парламент Сенатының төрағасы, Премьер-министр және Сыртқы істер министрі қызметтерін атқарған. Тоқаевтың БҰҰ-да жұмыс істеген халықаралық дипломатияда да айтарлықтай тәжірибесі бар. Ғылым жолында белгілі қазақ ғалымы, ҚР ҰҒА академигі Мұрат Жұрынов есімін



жұрт лидер деп таныса, мәдениетте бәрімізге белгілі ұлтжанды әнші Димаш Құдайбергенді ерекше атап өтуге болады. Бұл көшбасшылар өз саласы бойынша елді инновациялық дамыту арқылы экономикалық өсімді қалыптастырып, Қазақстанның болашағына жол ашуда.

Қоғамда лауазымды адамдар ғана көшбасшы бола алады деген кереғар пікірді жою керек. Әр адам өзін дамыту арқылы, өз-өзін басқару арқылы лидер бола алады. Озық ойлы, болашаққа нық қадам баса алатын, ерік-жігері кез-келген істе бастамашы бола алатын әрбір азамат көшбасшылық жолға түсе алады. Ендеше, қарапайым адамдардың көшбасшы болу да қандай дүниелерді ескеруі қажет, қарапайым құпиясына назар салыңыз:

1. Өзін-өзі басқару

Алдымен, лидер болатын адам өзімен айналысу қажет. Өзін-өзі танып, өзінің күшті жақтарын, әлсіз жақтарын, эмоцияларын басқару арқылы ішкі әлемін жеңе алады. Өзін танитын көшбасшылар өздерінің реакциялары мен өзара әрекеттесулерін жақсы басқара алады. Эмоциялар мен мінез-құлықты бақылау, әсіресе стресстік жағдайларда, оң шешім табу ұжымды сақтауға көмектеседі.

2. Стратегиялық ойлау

Екінші құпия, болашаққа нақты көзқараспен ашық қарай алуы. Көшбасшылар бұл көзқарасты өз командасын ортақ мақсаттарға қарай ынталандыру үшін қолданады.

Қысқа және ұзақ мерзімді мақсаттарды ескере отырып,



стратегия құру арқылы жоспарлайды. Олар қиындықтарды алдын ала болжап, жеңу үшін арнайы жоспарлар құрады.

3. Коммуникация

Көшбасшы болу үшін адамдармен тіл табысу, ортақ әңгіме айту сіз үшін қиындық тудырмауы қажет. Сонымен қатар, командада өз идеяларын анық және дәлелді түрде жеткізу үшін, сенімді дикция болуы шарт.

4. Эмоциялық интеллект

Эмпатия: Топ мүшелерінің эмоцияларын түсіну және оларға эмпатия жасау, қолдау. Эмоциямен жұмыс істеу, харизма көшбасшы болу жолында адамдармен қарым-қатынас орнатуға, әлеуметтік қақтығыстарды басқаруда көмектеседі.

5. Адалдық және жауапкершілік

Әділдік пен жауапкершілік – көшті бастау жолындағы ең маңызды қабілет болып табылады. Өз әрекеттеріне қашанда жауапкершілікпен қараған адам, тобының әрбір ісі үшін адал күреседі.

Сондай-ақ, көшбасшылыққа жету жолы үнемі өзін-өзі дамытуды, бейімделуді және басқалардың өсуіне көмектесугедегеншынайыниетті талап етеді. Балалардың жастайынан адал, жауапкершілікті және үлгі алу сынды көшбасшылық қасиеттерін дамыту маңызды. Бұл дағдылар оларға сенімді және табысты ересек азамат болуға көмектеседі. Басқа елдер сияқты



Қазақстандағы көшбасшылықтың өзіне тән ерекшеліктері бар, бірақ негізгі қағидалары өзгеріссіз қалады: стратегиялық ойлау, эмоционалдық интеллект, коммуникативті дағдылар мен этика. Бұл қасиеттерді дамыту жеке және қоғам деңгейінде тұрақты даму мен өркендеуге ықпал етеді. Көшбасшылыққа ұмтылу түпкілікті мақсат емес, ол арқылы әркім өзін адамзаттың ең жақсы нұсқасы бола алатынына көз жетіп, игі іс жолына өзін арнауы. Еліміздегі көшбасшылық позициясының ерекшелігі – дәстүр мен инновацияның үйлесім табуы, өзіндік бірігуі. Көшбасшылар үлкенге құрмет, ұжымшылдық сияқты дәстүрлі құндылықтарды заманауи басқару әдістерімен және жаңашылдықпен шебер үйлестіреді. Бұл жаһандық өзгерістерге бейімделу кезінде мәдени бірегейлікті сақтауға мүмкіндік береді.

Көшбасшы болу тек билікке ие болу ғана емес, сонымен бірге басқаларды ортақ мақсаттарға жету үшін шабыттандыру, ынталандыру және бағыттау қабілеті екенін атап өтуге болады. Көшбасшылық – бойындағы дағдыларды дамыту арқылы пайда болатын ғылыми жол. Әрбір адамның бойында қажетті қасиеттер болса және өз бетімен жұмыс істеуге дайын болса, өз саласында көшбасшы бола алады. Көшбасшы – тек ұйымдастырушылық рөл ғана емес, елді дәстүрлі құндылыққа тәрбиелейтін, адамзатты құрметтеуге негізделген өмір салты.



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНДАҒЫ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ҚОЛДАУ ОРТАЛЫҚТАРЫНЫҢ НЕГІЗГІ МИССИЯСЫ

Мемлекет басшысы Қасым-Жомарт Тоқаевтың «Әділетті Қазақстанның экономикалық бағыты» атты Қазақстан халқына жолдауында балалардың құқықтарын қорғау жүйесінде психологиялық қызметті дамытудың маңызды бағыты көрсетілген:

«...Жас ұрпақтың психикалық денсаулығы да маңызды». Білім беру ұйымдарында психологиялық қолдау қызметін институционалды түрде күшейту қажет...»



2024 жылы Қазақстан Республикасы Президентінің тапсырмасы бойынша 20 өңірде Психологиялық қолдау орталықтары ашылды. Психологиялық қолдау орталықтарын ашу Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2023 жылғы 31 тамыздағы № 748 «Балаларды зорлық-зомбылықтан қорғау, суицидтің алдын алу және олардың құқықтары мен саламаттығын қамтамасыз ету жөніндегі 2023 – 2025 жылдарға арналған кешенді жоспары» қаулысының аясында қарастырылған.

Қазақстан Республикасының барлық аймақтарында «Психологиялық қолдау орталықтарының» (бұдан әрі – ПҚО) жұмысын ұйымдастыру Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігінің 13.02.2024ж. № 31 бұйрығы бойынша «Психологиялық қолдау орталықтарының қызметін ұйымдастыру бойынша әдістемелік ұсыныстарға» сәйкес жүзеге асырылуы тиіс.

ПҚО өз қызметін келесі негізгі бағыттар бойынша жүзеге асыру ұсынылады:

- дамытпалы кеңес беру;
- ғылыми-әдістемелік;
- ұйымдастырушылық;
- мобильді әрекет ету;
- кәсіби құзыреттілігін арттыру;
- ведомствоаралық және ведомствоішілік өзара әрекеттестік;
- халықаралық әріптестік.

ПҚО мақсаты жергілікті деңгейінде білім алушылардың, тәрбиеленушілердің, педагогтардың, ата-аналардың (заңды өкілдердің) психологиялық әл-ауқатын сақтауға және нығайтуға бағытталған психологиялық қызметтің бірыңғай жүйесін құру болып табылады.

ПҚО Қазақстан Республикасының қолданыстағы заңнамасына сәйкес психологиялық және педагогикалық қызмет көрсетеді. ПҚО қызметін үйлестіруді Қазақстан Республикасы

Оқу-ағарту министрлігінің Тәрбие жұмысы және қосымша білім беру департаменті, Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігінің «Өркен» балалардың әл-ауқатын арттыру ұлттық ғылыми-практикалық институты» коммерциялық емес акционерлік қоғамы қамтамасыз етеді (келісім бойынша).

2024 жылдың 1 маусымынан бастап Астана қаласы әкімдігінің «Психологиялық қолдау орталығы» КММ өз жұмысын бастады.

ПҚО мақсаты Астана қаласы деңгейінде білім алушылардың, тәрбиеленушілердің, педагогтардың, ата-аналардың (заңды өкілдердің) психологиялық әл-ауқатын сақтауға және нығайтуға бағытталған психологиялық қызметтің бірыңғай жүйесін құру болып табылады.

Елорданың Білім басқармасы 50 штаттық бірліктің штаттық кестесін бекітті, Достық көшесі 13 мекен-жайында орталық кеңсе (280 ш.м. жалға берілетін үй-жай) ашылды. Орталықтың үздіксіз жұмысын қамтамасыз ету үшін барлық қажетті жағдайлар жасалуда. ПҚО қарамағында бірнеше бөлім жұмыс істейді, негізгі функцияны 3 бөлім орындайды:

- әдістемелік жұмыс бөлімі;
- психологиялық жұмыс бөлімі
- әлеуметтік-педагогикалық сүйемелдеу бөлімі

ПҚО жұмысының негізгі бағыттары:

- білім беру ұйымдарының психологиялық қызметтерінің қызметін әдістемелік қолдау және үйлестіру;

- білім беру процесіне қатысушыларға психологиялық-педагогикалық консультациялық көмек көрсету;

- ӨҚЖ-да балаларды әлеуметтік-педагогикалық сүйемелдеу.

1. «Әдістемелік жұмыс бөлімі»



келесі функцияларды орындайды:

- Балалардың барлық санаттарына психологиялық-педагогикалық көмектің қолжетімділігін қамтамасыз ету, психологиялық-педагогикалық көмектің сапасын басқару және білім беру ұйымдарындағы психологиялық қызмет, қызметінің тиімділігін бағалау, олардың қызметіне мониторинг және талдау;

- психологиялық қызмет мамандарының біліктілігі мен кәсіби шеберлігін арттыру бойынша әдістемелік іс-шараларды ұйымдастыру және өткізу, «Жас психолог мектебі» жас мамандарды оқыту бойынша іс-шаралар өткізу;

- педагог-психологтарды аттестаттау және біліктілігін беру, растау рәсіміне дайындауға қатысу;

- оқу және оқу-әдістемелік құралдарды жоспарлау және басып шығару бойынша жұмыстарды ұйымдастыру.

