

Бекітемін: _____
№1 «Күншуақ» бөбекжай-балабақша
меңгерушісі: Барикова, Г. Ж.



БАЛАБАҚША ҚЫЗМЕТКЕРЛЕРІМЕН ЖҮРГІЗІЛЕТІН ЖҰМЫС ЖОСПАРЫ

№	Бағыты	Тақырыбы	Күні	Кіммен жүргізіледі
1	Психодиагностика	«Саусақтар арқылы мінез анықтау» (тест)		Балабақша қызметкерлері
2	Психодиагностика	«Сіз төзімдісіз бе?» (тест)		Балабақша қызметкерлері
3	Психодиагностика	«Суреттен бірінші нені аңғардыңыз?» (психологиялық тест)		Балабақша қызметкерлері
4	Психологиялық-педагогикалық ағарту	«Мен әншімін»		Балабақша қызметкерлері
5	Психодиагностика	«Әмиянға қарап, адамын таны» (тест)		Балабақша қызметкерлері
6	Психологиялық-педагогикалық ағарту	«Менің көңіл-күйім»		Балабақша қызметкерлері
7	Психодиагностика	Суреттен не байқадыңыз? (психологиялықтест)		Балабақша қызметкерлері
8	Психодиагностика	«Сіз қандайсыз?» (Британиялық психологиялық тест)		Балабақша қызметкерлері
9	Психологиялық-педагогикалық ағарту	«Көңіл-күйді көтеретін қағаз»		Балабақша қызметкерлері

**«Адамның саусағына қарап, мінезін таныңыз»
Психологиялық тест:**

2025-2026 оқу жылы

Хромтау қаласы

Психологиялық тест: Адамның саусағына қарап, мінезін таныңыз
Сана мен дене бір-бірімен тығыз байланысты. Сондықтан адам мінезін, қасиеттерін оның сөздеріне ғана емес, сырт келбетіне қарап та анықтауға болады. Сондай әдістердің бірі – саусақтарды зерттеу. Британиялық ғалымдар бұл тақырыпты зерделеп, мынадай қызықты фактілерді анықтады. Екінші және төртінші саусақтардың ұзындығына назар аударыңыз:

А. Төртінші саусақ екіншіден ұзынырақ болған жағдайда:

Саусақтары мұндай адамдар – батыл, шешім қабылдауға жүрексіңбейтін, жиі тәуекелге баратын жандар. Олар – ақылды, логикасы дамыған адамдар. Сонымен қатар, бұл жандар өзгелерден гөрі көбірек ақша табады. Саусақтары мұндай қыз бала әлі тұрмыс құрмаған болса, табысты адаммен жұп құрауға мүмкіндігі мол екенін айтуға болады.

В. Төртінші саусақ екіншіден қысқа болған жағдайда:

Саусақтары мұндай адамдар тәкаппар болады. Көңілі тоқ болғандықтан, өздерімен-өзі болғанды жақсы көреді. Әдетте, мұндай адамдар бірінші болып ұсыныс жасамайды. Бұл тек махаббатқа ғана емес, бизнеске де қатысты. Бірақ айтылған фактілерге қарамастан, өзіне деген назарды бағалайды және мақтау, қошемет сөздерді қабылдай біледі.

С. Төртінші мен екінші саусақтардың ұзындығы бірдей болған жағдайда:

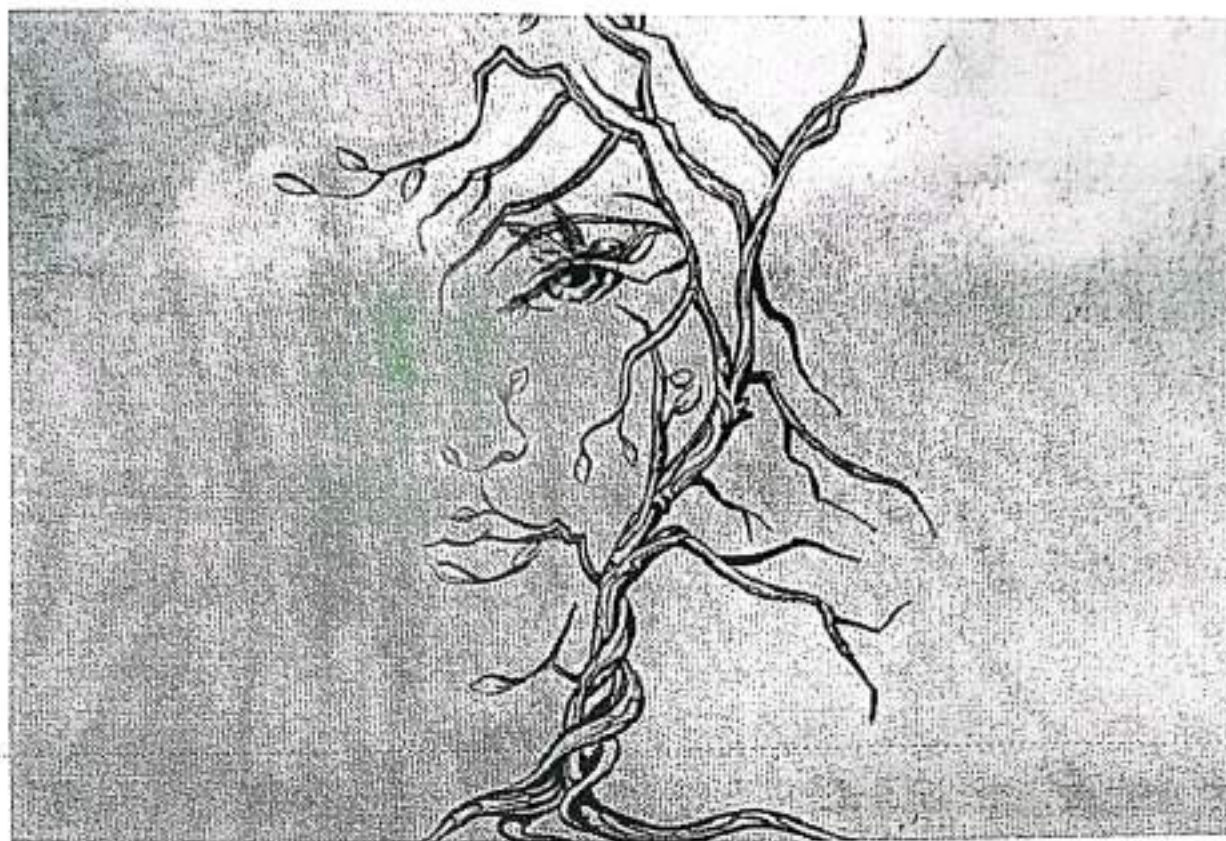
Мұндай адамдар өте мейірімді әрі көңілі ашық болады. Олар ұрыс-керісті ұнатпайтындықтан, кикілжің тудыратын жағдайлардан ары жүруге тырысады. Бұлар тазалық пен тәртіпті жақсы көреді. Кез келген адаммен тілдесуіне табыса алады.

**«Суреттен бірінші нені аңғардыңыз?»
Психологиялық тест:**

2025-2026 оқу жылы

Хромтау қаласы

Психологиялық тест: Суреттен бірінші нені аңғардыңыз



Ағаш

Сіз өте мұқият адамсыз. Барлық істеріңізді жоспарлы түрде жүзеге асырасыз. Мақсатыңыздың жолында барлық қадамға баруға дайынсыз. Сондықтан қаталдық сізге тән.

Әйел

Сіз өте эмоцианалды адамсыз. Сондықтан үнемі құбылып тұрасыз. Бірде жұмсақ, бірде қаталсыз. Сондықтан сіздің қаталдық ұзаққа бармайды.

Құс

Қаталдық сізге тән дүние емес. Қолдан жасауыңыз мүмкін. Алайда, сіз өте мейірімдісіз және мұны барлығы біледі.