2. «Психологиялық жұмыс бөлімі»

келесі функцияларды орындайды:

- Мемлекеттік білім беру ұйымдарының балалары мен ата-аналарына психологиялық көмек көрсетеді;

- консультациялар офлайн форматта, тегін, алдын ала жазылу бойынша жүргізіледі, консультацияларды орталықтың білікті психологтары жүргізеді. Балаларды, ата-аналар мен педагогикалық қауымын психологиялық-педагогикалық ағарту шеңберінде бөліммен семинарлар, вебинарлар, тренингтер, квест-ойындар, ақпараттық акциялар және т.б. іс-шаралар жүргізіледі. Педагогтердің кәсіби шаршауының алдын алу мақсатында бөлім психологтары педагог-психологтар мен әлеуметтік педагогтарға жүйелі түрде супервизия жүргізетін болады.

Елорданың Білім басқармасы Астана қаласының 5 ауданында «Есіл», «Сарыарқа», «Байқоңыр»,

«Алматы», «Нұра» 7 Кеңес кабинетін ашты: мектептер базасында 5 кабинет және ПҚО негізінде 2 кабинет. Орталық кеңсе негізіндегі «Есіл» және «Нұра» аудандары үшін, Достық көшесі 13, «Нұрсая-2» ТК, 2 қабат, 213, 214 кабинеттер.

«Сарыарқа» ауданы үшін 2 кабинет жұмыс істейді, келесі мектептер негізінде:

- №11 МЛ, Абай көшесі, 6
- № 105 ОМ, Шантөбе көшесі, 12

«Алматы» ауданы үшін 2 кабинет жұмыс істейді, келесі мектептер негізінде:

- № 22 МГ Жирентаев көшесі, 16
- № 92 МГ Дауылпаз көшесі 1/1

«Байқоңыр» ауданы үшін келесі мектеп негізінде:

- № 10 МГ Ғабдулин көшесі, 7

2024 жылдың 1 маусымынан бастап бүгінгі күнге дейін 276 жеке консультация (104 ата-анамен, 109 баламен, 63 педагогпен) өткізілді,

елорданың 11 мектебінде ПҚО психологтары бастауыш сынып оқушылары үшін көшпелі «Қауіпсіздік сабақтарын» өткізді, барлығы 531 баланы құрады. Оқу жылының басынан бастап ата-аналарға арналған «Бірінші сынып оқушыларының ата-аналарына психологиялық қолдау» тақырыбында көшпелі ағарту семинар-тренингтері өткізілді, барлығы 323 ата-ананы құрады.

3. Әлеуметтік-педагогикалық сүйемелдеу бөлімі

Қойылған міндеттерді орындау үшін ПҚО қызметкерлері тобының жолға шығуларымен шұғыл ден қою қажет, онда олар зорлық-зомбылыққа, қатыгездікке, буллингке және кәмелетке толмағандардың құқықтарын басқа да бұзушылықтарға ұшыраған немесе құрбан болған балаларға көмек көрсетеді. Осы жұмысты жетілдіру мақсатында Астана қаласының Білім басқармасы



«Әлеуметтік-педагогикалық сүйемелдеу» бөлімінің ашылуына бастамашылық жасады. Бөлім қызметінің бағыты:

- елорданың барлық мемлекеттік білім беру ұйымдары әлеуметтік педагогтарының қызметін үйлестіру;

- ата-аналарға әлеуметтік-педагогикалық кеңес беру.

- Астана қаласы әкімдігі жанындағы кәмелетке толмағандардың істері және олардың құқықтарын қорғау жөніндегі Комиссия отырыстарының қорытындысы бойынша ұсынымдарды орындау;

- өмірлік қиын жағдайға тап болған балаларға көмек көрсету;

- өмірлік қиын жағдайға тап болған балаларға, зорлық-зомбылықпен, қорқытумен (буллингпен), өз-өзіне қол жұмсау жолға шығу кезінде ұйымдармен, түрлі әлеуметтік қызметтердің, ведомстволар мен әкімшілік органдардың мамандарымен ведомствоаралық өзара әрекет жасау. ПҚО ашылғаннан бері бөліммен «Мобильдік ден қою тобының» 31 сапары жүзеге асырылды, өмірлік қиын жағдайларға тап болған барлық балаларға әлеуметтік қолдау көрсетіледі және отбасымен психологиялық кеңес беру жұмысы жүргізіледі.

Бүгінгі таңда біздің қоғам алдында үлкен және маңызды міндет тұр, бұл өскелең ұрпақты тәрбиелеу мәселелеріне белсенді қосу және Орталықтардың қызметі мемлекеттің осы бағытта қойған міндеттерін іске асыруға бағытталуы тиіс.

Астана қаласы әкімдігінің «Психологиялық қолдау орталығы» КММ басшысы Капанова Гульмира Кадырбаевна

Қосымша ақпарат:

- педагогика ғылымдарының магистрі;

- «Педагог-шебер» біліктілігінің практик психологы;



- «Психологиялық қолдау орталықтарының қызметін ұйымдастыру бойынша әдістемелік ұсынымдарды» әзірлеуші сарапшы, ҚР Оқу-ағарту Министрлігі Астана қаласының негізгі нормативтік құжаттары бойынша нұсқаулығы, 2024ж.;

- Санкт-Петербург қаласындағы «АМАЛТЕЯ» ҒӨФ-ның атомдандырылған психодиагностика және түзету жүйелерімен жұмыс жөніндегі халықаралық шебер-жаттықтырушысы;

- 2020ж. «Жасөспірімдерге алғашқы психологиялық кеңес беру» бағдарламасы бойынша өңірлік жаттықтырушы

- 2021 жылдан бастап ҚР педагог-психологтарына арналған Ұлттық тестілеу, біліктілік тестілері орталығының әзірлеушісі және сарапшысы;

- 2022 ж; «Орта білім беру ұйымдарындағы қызмет қағидаларын қатайту туралы» 25.08.2022 ж. ҚР

Оқу-ағарту Министрлігінің № 377 бұйрығын әзірлеу жөніндегі жұмыс тобының мүшесі,

- 2022 жылдан бастап Алтынсарин атындағы КЕАҚ жанындағы «Педагог-шебер» біліктілігіне мәлімделген ҚР педагог-психологтарының портфолиосын сараптау жөніндегі сараптама комиссиясының мүшесі.

- «Назарбаев Зияткерлік мектептерінің психологтар қауымдастығы» ББ командасында ҚР Білім беру ұйымдарындағы балалардың зорлық-зомбылығының алдын алу және оған ден қою жөніндегі стандартты операциялық рәсімдер жобасын әзірлеуші, ұлттық сарапшы, (2022ж);

- 2020ж. «Sofia» ата-аналарға арналған Халықаралық онлайн-мектеп» жобасының лекторы,.

- 2024 жылдан бастап Астана қаласы Білім басқармасының жанындағы кәмелетке толмағандар комиссия жөніндегі комиссияның мүшесі.;



ОСНОВНАЯ МИССИЯ ЦЕНТРОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

В послании Главы государства Касым-Жомарта Токаева народу Казахстана «Экономический курс Справедливого Казахстана» обозначено важное направление развития психологической службы в системе защиты прав детей: «...Важно также психическое здоровье подрастающего поколения». Требуется институционно усилить в общеобразовательных учреждениях службу психологической поддержки..»



В 2024 году по поручению Президента РК в 20 регионах открылись Центры психологической поддержки. Открытие Центров психологической поддержки предусмотрено в рамках «Комплексного плана по защите детей от насилия, превенции суицида и обеспечению их прав и благополучия на 2023-2025 годы» по постановлению Правительства Республики Казахстан от 31 августа 2023 года №748.

Организация работы «Центров психологической поддержки» (далее ЦПП) во всех регионах Республики Казахстан должна вестись согласно приказу Министерства просвещения Республики Казахстан №31 от 13.02.2024г. в соответствии с «Методическими рекомендациями по организации деятельности центров психологической поддержки».

ЦПП рекомендуется осуществлять свою деятельность по следующим основным направлениям:

- консультационно-развивающее;
- научно-методическое;
- организационное;
- мобильное реагирование;
- повышение профессиональных компетенций;
- межведомственное и внутриведомственное взаимодействие;
- международное сотрудничество.

Целью деятельности ЦПП является создание на уровне, единой системы психологической службы, направленной на сохранение и укрепление психологического благополучия обучающихся, воспитанников, педагогов, родителей (законных представителей).

ЦПП оказывают психологические и образовательные услуги в соответствии с действующим законодательством Республики Казахстан. Координация деятельности ЦПП обеспечивается Департаментом воспитательной работы и дополнительного

образования Министерства просвещения Республики Казахстан, Некоммерческим акционерным обществом «Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен» Министерства просвещения Республики Казахстан (по согласованию).

С 1 июня 2024 года в г. Астана начал работу КГУ «Центр психологической поддержки» акимата г. Астаны.

Целью деятельности ЦПП является создание на уровне города Астаны, единой системы психологической службы, направленной на сохранение и укрепление психологического благополучия обучающихся, воспитанников, педагогов, родителей (законных представителей).

Управлением образования столицы утверждено штатное расписание 50 штатных единиц, открыт центральный офис (арендное помещение 280 кв.м) по адресу ул. Достык 13. Создаются все необходимые условия для обеспечения бесперебойной работы Центра. При ЦПП работают несколько отделов, основная функция выполняется 3 отделами:

- отдел методической работы;
- отдел психологической работы
- отдел социально-педагогического сопровождения

Основные направления работы ЦПП:

- методическая поддержка и координация деятельности психологических служб организаций образования;
- оказание психолого-педагогической консультативной помощи участникам образовательного процесса;
- социально-педагогическое сопровождение детей в ТЖС.

1. «Отдел методической работы» выполняет следующие функции:

- Обеспечение доступности психолого-педагогической помощи всем категориям детей, управление качеством психолого-педагогической помощи и оценка эффективности деятельности психологической службы в организациях образования, мониторинг и анализ их деятельности;

- организация и проведение методических мероприятий по повышению квалификации и профессионального мастерства специалистов психологических служб, проведение мероприятий по обучению молодых специалистов «Школа молодого психолога»;

- участие в подготовке к процедуре аттестации и присвоения, подтверждения квалификации педагогов-психологов;

- организация работ по

планированию и изданию учебных и учебно-методических пособий.