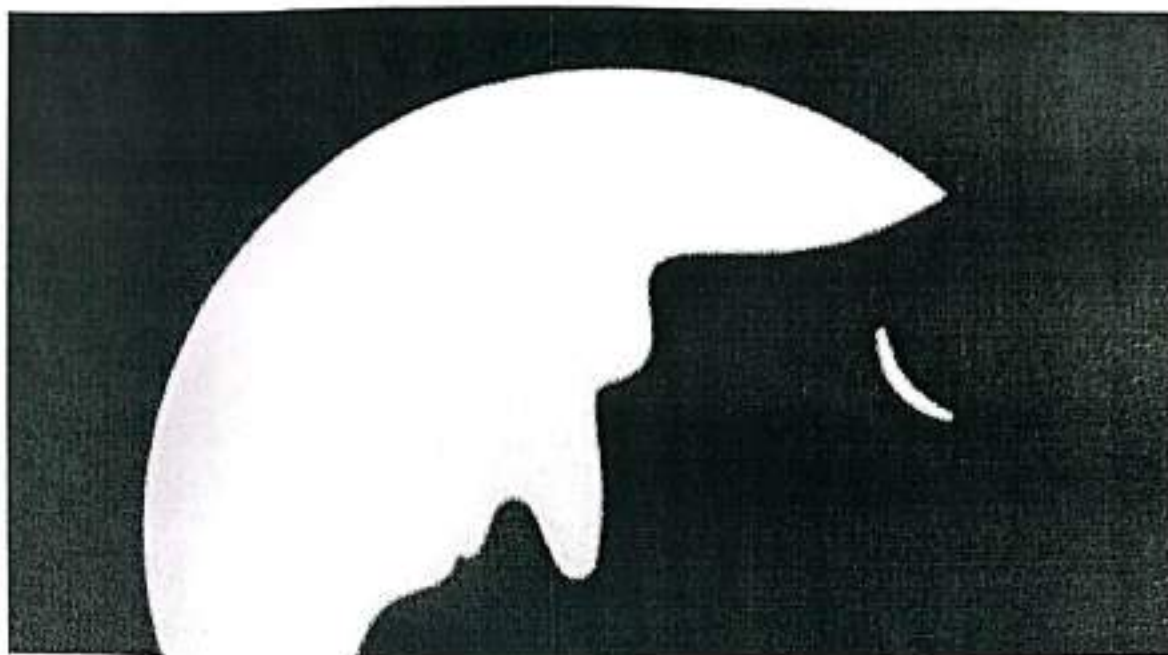
«Сіз нені байқадыңыз?»

Психологиялық тест:

2025-2026 оқу жылы

Хромтау қаласы

Психологиялық тест: Сіз нені байқадыңыз?



Бөлісу:

Суретке қарап, ойланбастан ненің бейнесін байқағаныңызды айтыңыз. Соған байланысты сіздің мінезіңізді анықтауға болады. Көрген суретіңізге сәйкес сипаттаманы оқып, өзіңіз жайлы жаңа сырлар ашыңыз.

АЙ

Суреттен бірден жаңа туған айдың бейнесін байқағандарды аса мұқият деп айтуға болмайды. Сіз қызуқандысыз, ойыңызды бірден айта саласыз. Кез келген мәселенің көзге түсіп тұрған жақтарын байқап, әрі қарай зерттемегенді жөн санайсыз. Бұл сіздің ылғи асығыс болуыңызға байланысты. Болашақта асықпай, мәселенің мән-жайын түсініп алып, шешім жасауға үйреніңіз.

АҚ ТҮСТІ КЕЛБЕТ

Ай емес, адамның ақ түсті бетін байқаған кісінің қиялы жақсы дамыған. Сіз күнделікті үйреншікті шаруаларға креативті қарап, әр күніңізді түрліше өткізуге тырысасыз. Есесіне шаршататын бірсарынды жұмыстан қашасыз.

ҚАРА ТҮСТІ КЕЛБЕТ

Бұл суреттен қара түсті бетті байқай алатындар аз. Егер сіз бірден суреттен қара түсті бетті байқаған болсаңыз, өзіңізді ерекше тұлға деп санай беріңіз. Сіз басқаларға қарағанда ұсақ-түйектердің барлығын байқайсыз.

Шығармашылыққа жақын, рухани құндылықтарды бірінші орынға қоятын жансыз.

Ал сіз суреттен ненің бейнесін байқадыңыз?

«Мен әншімін» тренингі

2025-2026 оқу жылы

Хромтау қаласы

Тақырыбы: «Мен әншімін»

Мақсаты: Қызметкерлермен тренинг өткізудің басты мақсаты, татулық, бірлік ұйымшылдыққа шақыру. Ән айта отырып, көңіл күйлерін көтеру және де әнші қабілеттерін байқату бір бірлеріне. Есте сақтау қабілеттерін арттыру. Ойлау қабілеттерін арттыру.

Әдіс тәсілі: ән айту, сөздерін есте сақтау, әнді жалғастыру.

Көрнекіліктер: Үнтаспа, бояу түрлері, гүлдер, доп

- Барысы: 1. «Шаттық шеңберіне» жиналып, бір-бірлеріне жақсы тілек айту.
2. «Мен әншімін» тақырыпқа сай қызметкерлермен ән айтып, көңіл күйлерін көтеру.
3. «Аяқталмаған ән» жаттығуы. Бір әнді үнтаспадан қосып, допты қағып алған әнді аяқтауы міндет.
4. «Гүлдермен ән айту» жаттығуы. Жерде жатқан гүлдерді түсіне қарай әнмен жалғастыру. Қимылды ойын түрінде.
5. Қорытынды. . Бүгінгі тренингтен алған әсерлерімен бөлісу.

**«Әмиянға қарап адамды таны»
психологиялық тест**

2025-2026 оқу жылы

Хромтау қаласы

Тест. Әмиянға қарап адамын таны

Психологтардың айтуынша, біздің әрбір қолданатын заттарымыз өзіміз туралы қандай да бір ақпарат береді екен. Әсіресе, күнделікті тұтынатын заттарымыз дәл мінездеме беретін көрінеді. Ендеше бүгін әмияныңызға қарап сіз туралы айтып көрейік.

1. Конверт пішінді әмиян. Мұндай әмиян барлық затты сақтай беруге ыңғайлы. Мысалы суреттер, несие немесе банк карталары. Бұл әмиянның иесі көп сауда жасайды. Өзіне немесе отбасы үшін бірнәрсе сатып алуға құмар. Әдетте олар барлығының өз орнымен болғанын қалайды.

2. Қатпарлы әмиян қалтаға да, сөмкеге де оңай салынады. Ол әмиянның иесі белсенді, адамдармен тіл табысқыш, еркіндікті бағалайтын және уақыттың қадірін білетін адамдар.

3. Туристік әмиян яғни барлық заттарға арналған. Бұл жандар жұмы барысымен жиі іс сапарға шығуы мүмкін. Осындай әмиян ұстайтын адамда сабырлы, ұқыпты, сенімді болып келеді, әрі бірден нақты шешім қабылда алатын қасиеті бар. Ой-өрісі де кең.

4. Несие карталарын салатын әмиянды үлкен қаланың тұрғындары ж ұстайтын көрінеді. Олар өте сақ адамдар, ақылды, энергияға мол болып келеді. Заманауи өмір сүруді қалайды, кез келген жағдайдан ләззат а біледі.

5. Жарқын дизайнды әмиян ұстайтындар, жастарының қаншада екені қарамай, жандарының жас екенін білдіреді. Олар өмірден тек жақсылық кереметті ғана көреді. Үнемі ерекше идеяларға толып жүреді.

6. Бір қызығы, әмиянсыз жүретін адамдар туралы мінездеме беру қиын ем. Ақшасын сөмке немесе қалтадан шығарып беретін адамдардың қаржы жағдайы тым керемет болмайды екен.

«Менің көңілі-күйім» тренинг

2025-2026 оқу жылы

Хромтау қаласы

Тақырыбы: «Менің көңіл-күйім»

Мақсаты: Тренингке қатысушыларға айналасындағы адамдармен, қоршаған орта, өзін-өзі қалыптастыру барысында талдау жасауда сүйенетін психология саласынан мәлімет беру; қатысушыларға өз көңіл-күйін игере білуге және басқаруға, қадағалауға, дұрыс бағалай білуге тәрбиелеу.

Психологиялық бағыт беру: (жайлы әуен ойнап тұрады)

Сәлеметсіздер ме, құрметті әріптестер! Қош келіпсіздер!