2. «Отдел психологической работы» выполняет следующие функции:

- Оказывает психологическую помощь детям и родителям государственных организаций образования;

- консультации проводятся в офлайн формате, бесплатно, по предварительной записи, консультации проводят квалифицированные психологи центра.

В рамках психолого-педагогического просвещения детей, родительской и педагогической общественности отделом проводятся мероприятия: семинары, вебинары, тренинги, мастер-классы, квест-игры,





информационные акции и т.д.

С целью профилактики профессионального выгорания педагогов психологами отдела систематически будут проводиться супервизии для педагогов-психологов и социальных педагогов.

Управлением образования столицы в 5 районах города Астаны «Есиль», «Сарыарка», «Байконур», «Алматы», «Нура» открыты 7 кабинетов консультаций: 5 кабинетов на базе школ и 2 на базе ЦПП.

Для районов «Есиль» и «Нура» на базе центрального офиса, ул. Достык 13, ЖК «Нурсая-2», 2 этаж, кабинеты 213, 214.

Для района «Сарыарка» функционируют 2 кабинета на базе:

- ШЛ №11, ул.Абая 6
- СШ № 105, ул Шантобе 12

Для района «Алматы» функционируют 2 кабинета на базе:

- ШГ № 22 ул. Жирентаева 16
- ШГ № 92 ул.Дауылпаз 1/1

Для района «Байконур» на базе:

-ШГ № 10 ул. Габдулина 7

С 1 июня 2024 г. на сегодняшний день уже проведено 276 индивидуальных консультации (104 с родителями, 109 с детьми, 63 с педагогами), в 11 школах столицы психологами ЦПП проведены выездные «Уроки безопасности» для учащихся начальных классов, охват составил 531 детей. С начала учебного года проведены выездные просветительские семинары-тренинги для родителей на тему: «Психологическая поддержка родителей первоклассников», охват составил 323 родителей.

3. Отдел социально-педагогического сопровождения

Для выполнения поставленных задач необходимо экстренное реагирование с выездами группы сотрудников ЦПП, где ими оказывается помощь детям, подвергшимся или ставшими жертвами насилия, жестокого обращения, буллинга, и других нарушений прав несовершеннолетних. С целью

усовершенствования данной работы Управлением образования города Астаны было инициировано открытие отдела «Социально-педагогического сопровождения». Направление деятельности отдела:

- координация деятельности социальных педагогов всех государственных организаций образования столицы;

- социально-педагогическое консультирование родителей.

- выполнение рекомендаций по итогам заседаний Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав при акимате города Астаны;

- оказание помощи детям находящимся в трудной жизненной ситуации;

- межведомственное взаимодействие с организациями, специалистами различных социальных служб, ведомств и административных органов при выезде к детям, попавшим в сложную жизненную ситуацию, с насилием, травли (буллинга), суицидом. С открытия ЦПП отделом осуществлено 31 выездов «группы мобильного реагирования», всем детям оказавшимся в тяжелых жизненных ситуациях оказывается социальная поддержка и психологическое консультирование ведется работа с семьей.

Сегодня перед нашим обществом стоит большая и важная задача - активное включение в вопросы воспитания подрастающего поколения и деятельность Центров всецело должна быть направлена на реализацию постеленных задач государством в этом направлении.

Капанова Гульмира Кадырбаевна,
руководитель КГУ «Центра
психологической поддержки»
акимата города Астаны



Дополнительная информация:

- магистр педагогических наук;
- психолог практик квалификации «Педагог – мастер»;
- эксперт разработчик «Методических рекомендаций по организации деятельности центров психологической поддержки», пособие по основным нормативных документов г. Астана Министерства просвещения РК., 2024г.;
- международный мастер-тренер по работе с автоматизированными системами психодиагностики и коррекции НПФ «АМАЛТЕЯ» г. Санкт-Петербург;
- региональный тренер по программе «Первичное психологическое консультирование подростков» 2020г.
- разработчик и эксперт Национального Центра тестирования, квалификационных тестов для педагогов-психологов РК с 2021г.;
- член рабочей группы по разработке № 377 приказа МП РК

от 25.08.2022г. «Об отвержении правил деятельности в организациях среднего образования», 2022г.;

- член экспертной комиссии по экспертизе портфолио педагогов-психологов РК заявленных на квалификацию «Педагог-мастер», при НАО им. Алтынсарина, с 2022г.;
- национальный эксперт, разработчик проекта стандартных операционных процедур по профилактике и реагированию на насилие детей в организациях образования РК в команде ОО «Сообщества психологов Назарбаев интеллектуальных школ» (2022г.);
- лектор проекта «Международная онлайн-школа для родителей «Sofia»», 2020г.
- член комиссии по делам несовершеннолетних при Управлении образования г. Астаны с 2024г.;



КАЗАХСКИЕ ДЕТСКИЕ ИМЕНА. ТРАДИЦИИ. СОВРЕМЕННОСТЬ. ЗНАЧЕНИЯ

Имя, данное при рождении, формирует личность и судьбу человека. Поэтому, когда ребенок готов появиться на свет, родители тщательно раздумывают над тем, как назвать малыша или малышку.

Как и у всего, что нас окружает, у нас имена бывает мода. Какие-то активно входят в обиход, а другие, наоборот, теряют свою актуальность.



ТРАДИЦИЯ ДАВАТЬ ИМЕНА

В семьях, которые чтут традиции, по-прежнему, выбор имени доверяют дедушке нового члена семьи. Еще раньше новорожденных нарекали старейшины рода, но это было очень в давние времена. Сегодня имя для ребенка могут выбирать и сами родители, ориентируясь на свой вкус и предпочтения.

Иногда имя для ребенка выбирают, ориентируясь на его внешность. Например, те, кто появлялся на свет с родимым пятном могли быть названы: Анар, Мендыбай, Мендигуль, Калдыбай, Анарбай, Мендикул. Детям со сросшимися пальчиками давали имена: Артыкали, Артык, Косбармак, Артыкбай, Косекен.

Всегда на глаза обращали особое внимание и учитывали цвет глаз при выборе имени. Немаловажную роль играли цвет кожи и цвет волос. К таким именам, описывающим внешность относятся: Коккоз, Акбопе, Каракоз, Сары, Карабала, Аппак, Карашаш. Анатомические особенности лица тоже не оставались незамеченными. Деток с крупным носом нарекали именем Мурынбай, а обладателям вздернутого давали имя Танкай или Танкыбай.

«СУЕВЕРНЫЕ» ИМЕНА

Бывает, что новорожденному дают «ырымное» имя (от «ырым» — «суеверие»). Например, в семьях, где часто умирали ребятишки, новорожденного могли назвать: Турсын или Токтар, а новорожденную - Журсин, Турсынкуль, Олмес. В семьях, где мальчики не хотели приходить в этот мир, новорожденных девочек нарекали: Улболсын, Ултуган, Ултай,



Улбала, Улжан. Детям, родившимся раньше срока, давали имя Лекер, Жартыгуль, Шалабай, Шалабек.

Родные всегда хотят защитить ребенка и ищут для этого различные способы. Давно считалось, что если новорожденному дать непривлекательное имя, то злые силы не заметят такого малыша и его минуют всякие беды. К таким именам можно отнести: Итжемес, Елеусиз, Шокпыт, Тезекбай, Жаманкул, Шулгаубай, Котибар.

Другие люди, наоборот верили, что если в имени изначально заключено пожелание хорошего, то и у его владельца будет долгая и счастливая жизнь.

Считалось, что для долгожителей подойдут имена: Мынжасар, Есенаман, Бекжан, Мунайтпас, Умирзак.

Силу и могущество своим владельцам принесут имена, в которых есть «ер», «батыр» или названия птиц

и животных, отличающихся силой и выносливостью, разные иды оружия и металлов. Так появились имена: Шокпар, Жолбарыс, Нарбай, Ителги, Кошкар, Темирбек, Семсер, Балтабек. Батыржан, Ербол, Найзабек, Тулпар.

Богатство своим владельцам приносят имена: Жылкыайдар, Байжигит, Тайбагар, Айранбай.

Талантами, мудростью и умом наделяют имена: Куке, Акылжан, Каламбай, Данышпан, Онербай.

Желая, чтобы потомок вырос щедрым и благородным, ему давали имя: Исмет, Жомарт, Мырзабай, Фаиз.

Успех и счастье должны были сопровождать на всем жизненном пути детей с именем: Салтанат, Жемискул, Бакдаулет, Нургуль.

Красавиц нарекали: Гуллей, Перизат, Айгуль, Меруерт, Накыш.

Опорой для народа должны были стать дети с именем: Аскар, Нурсултан, Есмурат, Омирсерик.



Мальчик, кого родные хотели видеть руководителем и уважаемым человеком, считали, что имя Малик, Бибол, Амирбек, Акимжан, Раис поможет в этом.



КАК ЕЩЕ ДАВАЛИ ИМЕНА?

Детей называли и продолжают называть в честь почитаемых людей. Имена батыров Алпамыс, Кобыланды, Жанатай и других носят многие казахстанские мужчины и мальчики. Имена знаменитых людей тоже встречаются среди простого населения: Абылай, Толеби, Майкы, Чингис, Зулкарнай, Абай, Шокан, Курмангазы, Ахансери, Бухарбай, Олжас).

Еще детям давали имена в честь народов, племен, родов: Узбекалы, Кыргызбай, Дулат, Конырбай, Естекбай, Ногайбай.

Сраспространением ислама стали популярны имена: Рахман, Рахим, Мубарак, Абдулла, Али, Абубакир, Мухамбет, Хадиша, Фатима, Айша, Ясин, Аят, Дайыр.

В советское время появились имена той эпохи: Советбек, Трактор, Сайлаукуль, Кенес, Мира, Космос. Сейчас они кажутся нелепыми, но в то время были полны смысла и гордости.

Детей называли в честь политических деятелей: Мэлс, Клара, Тельман, Инесса, Марат, Индира, Эрнест.

В 50-х годах популярностью пользовались имена западно-европейского происхождения: Роберт, Рудольф, Аэлита, Луиза, Дина, Диана.

Позже популярностью стали пользоваться имена, которыми далекие предки нарекали своих детей.

ПОПУЛЯРНЫЕ ИМЕНА В 2024 ГОДУ

Вообще, имена пользуются популярностью или, наоборот, забываются - циклично. Это связано с историческими и культурными событиями в стране.

По данным Бюро нацстатистики, в 2024 году самими популярными именами для детей стали Рамазан и Медина.