1. «Сағат тіліндегі досым» амандасу жаттығуы Мақсаты: ынтымақтастық атмосфераны қалыптастыру Нұсқау: сағат тілі бойынша достарыңды жазып шық. Төмендегі нұсқау бойынша амандасу. 1. Қолын қысыңыз (Пожать руки)

2. Арқасынан қағыңыз (Похлопать по спине) 3. Күлімсіреңіз (Улыбнуться) 4. Қол бұлғаңыз (Помахать) 5. Көзіңізді қысыңыз (Подмигнуть) 6. Комплимент айтыңыз (Сделать комплимент) 7. Бір тілек айтыңыз (Пожелать что-нибудь) 8. Мен сені жақсы көрем деп айтыңыз 9. Массаж жасаңыз (Сделать массаж) 10. Арқасын сипаңыз 11. Құшақтаңыз 12. Қол ұстасып 3 рет секіріңіз

Әрбір адам өмірге келген қонақ. Өмір өте мағыналы, мазмұнды өтуі маңызды. Қамшының сабындай қысқа өмірде адамның бір-бірімен сыйластықта болғанына не жетсін?! Олай болса бүгінгі тренингіміз «Менің көңіл - күйім» деп аталады. Көңіл-күйді көтере білу үлкен өнер екенін кеңінен ұғынуға мүмкіндік береді. Адамның қарым-қатынасы оның көңіл-күйіне байланысты. Көңіл-күй – адамның ішкі дүниесінің құбылысы, Көңіл-күй – адамның айнасы. Қарым-қатынас жасау арқылы адамдар мәлімет алады, жан дүниесі кеңейеді, білімі тереңдейді. Адамдармен қарым-қатынас жасау шеберлігі адамның ішкі мәдениетіне, біліміне, тәрбиесіне байланысты болады десек артық емес.

Көңіл-күй дегеніміз не?

Адам көңілді болғанда қандай көңіл-күй болады?

Адам көңілсіз болғанда қандай көңіл-күй болады?

Көңіл-күйдің денсаулыққа әсері бола ма? Балалардың жауаптары тыңдалады.

2.«Менің визиткам» жаттығуы Қатысушыларға өздерінің визиткалары үлестірілді, тренинг-есімдерін айтып естеріне түсіруге уақыт берілді. Бірінші рет қатысып отырған жаңа қатысушыларға тренинг-

есімдерін жазу үшін кішкене таза парақ берілді. Жаңа қатысушыларға тренинг-есім ойластырып, танысуға уақыт берілді. Жаңа тренинг-есімдер: Белгин Нұрсейт Жакупович – Ситөк

3.Суретпен жұмыс . Суреттегі көңіл-күйлерді атап шығайық.

Көңіл-күй – адамның психикалық процестерге, барлық қызметіне, соның ішінде оқу материалын меңгеруге әсер ететін эмоционалдық жағдайы. Көңіл күйіне қарап адамдарды: шат, жайдары, көңілді, жылы жүзді, ызбарлы, ызалы, т.б. деп ажыратуға болады. Көтеріңкі көңіл адамға қуат бітіріп, бойын сергітеді, ал уайым-қайғы жүнжітіп, жабырқатып жібереді. Кейде адамның Көңіл күйі жалпы

күйі де көтеріңкі болады. Адамның денсаулық жағдайы, жүйке жүйесіндегі ерекшеліктері де көңілге әсер етеді. Тіршілік үшін маңызды да мәнді нәрсе көңілге ерекше із қалдырады. Егер көптен айналысып жүрген іс оңға басса, орындалса, онда, кісі шат-шадыман күйге түседі. Керісінше, кісі сәтсіздікке ұшырап, көздеген мақсатына жете алмаса, қиналып мазасызданады. Ерік-жігері күшті, рухани өмірінің мазмұны бай, ұстанған идеясына сенімі мол адамдар қандай ауыр жағдайларда да өздерін көтеріңкі, сергек ұстайды. К. к-н меңгере білу кімге болса да аса қажетті қасиет.