Имя Рамазан - арабское, происходит от названия мусульманского поста. Это самый жаркий месяц по хиджре. Если перевести на русский язык, то означает оно: палящий зной, сжигающий, горячий, жаркий, родившийся в месяце рамадан.

ДРУГИЕ ПОПУЛЯРНЫЕ ИМЕНА В 2024 ГОДУ ДЛЯ МАЛЬЧИКОВ:

Айбар;
Айсултан;
Алан;
Алдияр;
Али;
Алинур;
Алихан;
Альтаир;
Амир;
Арсен;
Ахмет;
Дамир;
Дарын;
Динмухаммед;
Ибраһим;
Имран;
Ислам;
Мансұр;
Мирас;
Муслим;

Мухаммад;
Мухаммед;
Нурислам;
Омар;
Рамазан;
Хамза.

Имя Медина происходит от названия города Медина - второго по святости места после Мекки для исповедующих ислам. В переводе с арабского означает «город» или «священный город». По другой версии, в переводе с персидского имя означает «великая женщина» или «величественная».

В 2024 году самые популярные женские имена:

Адина;	Зере;
Аиша;	Кәусар;
Айша;	Мариям;
Айару;	Медина;
Айзере;	Раяна;
Айкоркем;	Сафия;
Айлин;	Томирис;
Айым;	Фатима;
Амина;	Хадиша;
Асылым;	Ясина;
Аяла;	Ясмина.
Әмина;	



САМЫЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ИМЕНА В КАЗАХСТАНЕ

В 2021 году проводилась перепись населения. На ее основе вывели статистику по именам. Так в Казахстане на тот момент проживали 63 тысячи мужчин по имени Азамат и 73 тысячи женщин с именем Аружан.

Кроме Азамата, мужские имена, пользующиеся популярностью в РК: Серик (53 тыс. человек); Марат (50 тыс. человек). Среди женщин наиболее популярны: Аружан (73 тыс. человек); Мадина (59 тыс. человек); Динара (59 тыс. человек). Имена популярные среди мужчин и женщин: Бахыт и Саулет - 585 тысяч человек носят эти два имени!

Мода на имена меняется. Одно остается неизменным: родители всегда желают своим детям добра. Долголетия, роста, процветания и самой лучшей жизни.



КАК ПОДДЕРЖИВАТЬ ЗДОРОВЫЙ БАЛАНС МЕЖДУ УЧЕБОЙ И ОТДЫХОМ

Современные дети часто сталкиваются с интенсивным учебным графиком и разнообразными дополнительными занятиями. В такой обстановке важно, чтобы родители помогли своим детям поддерживать здоровый баланс между учебной и отдыхом. Это необходимо не только для академического успеха, но и для общего благополучия ребенка. В этой статье мы рассмотрим несколько ключевых советов, которые помогут родителям создать гармоничную среду для развития их детей.



1. Определение приоритетов

Первым шагом в поддержании баланса является определение приоритетов. Родителям необходимо помочь детям понять, какие занятия являются наиболее важными и требуют больше времени и усилий. При этом важно учитывать интересы и склонности ребенка. Вместо того, чтобы нагружать его множеством дополнительных занятий, лучше сосредоточиться на нескольких, которые действительно приносят удовольствие и пользу.

2. Режим дня

Создание и соблюдение режима дня помогает детям структурировать свое время и не забывать о необходимости отдыха. Установите конкретное время для учебы, игр, хобби и сна. Регулярность помогает организму ребенка привыкнуть к определенному ритму, что способствует улучшению концентрации и общей продуктивности.

Несколько ученых и специалистов в области психологии, педагогики и медицины подчеркивали важность сохранения баланса между учебой и отдыхом.

Молекулярный биолог Джон Медина, автор книги «Правила мозга», отмечает, что регулярные физические упражнения и качественный сон являются важными компонентами для поддержания когнитивной функции и общего благополучия. Медина подчеркивает, что без достаточного отдыха и физических упражнений учебная продуктивность значительно снижается.

3. Значение полноценного сна

Сон играет ключевую роль в физическом и умственном развитии детей. Недостаток сна может привести к снижению успеваемости, ухудшению настроения и даже

проблемам со здоровьем. Родителям важно следить за тем, чтобы дети получали достаточное количество сна в соответствии с их возрастом. Рекомендуется создать спокойную атмосферу перед сном, избегая активных игр и использования гаджетов.

4. Перерывы и активный отдых

Длительная концентрация на учебе без перерывов может привести к усталости и снижению эффективности. Регулярные короткие перерывы помогают восстановить силы и улучшить внимание. Во время таких перерывов полезно заниматься физическими упражнениями, гулять на свежем воздухе или просто немного расслабиться.

Эдвард де Боно, психолог и автор теории латерального мышления, также говорил о важности баланса между работой и отдыхом. Он подчеркивал, что для развития креативности и способности к решению проблем необходимы периоды отдыха и расслабления.



5. Роль семьи

Семья играет важную роль в формировании здоровых привычек у детей. Проводите время вместе, занимаясь активными видами отдыха, играя в настольные игры или занимаясь творчеством. Совместные занятия помогают не только отдохнуть, но и укрепляют семейные связи.

6. Ограничение времени на гаджеты

Современные технологии стали неотъемлемой частью жизни детей. Однако чрезмерное использование гаджетов может негативно сказываться на их здоровье и учебе. Родителям важно установить четкие правила и ограничения по времени, проведенному за экраном. Поощряйте детей использовать гаджеты для учебы, но следите за тем, чтобы они также находили время для активного отдыха и общения.

7. Привлечение к дополнительным занятиям

Дополнительные занятия могут быть полезными, если они соответствуют интересам и способностям ребенка. Однако важно не перегружать его расписание. Советуйте детям выбирать такие занятия, которые приносят радость и позволяют развиваться в различных сферах. Это может быть спорт, музыка, рисование или другие творческие активности.

8. Развитие навыков саморегуляции

Помогите детям развить навыки саморегуляции и тайм-менеджмента. Объясните им важность планирования и умения расставлять приоритеты. Поддерживайте их в стремлении самостоятельно управлять своим временем, но не забывайте о важности вашего руководства и поддержки.

Метод Айви Ли — это простой, но эффективный метод управления временем и продуктивностью, который был разработан консультантом по управлению Айви Ли в начале 20 века. Этот метод предназначен для помощи людям в повышении их производительности и сосредоточении на наиболее важных задачах.



1. В конце рабочего дня выделите 15 минут на составление списка из шести самых важных задач, которые вы планируете выполнить на следующий день.

2. Расположите эти задачи в порядке их важности.

3. На следующий день начните с выполнения первой задачи. Работайте над ней, пока она не будет полностью завершена.

4. После завершения первой задачи, переходите ко второй. Следуйте этому порядку, работая над одной задачей за раз, пока все шесть задач не будут выполнены.

5. Если какие-либо задачи не были завершены, перенесите их на следующий день, составив новый список из шести задач.

6. Повторяйте процесс каждый день.

ЭТОТ

ПРЕИМУЩЕСТВА МЕТОДА АЙВИ ЛИ

1. Фокусировка на приоритетах:

Метод помогает сосредоточиться на самых важных задачах и избежать отвлечений.

2. Упрощение управления

временем: Всего шесть задач в списке делают управление временем более управляемым и менее напряженным.

3. Улучшение продуктивности:

Завершение задач по одной увеличивает чувство выполненного долга и повышает мотивацию.

4. Снижение стресса:

Планирование задач заранее снижает уровень стресса и позволяет более эффективно управлять временем.

Поддержание здорового баланса между учебой и отдыхом имеет огромное значение для развития и благополучия детей.



1. ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Чрезмерные учебные нагрузки без достаточного времени для отдыха могут негативно сказаться на физическом здоровье детей. Регулярный отдых, включающий физическую активность, помогает поддерживать оптимальный уровень энергии, способствует нормальному развитию опорно-двигательной системы и снижает риск ожирения и других заболеваний.

2. ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

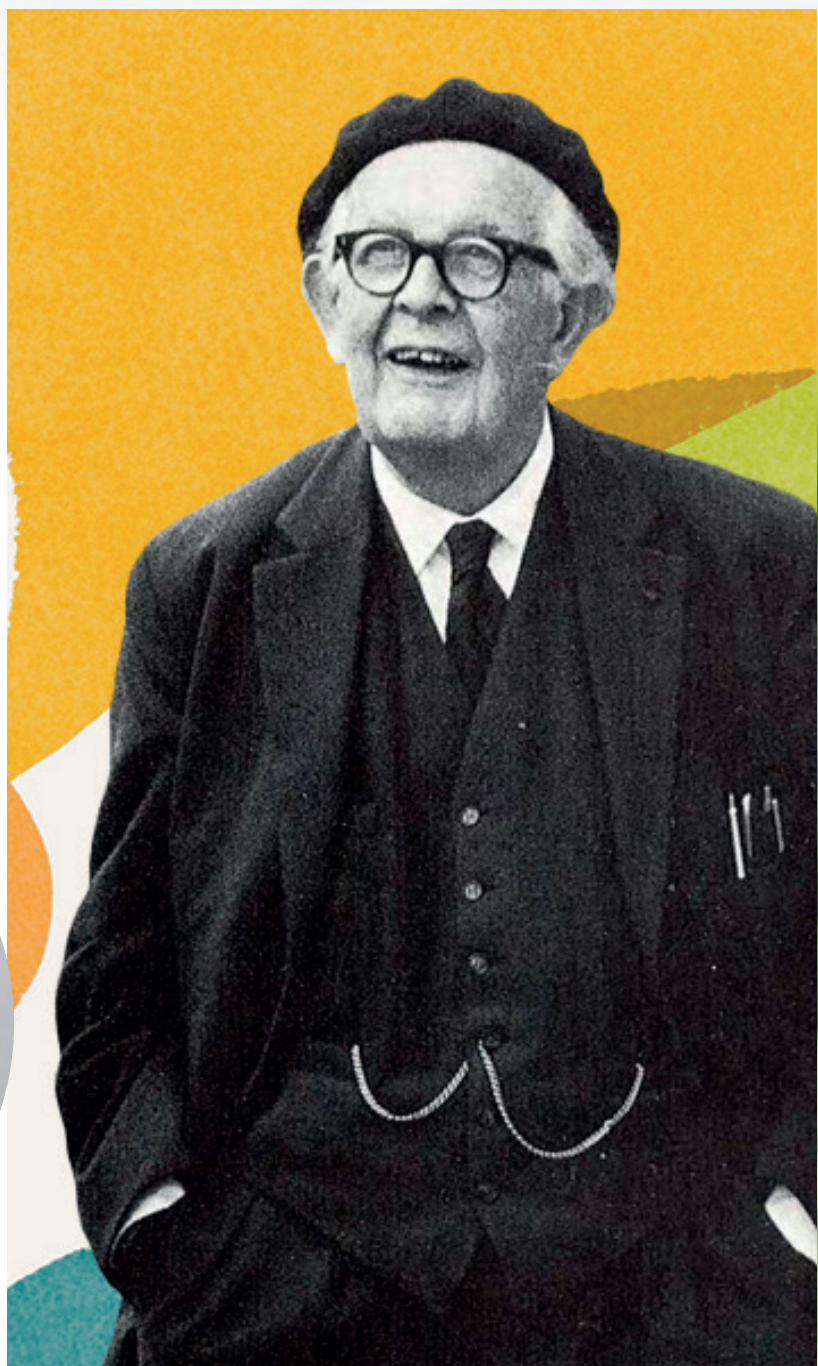
У детей, как и у взрослых, может возникать стресс из-за перегруженного графика. Отсутствие времени на отдых и расслабление может привести к эмоциональному выгоранию, тревожности и депрессии. Регулярные перерывы и занятия, приносящие удовольствие, помогают снять напряжение и улучшить настроение.

3. КОГНИТИВНОЕ РАЗВИТИЕ

Мозгу необходим отдых для переработки информации и консолидации знаний. Недостаток сна и перерывов может негативно сказаться на способности к концентрации, памяти и общих когнитивных функциях. Отдых способствует улучшению учебных достижений и развитию креативности.



Швейцарский психолог Жан Пиаже, известный своими исследованиями когнитивного развития детей, подчеркивал важность активного участия детей в играх. Пиаже утверждал, что через игру дети лучше усваивают новые знания и развивают свои когнитивные способности.



4. СОЦИАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

Свободное время позволяет детям участвовать в социальных взаимодействиях, развивать навыки общения и строить отношения со сверстниками и членами семьи. Эти социальные связи важны для формирования эмпатии, самоуважения и уверенности в себе.

5. РАЗВИТИЕ ИНТЕРЕСОВ И ХОББИ

Свободное время дает возможность детям исследовать свои интересы и развивать разнообразные навыки. Хобби и увлечения не только обогащают их жизнь, но и могут стать источником радости и удовлетворения, а также способом самовыражения и самореализации.

6. ФОРМИРОВАНИЕ ЖИЗНЕННОГО БАЛАНСА

Умение находить баланс между обязанностями и отдыхом – это важный жизненный навык, который пригодится детям во взрослом возрасте. Поддержание здорового баланса с раннего возраста помогает формировать ответственное отношение к своему времени и ресурсам, что способствует успеху и благополучию в долгосрочной перспективе.

Родители играют ключевую роль в создании такой гармоничной среды, следуя простым, но важным советам, вы сможете помочь своим детям найти баланс и наслаждаться каждым моментом их детства.

Помните, что каждый ребенок уникален, и подход к организации его времени должен быть индивидуальным. Главное – быть внимательным к потребностям и интересам вашего ребенка, поддерживая его на пути к гармоничному и счастливому развитию.



SCIENTIFIC EXPERIMENTS YOU CAN DO AT HOME

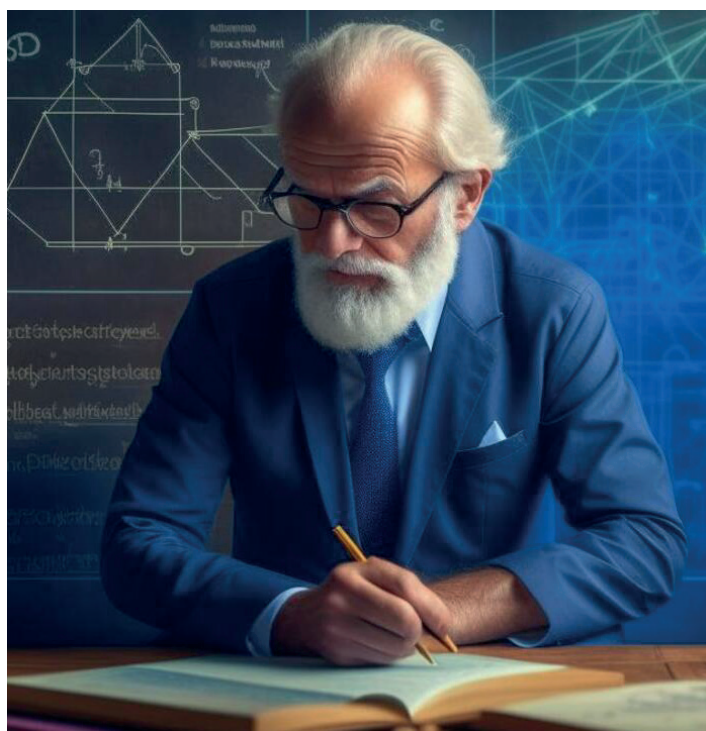


Hello young scientists! Have you ever wondered how the world around us works? Science is an amazing adventure, and you can become real researchers without even leaving your home.

There have been many great scientists in the world who started their research with simple experiments at home. These people not only changed our understanding of science but also proved that great science begins with curiosity and experiments. For example, one of them was Isaac Newton.

Isaac Newton, one of the greatest scientists of all time, conducted many of his experiments at home. When London University was closed due to the plague, Newton returned to his family estate and continued his research. It was there that he made many of his famous discoveries. For example, he studied the nature of light and experimented with prisms, which led to the discovery of light dispersion and the creation of the spectrum.

According to legend, it was during this period that Newton observed the fall of an apple, which led him to the idea of the law of universal gravitation.



EXPERIMENT 1: Homemade Barometer

For this experiment, you will need:

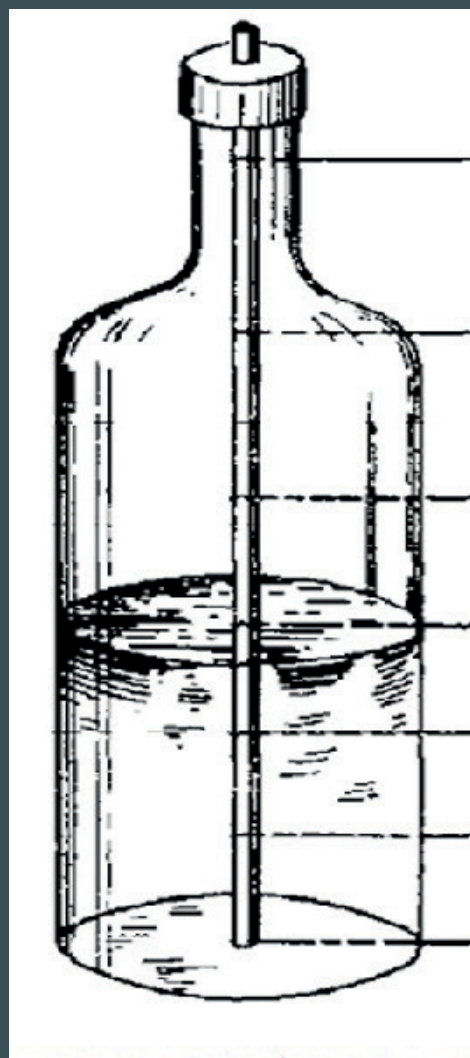
- - A plastic bottle
- - Water
- - A ruler
- - A straw
- - Modeling clay

1. Fill the bottle halfway with water.
2. Seal the bottle's neck with modeling clay, leaving a hole for the straw.

3. Insert the straw so that it does not touch the water.

4. Fix the ruler next to the bottle to measure the water level in the straw.

As air pressure changes, the water level in the straw will rise or fall. In this way, you can observe changes in atmospheric pressure.



EXPERIMENT 2: Rainbow in a Glass

For this experiment, you will need:

- - A glass
- - Water
- - Sugar
- - Food coloring
- - A spoon

1. Divide the water into several glasses and dye it with different food colorings.

2. Add a lot of sugar to one glass, a little less to another, and so on, with the last glass having the least sugar.

3. Carefully pour the colored water with the highest sugar content into an empty glass.

4. Repeat with the other colors, adding the water with less sugar each time.

You will see the colors form layers, creating a rainbow effect. This happens because of the different densities of sugar solutions.



EXPERIMENT 3: Salt Snowflake

For this experiment, you will need:

- - White thread
- - A pencil or stick
- - Water
- - Salt
- - A jar

1. Tie one end of the thread to the pencil and lower the other end into the jar.

2. Fill the jar with hot water and add salt until it stops dissolving.

3. Leave the jar in a quiet place for a few days and observe the formation of salt crystals on the thread.

EXPERIMENT 4: Instant Ice

For this experiment, you will need:

- - A plastic bottle
- - Water

1. Fill the plastic bottle with water and place it in the freezer for one and a half hours.

2. Gently remove the bottle from the freezer and shake it— the water will instantly freeze and turn into ice.

Shaking causes the crystals to join together, creating a center for crystallization and forming ice.



Science is not just about textbooks and laboratories, but also a lot of interesting experiments that you can do right at home. Now you know how to create your own volcano, rainbow, or lava lamp. Experiment, explore, and don't be afraid to ask questions! Each of you can become a real scientist and make your own discoveries. Good luck on your scientific adventures!

AN ADVENTURE INSIDE THE HUMAN BODY: WHAT HAPPENS WHEN WE EAT?



Hello kids! Imagine that every time we eat a favorite apple or a tasty sandwich, a real adventure begins inside our body. Do you want to know what happens to the food once we eat it?



Leonardo da Vinci

One of the most famous researchers of the human body was Leonardo da Vinci. Here are some interesting facts about him:

1. Leonardo da Vinci was not only an artist but also an engineer, anatomist, musician, architect, and scientist.

2. Leonardo conducted anatomical research on human corpses. His drawings and notes on the structure of the human body are considered some of the most accurate for their time.

3. Da Vinci created detailed anatomical drawings, studying muscles, bones, internal organs, and the nervous system. His works were centuries ahead of their time.

4. Leonardo left many notebooks with anatomical sketches and notes. Some of them are still preserved and studied by scientists today.