Оқушыларды ыңғайлы отырғызу. Мен сендерге бір әңгіме оқып берейін. Марат деген баланың мысығы болыпты. Өзі пештің түбінде жата береді екен, өте жалқау мысық болыпты. Тіпті тышқан да ұстамапты. Бір күні Марат мысығын қапқа салып орманға апарып тастайды. Мысық орманда қарны ашып, үйін сағынады. Енді ол өз қателігін түсінеді. Ешқашан жалқау болмаймын деп өзіне уәде береді. Бірақ Маратқа баруға қорқады екен.

-Қалай мысыққа көмектесуге болады? -Маратқа қалай көмектесуге болады?

4. «Менің көңіл-күйім» жаттығуы.

Енді барлығымыз алдымыздағы ақ қағазға көңіл-күйімізді түсіріп көрейік. Адам мен табиғат ұқсас, егіз ұғымдар. Әрқайсысымыздың көңіл-күйіміз табиғат тәрізді бірде бұлттанады, бірде шайдай ашылады, бірде жауындатады, бірде түнереді, т.с.с. Табиғат құбылыстарымен байланыстыра отырып, қағаз бетіне көңіл-күйімізді түсірейік. (жайлы әуен ойнап тұрады). Оқушылар суреттерін көрсетіп, көңілсіз сурет салған оқушының көңілін көтеру қажет.

5. Ситуациялық көрініс (сахналау)

Сыйлаған гүл шоғын қабылдау кезіндегі қуаныш.

Жақын адамыңмен кездесу кезіндегі шаттық.

Достарыңмен қоштасу кезіндегі мұң.

Өз досыңның жетістігіне мақтаныш.

Өзіңнің жіберіп алған қателігіңе реніш.

6. Жағымсыз жағдайдан құтылу» жаттығуы.

Алдарыңыздағы қағазға, көңіл күйге қалай түсіретін жағдайды жазыңыздар. Оны ешкім оқымайды, көрмейді, сондықтан ашық, ұялмай қорықпай жазуға болады. Енді осы қағазды 2-ге бүктеп оны ұсақ бөліктерге бөлеміз. Енді сіздің жағымсыз мәселеніз қоқыс болып қалды. Оны қоқыс шелегіне тастаймыз. Сіздердің көңіліңізді түсіретін жағдайға енді ешқашан қайтып оралмайды, оны еске түсірмей, жоққа шығарамыз деп ойлаңдар.

Оқушылар өз көңіл-күйіне байланысты смайликті таңдап, соны өз бет әлпеттерімен көрсетеді.

7.«Мен ғажапшын» жаттығуы. - Мен осы өмірге келуіммен кереметпін. - Мен сияқты бұл өмірде ешкім де болған емес, болмайды. - Мен ғажапшын, кереметпін. - Менің күш - жігерім көп, денсаулығым мықты. - Мен өмірді

сүйемін, өмір мені аялайды. - Мен тамаша жанмын. - Мен айналама бақыт шуағын шашамын. - Мен мақсатыма жетемін. - Менің қолымнан бәрі келеді.

8. «Даналы ағаш» жаттығуы Ортаға «қураған» ағаш әкелініп, оған оқушылар өздерінің тілектерін жасыл жапыраққа жазып, ағашқа жапсырды. Тура бәрін көз алдында ағаш оқушылардың ақ тілегіне толы, жайқалған жасыл ағашқа немесе «даналы ағашына» айналды.

Енді міне, кездесуіміздің соңында мен сіздерге өз жүрегімнен шыққан жылы сөздерді сыйлаймын (жанданған жылы сөздер таратылып беріледі). Осы жылылықты әр кезде бірге алып жүріп, айналамыздағы адамдарға айтып жүріңіздер.

Қорытынды.

"Жас дос! Егер сен күлсең, бар әлем сенімен бірге күлетінін ұмытпа!"
Түйін: Көңілінді, бойынды таудың бұлағындай таза сақта. Ерік-жігері күшті, рухани өмірінің мазмұны бай, ұстанған идеясына сенімі мол адамдар қандай ауыр жағдайларда да өздерін көтеріңкі, сергек ұстайды. Көңіл күйін меңгеру білу кімге болса да аса қажетті қасиет.