5. In his time, anatomical research on human bodies was forbidden by the church, but Leonardo continued his studies in secret.

6. Although many of his anatomical works were not published during his lifetime, they had a significant influence on subsequent generations of doctors and scientists.

So, let's embark on an exciting journey through our body!

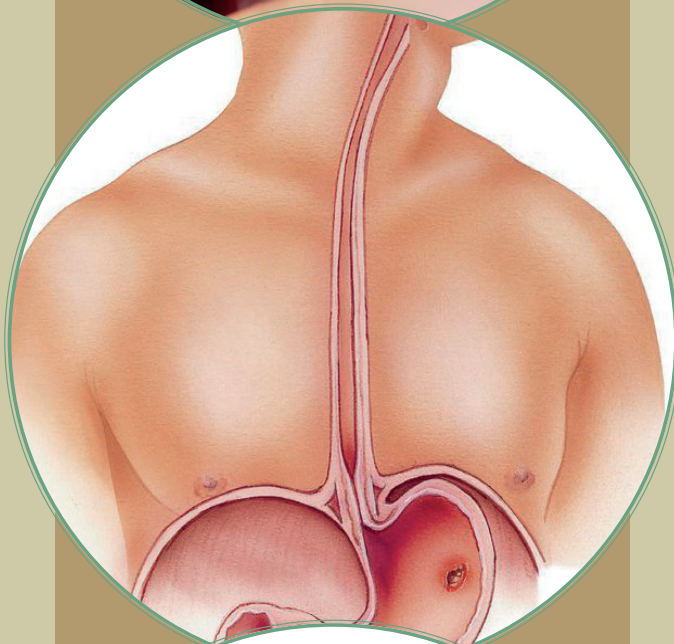
1. Mouth: The Beginning of the Adventure

Everything starts in the mouth. When you take a bite of an apple or a piece of pie, you immediately begin to chew. Your teeth break the food into small pieces so that it can pass through more easily. At the same time, your salivary glands release saliva. Saliva helps soften the food and contains enzymes that begin to break down carbohydrates.



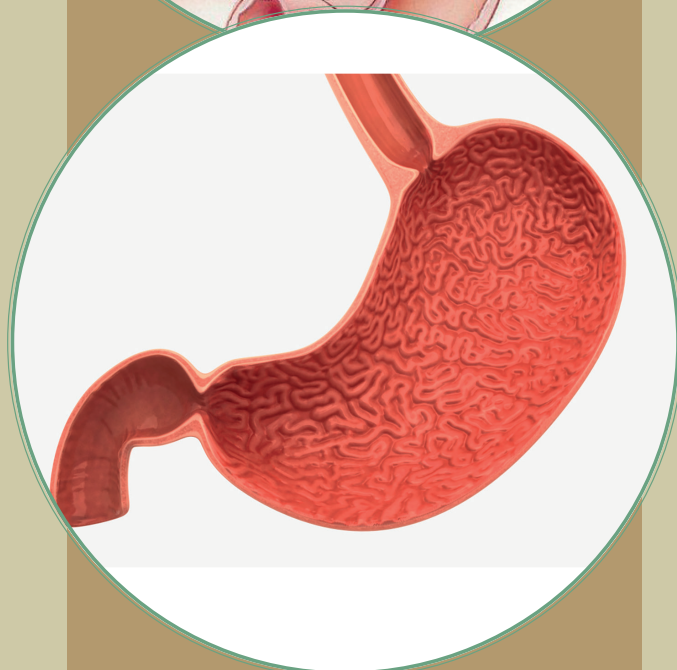
2. Journey Through the Esophagus

After you've chewed and swallowed the food, it passes through the esophagus—a long tube that connects the mouth to the stomach. This journey takes just a few seconds, thanks to peristalsis—wave-like muscle contractions that push the food down.



3. Stomach: The Acidic Adventure

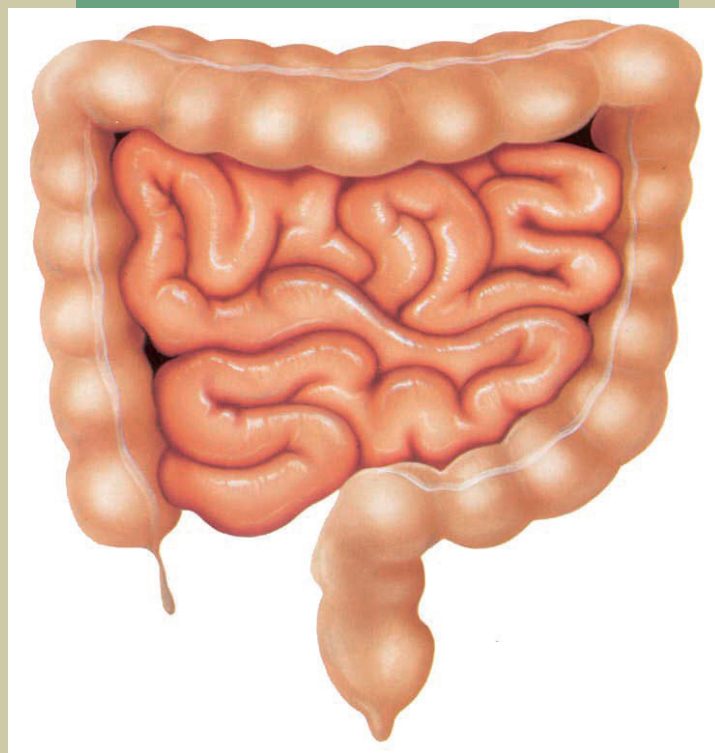
When food reaches the stomach, it encounters gastric juice—a powerful mixture of acids and enzymes that continue to break down the food. The stomach mixes the food, turning it into a semi-liquid mass called chyme. This happens due to the strong contractions of the stomach's muscular walls.



4. Small Intestine: The Body's Laboratory

From the stomach, the chyme enters the small intestine. This is where the main process of digestion and nutrient absorption begins. The small intestine, about 6 meters long, is made up of three parts: the duodenum, jejunum, and ileum.

In the duodenum, the chyme mixes with bile produced by the liver and pancreatic juice from the pancreas. These fluids help break down fats, proteins, and carbohydrates. The jejunum and ileum absorb the nutrients, which then enter the bloodstream and are carried throughout the body.

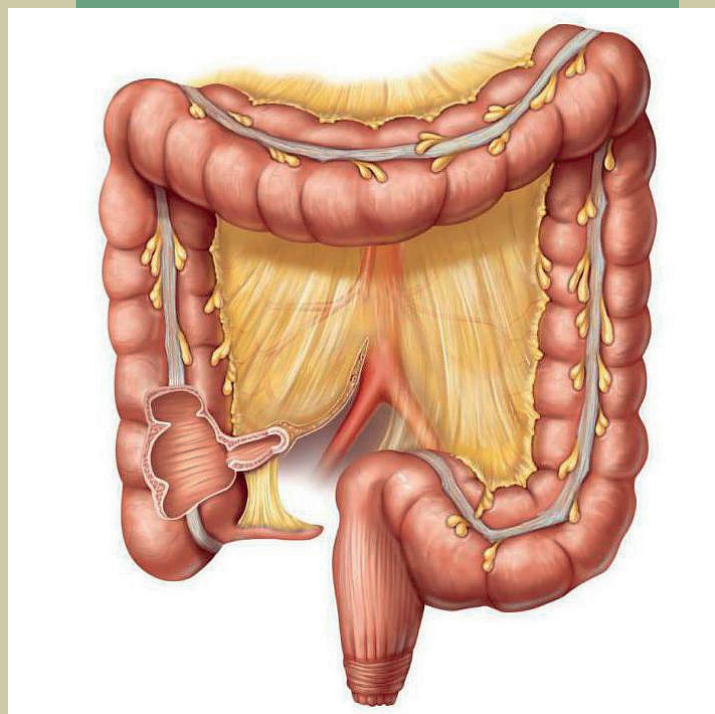


5. Large Intestine: The Final Stage

After most of the nutrients have been absorbed in the small intestine, the food remnants enter the large intestine. Here, water is absorbed, and the waste forms into stool. The large intestine is also home to billions of helpful bacteria that help break down the remaining nutrients and produce vitamins.

6. Elimination: The End of the Journey

When digestion is complete, the undigested food and water become solid and are excreted from the body through the rectum as stool. This is the final stage of your digestive adventure.



HOW DOES THIS HELP YOUR BODY?

Each stage of this exciting journey is essential for your body to get all the nutrients it needs to grow, repair itself, and maintain energy. Proteins from food help build and repair muscles, carbohydrates provide energy, and fats support the health of cells and organs.

FUN FACTS:

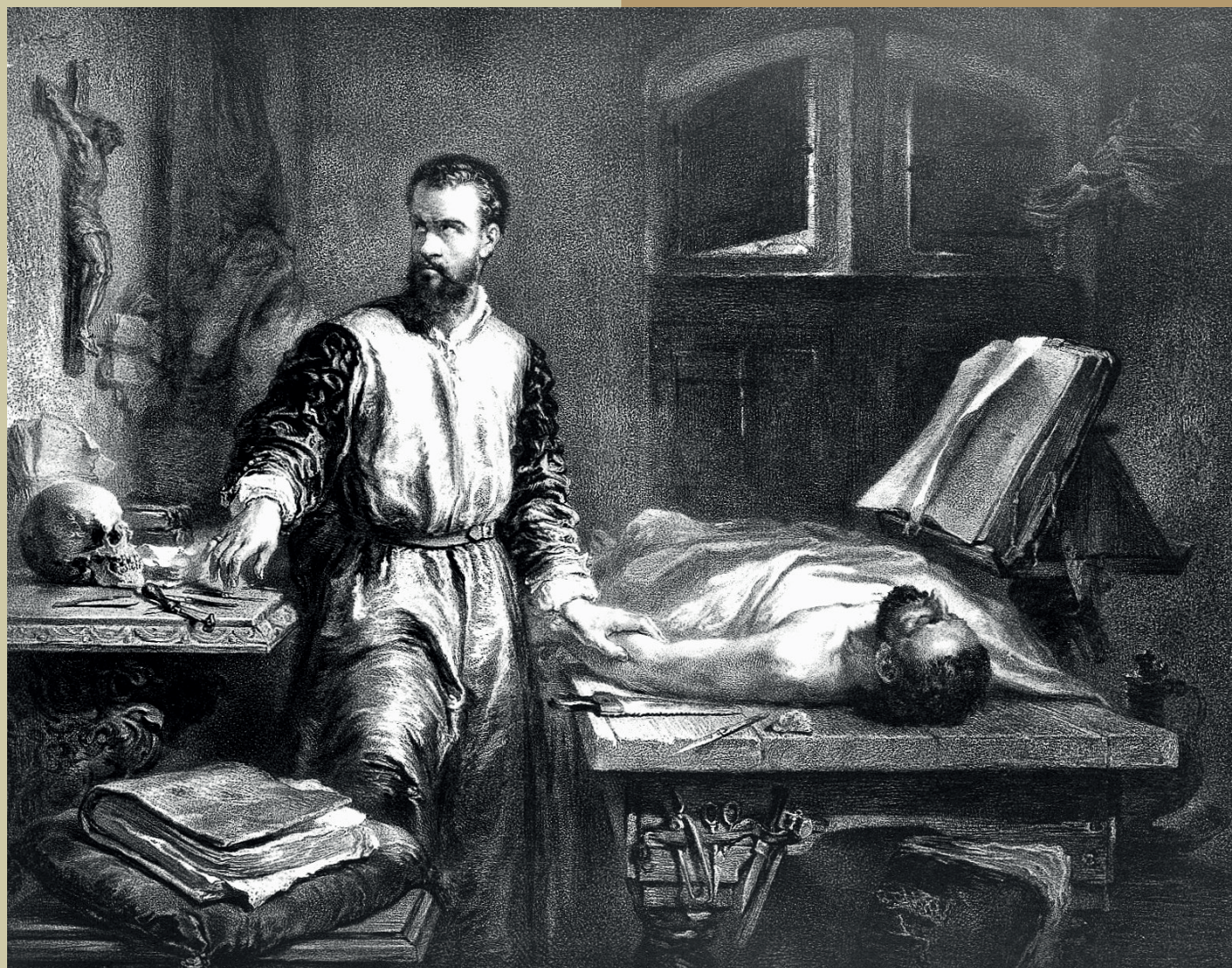
7. 1. The stomach can stretch—it can hold up to 4 liters of food and liquid!

8. 2. The intestine is a long path—if you unroll all the parts of the small and large intestines, they would stretch about 7 meters!

9. 3. Saliva is important for dental health—it helps wash away food particles and bacteria, preventing cavities.

ANDREAS VESALIUS

Besides Leonardo da Vinci, Andreas Vesalius made significant contributions to the study of the human body. He is considered one of the founders of modern anatomy. He disproved many misconceptions that existed in medical science at the time. His main work, **De Humani Corporis Fabrica** (On the Structure of the Human Body), published in 1543, was revolutionary. It was one of the first anatomical atlases that detailed the human body.



CONCLUSION

Your body is a complex and smart system that tirelessly works to turn food into energy and nutrients. Every time we eat, our body triggers a coordinated mechanism to digest food. Now you know how food turns into the energy and nutrients needed for growth and activity. I hope you found this amazing process interesting. Remember, we are what we eat, so always choose healthy, fresh, and natural foods!



DEVELOPING EMOTIONAL INTELLIGENCE IN CHILDREN:

TIPS AND EXERCISES

Emotional intelligence (EI) plays an important role in every person's life. It is the ability to understand and manage one's own emotions as well as recognize and understand the emotions of others. For children, developing emotional intelligence helps not only in communicating with others but also in succeeding in school, adapting to society, and ensuring emotional well-being.



Some studies suggest that a person may experience several dozen different emotions in a single day. This can include basic emotions like joy, sadness, anger, and fear, as well as more complex feelings such as nostalgia, disappointment, or excitement.

Let's explore how parents can encourage this development.



1. Create an Open Space for Communication

One of the key aspects of developing emotional intelligence is creating an environment where children feel confident discussing their emotions. Try to encourage openness in communication, without judgment or criticism of their feelings. For example, after a school day, ask how they felt and listen attentively without interrupting.

3. Model Appropriate Behavior

Children learn through imitation. If you demonstrate how to manage emotions properly, they will follow your example. Don't be afraid to show how you cope with your own emotions and explain your actions. For example, if you're upset, explain what you do to calm down.

2. Talk About Emotions

Discussing emotions helps children understand them better. Use books and cartoons to explain how different characters deal with joy, anger, sadness, and fear. Spend time reading stories, focusing on the characters' emotional reactions, and discussing them with your child.

4. Exercises for Self-Regulation

Use simple exercises to help children develop self-regulation skills. One such exercise is the 'pause.' When a child feels they are losing control over their emotions, encourage them to take a break and breathe deeply. This helps them calm down and handle the situation better.

5. Foster Empathy

Empathy is the ability to understand and share the feelings of others. To develop empathy, play role-playing games where the child must imagine being in someone else's shoes. Use toys or characters from cartoons to discuss how they might feel in various situations.

7. Teach Problem-Solving Skills

Teach children to find solutions in difficult situations. Instead of solving problems for them, help them develop strategies. Discuss different possible solutions and their consequences. This develops critical thinking and helps children deal with challenges more effectively.

6. Reward Positive Behavior

Positive reinforcement helps children understand the importance of constructive behavior. Praise them for managing their emotions or showing care for others. For example, if a child shows patience in a difficult situation, acknowledge it and praise their maturity.

8. Practice Gratitude

Foster the habit of gratitude in children, which can help them better manage negative emotions and focus on the positive. Establish family rituals such as discussing what they are grateful for at the end of the day. This helps children focus on the good things and develop a positive outlook on life.





9. Teach Conflict Resolution

Conflict resolution is an important aspect of emotional intelligence. Explain how to discuss and resolve disagreements constructively. Teach children to respect others' opinions and seek compromises.

10. Use Relaxation Techniques

Relaxation practices like meditation and yoga can be helpful for developing emotional intelligence. Find suitable methods for children and incorporate them into family time. This helps them learn how to relax and reduce stress levels.



Research on Emotional Intelligence

The study of emotional intelligence (EI) has become an important part of psychology and social sciences. Peter Salovey and John Mayer developed one of the first theoretical approaches to EI. In 1990, they proposed the concept of emotional intelligence as the ability to recognize, understand, and manage emotions, and they developed a model that includes four key skills: perceiving emotions, using emotions to facilitate thinking, understanding emotions, and managing them.

They also created the first test to measure EI, which became the basis for further research and assessment tools.



Developmental Differences Between Preschoolers and Schoolchildren

Emotional intelligence in preschool and school-aged children manifests differently depending on their cognitive and social development levels. Here are the key differences:

Awareness and Understanding of Emotions

Preschoolers: At this age, children begin to become aware of their emotions and the emotions of others, but their understanding is still limited. They can easily identify basic emotions like joy, anger, and fear but often struggle to express more complex feelings.

Schoolchildren: As they grow, children develop a more nuanced understanding of emotions. They begin to recognize the subtleties and complexities of emotional states such as shame and disappointment and can better understand the emotions of others in various contexts.

Social Skills

Preschoolers: Social skills in preschoolers are limited and often depend on parents and caregivers. They learn to interact with other children through play and simple cooperation.

Schoolchildren: School-aged children have more developed social skills, allowing them to form complex friendships, work in groups, and resolve conflicts effectively.

Cognitive Abilities

Preschoolers: Their cognitive abilities are limited, affecting their ability to understand the causes and effects of emotional states.

Schoolchildren: As their cognitive skills develop, schoolchildren can analyze situations and understand how their actions and emotions affect others.



Games for Developing Emotional Intelligence in Children

Games help children better understand and manage their emotions, as well as develop empathy and social skills. Here are some effective games:

1. "Emotional Stories"

Come up with short stories or scenarios where the characters experience different emotions. Ask the children to identify which emotions the characters are feeling and suggest possible ways to resolve the situation.

Goal: Developing empathy and problem-solving skills.

2. "I Feel..."

Start a sentence like 'I feel happy when...' and ask the children to finish the sentence, sharing their emotions and the situations that trigger them.


Goal: Increasing awareness of personal emotions and improving expression skills.

3. "Role Play"

Create role-playing scenarios where children can take on different roles (e.g., teacher, doctor, parent) and face situations that evoke emotions. Discuss how the characters handle their emotions and find solutions.

Goal: Developing social skills and empathy.





АБАЙЛАҢЫЗ, ҚАУІПТІ ОЙЫНШЫҚ!

**Балаларға сатып алып беруге
болмайтын ойыншықтар**

Бүгінде балалы үйдің қайбіріне барсаңыз да, бөлмелері ойыншықтарға толып тұрады. Негізінде енді дамып келе жатқан бала үшін ойыншықпен ойнау өте маңызды. Ойын - бұл баланың психикасын толыққанды дамытудың, оның ақыл-ой қабілеттерін жақсартудың және қимылдарды үйлестірудің қажетті шарты. Сондықтан да өндірушілер ата-аналардың өмірін едәуір жеңілдетіп, баладағы барлық дағдыны дамытуға мүмкіндік беретіндей етіп ойыншықтың түр-түрін шығарады. Алайда, олардың кейбіреуі физикалық денсаулық пен психикаға айтарлықтай зиян тигізуі мүмкін.

Ойыншықтар түрлі материалдардан жасалынады. Мысалы, пластик, ағаш, металл, резеңке, жұмсақ талшықтар. Ойыншық неден дайындалса да, оның сапасы белгіленген талаптарға сай болуы қажет. Дегенмен кейбір адамдар мұндай ережелерді елемегендіктен, заманауи ойыншықтардың бірқатары бала үшін қауіпті болып отыр.

Осыған байланысты қауіпті ойыншықтарды қауіпсізден қалай ажыратуға болатынын, оларды қалай іздеу және сатып алғанда неге назар аудару керекін анықтап көрдік.

ЖАС АЙЫРМАШЫЛЫҒЫНА АРНАЛҒАН ОЙЫНШЫҚТАР

Бала қанша жаста болса да, КО техникалық регламентіне сай сертификаты жоқ ойыншық қауіпті саналады. Мұндай ойыншықтардан улы заттар, канцерогендер бөлініп, сәбидің денесіне енуі мүмкін.

Өмірдің алғашқы жылдарындағы балалар, яғни 3 жасқа дейінгілер үшін ұсақ бөлшектері бар ойыншықтар ең қауіпті нұсқа екенін есіңізде сақтаңыз. Мұндай балалар әлемді тану мақсатында кез келген затты тістейді, жалайды, аузына салады, шайнайды. Бала тым кішкентай бөлшекті жұтып қойған жағдайда, ол оның мұрын немесе құлақ жолдарын жауып не тамаққа тұрып қалатын болса, оны тек дәрігердің көмегімен ала аласыз.

Сонымен қатар, ұзын сымы, ленталары, матаның тар жолақтары бар ойыншықтардан аулақ болыңыз. Бала ойнап жатқанда ол мойнына кездейсоқ оралып қалса, бала тұншығып, салдары ауыр болуы мүмкін.

Батареямен жұмыс істейтін ойыншықтарды да қоқысқа тастаңыз.

3 пен 6 жас аралығындағы балалар үшін қауіпті ойыншық қатарына ок ататын қару, айырсадақ, ұшатын дөңгелектер кіреді. Бұл ойыншықтың барлығы ауыр жарақатқа әкеп соқтыруы мүмкін. Сондықтан 7 жасқа дейінгі балалар үшін магниттік конструкторлар, ұсақ бөлшектері бар ойыншықтар, моншақтар мен аквагельдер қауіпті болып қала береді.

Сондай-ақ, 6 жасқа дейінгі балалар үшін қауіптілігі сақталатын ойыншықтар тізімі:

- өткір жиектері бар ойыншықтар (темір машиналар, өткір аксессуарлары бар қуыршақтар және басқалар);
- ойыншық шамдарр. Олар қызып, баланы күйдіруі мүмкін;
- шу деңгейі жоғары музыкалық ойыншықтар;
- жоғары жылдамдықты радио басқарылатын ойыншықтар;
- қауіпті химиялық заттары бар химиялық жиынтықтар мен ойыншықтар (бояулар, желім және басқалар).



7-10 жас аралығындағы балалар скейтборд, ролик және велосипед айдау кезінде ойыншық қарудан зардап шегуі мүмкін. Сондай-ақ, химиялық жинақтар ауыр улануды, терінің және шырышты қабаттардың күйіп қалуын тудыруы мүмкін. Ал баланың психикасына құбыжық ойыншықтары, Барби қуыршағы және басқа да арық қуыршақтар теріс әсер етеді.

10 жастан асқан балалар зардап шегуі мүмкін ойыншықтар:

- пиротехникалық құралдар мен қару-жарақ;
- экстремалды спорт түрлерімен шұғылдану;
- интернетте қолжетімді ойыншықтар.

БАЛА ҮШІН ЕҢ ҚАУІПТІ ОЙЫНШЫҚТАР

Ойыншықтар баланың физикалық денсаулығына ғана емес, сонымен қатар неврозға, қорқынышты түс көруіне, энурезге және басқа да психикалық мәселелерге әкеп соқтыруы мүмкін.

Магниті бар ойыншықтар және аквагель.

Магниттік конструктор ішек өтімсіздігі мен перитонитке әкеп соқтыруы мүмкін. Бала ойыншықты абайсызда жұтып қойса, құрамында магниті бар бөлшектер бір-біріне тартылып, ішектің люменін жабатын көлемді конгломерат түзеді.

ОЙЫНШЫҚ САТЫП АЛҒАНДА НЕГЕ НАЗАР АУДАРУ КЕРЕК?

1. Жағымсыз химиялық иіс, күшті және күйдіргіш иіс;
2. Бала жарақат алуы мүмкін нашар өңделген, бұрышы өткір жиектер;
3. Ойыншықтың түсі ашық, қышқыл. Олар баланың жүйке жүйесін шамадан тыс қоздырады;
4. Ойыншықтан жағымсыз қатты дыбыс шығады;
5. Ойыншық суланып қалса, бояу жағылады;
6. КО техникалық регламентіне сай сертификаты жоқ.





Магниттік конструкторлардан басқа, ішек өтімсіздігінің себебі аквагель (ваннада ойнауға арналған желе) болуы мүмкін. Егер нәресте осы заттың элементтерін әдейі немесе кездейсоқ жұтып қойса, ол ішектің люменінде ісініп, қабаттасады.

Музыкалық ойыншықтар.

Көптеген музыкалық ойыншықтардың дыбысы рұқсат етілген шектен асып кетеді. Жұмсақ ойыншықтар, ертегіні өзі дыбыстайтын кітаптар және балалардың музыкалық аспаптары есту қабілетінің төмендеуіне, саңырау болып қалуға дейін, сөйлеу қабілетінің дұрыс қалыптаспауына және тіпті кішкентайлардың сөйлеу дағдыларының дамуын бәсеңдетуге әкеп соқтыруы мүмкін. Музыкалық кітаптың орнына ертегілер мен суреттері бар қарапайым қағаздарды сатып алыңыз, оларды балаңызбен бірге оқып, әртүрлі дауыстармен дауыстап, суреттерді қарастырыңыз. Бұл баламен тығыз байланыс орнатуға, оның сөйлеуі мен эмоционалды интеллектін дамытуға көмектеседі.

Хаги Ваги және басқа құбыжық тәрізді ойыншықтар.

Мұндай ойыншықтарға қатысты психологтардың пікірі екіге бөлінді. Кейбіреулер балалар қорқынышты ойыншықтарды ертегі кейіпкерлері ретінде қабылдайды және оларды құбыжық деп санамайтынын, керісінше баланың психикасы қорқынышпен күресу дағдысын дамытатынын алға тартады. Ал басқа психологтар сезімтал балаларда құбыжық тәрізді ойыншықтар фобия, ұйқысыздық, қорқынышты түс және энурез тудыруы мүмкін екеніне сенімді.



Барби қуыршағы.

Барби қуыршағы және оған ұқсас қуыршақтар әдетте арық, қарапайым өмірде өте сирек кездесетін фигуралы болады. Салдарынан қыздар өз дене пішіміне, салмағына қанағаттанбауы, тамақтанудың бұзылуының дамуын тудырады.

Ойыншық қарулар

Қазіргі ойыншық тапаншалар, мылтықтар, пышақтар, садақтар мен арбалеттер шынайы қарудан кем түспейді, олардың дыбыстары да ұқсас. Алайда олар баланың денесін зақымдауы мүмкін. Оған қоса, бұл ойыншықтар баланың бойындағы ашу-ызаны жоғарылатады.

Жұмсақ ойыншықтар.

Балалар бірге ұйықтағанды ұнататын сүйкімді жұмсақ ойыншықтар шаң жинайды, аллергияларды ұзақ уақыт жинап, шаң кенелерінің өмір сүруіне қолайлы ортаға айналады. Кез келген мата, тоқылған, аң терісі және басқа жұмсақ ойыншықтар аллергиялық реакцияларға бейім.

Слайм

Балаларға арналған кейбір слаймдардың құрамында боракс сияқты әртүрлі химиялық компоненттер бар, олар терінің тітіркенуін және балаларда аллергиялық реакцияларды тудыруы мүмкін. Сонымен қатар, бала слаймды абайсызда аузына салса да, оның құрамында улы заттар ағзаға енеді.



ҚАУІПСІЗДІК БӘРІНЕН МАҢЫЗДЫ

Ойыншықтың қауіпін мейлінші азайту үшін мына қарапайым ережелерді есте сақтаңыз:

- сапалы екенін дәлелдейтін сертификатты тексеріңіз;
- ойыншықтарды мамандандырылған дүкендерден сатып алыңыз;
- баланың жасын ескеріңіз;
- табиғи қауіпсіз материалдардан жасалған ойыншықтарға артықшылық беріңіз: ағаш, мата, тағамдық пластик;
- сыртқы түрін бағалаңыз (тікенеңкер, жарықтар, бөлінген тігістер, қабыршақтайтын бояу, кептірілген желім немесе дақ беті жоқ);
- химиялық иіс, нашар бекітілген бөлшектер немесе улы бояу болған кезде сатып алудан бас тартыңыз.

Ойыншық таңдағанда баланың көңіліне қарап қауіпті ойыншықтың орнына ұқсас балама табуға тырысыңыз. Балаға ойыншықтың зияны туралы түсіндіріңіз!

Мазмұны Содержание

1 маусым	1 маусым – Халықаралық балаларды қорғау күні! «Қазақстан балалары – бүгінгің батырлары кім».....2-7
Технология	Жазғы демалыста қайда саяхаттауға болады Қазақстанның ең керемет туристік мекендері.....8-15
Туризм	Көшбасшылықтың қарапайым құпиясы.....16-23
Психология	Қазақстан Республикасындағы Психологиялық қолдау орталықтарының негізгі миссиясы.....24-29
Психология	Основная миссия Центров психологической помощи Республики Казахстан.....30-35
Дети	Казахские детские имена. Традиции. Современность. Значения.....36-41
Обучение	Как поддерживать здоровый баланс между учебой и отдыхом.....42-47
Life Hack	Scientific Experiments You Can Do at Home.....48-51
Human health	An Adventure Inside the Human Body: What Happens When We Eat?.....52-57
Children	Developing Emotional Intelligence in Children: Tips and Exercises.....58-63
Балалар	Абайлаңыз, қауіпті ойыншық! Балаларға сатып алып беруге болмайтын ойыншықтар.....64-69



КОМИТЕТА ПО ОХРАНЕ ПРАВ ДЕТЕЙ
МИНИСТЕРСТВА ПРОСВЕЩЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

111
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
ДЛЯ ДЕТЕЙ

Дорогой друг!

Помощь по телефону доверия
анонимна и бесплатна!



У каждого человека могут быть сложные жизненные ситуации. Телефон Доверия поможет вам быть понятым и принятым, разобраться в том, что происходит, и решить, какие шаги предпринять. Телефон Доверия открыт для детей и взрослых. Каждый человек будет выслушан и получит совет компетентного специалиста.

У всех нас меняется настроение, возможны резкие колебания в короткие промежутки времени - от радости и счастья до полного отчаяния. Поэтому очень важно иметь возможность проконсультироваться со специалистом, который убережет вас от конфликтов и необдуманных импульсивных поступков.



Детский
ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ



Уважаемые
читатели!

При поддержке Комитета по охране прав детей Министерства просвещения Республики Казахстан в мессенджере телеграм с 2019 года функционирует чат «Bala Qorgau», который создан с целью выявления нарушения прав, насилия или жестокого обращения в отношении несовершеннолетних. Для оперативного реагирования на обращения в режиме 24/7 работает телеграм-бот BalaQorgauBot2.0. Безопасность и благополучие детей в наших руках!



BALAQORGAUBOT2.0

