**Акылбаева Баян Джауыновна,**

Шымкент қаласы Ордабасы ауданы,

Шұбарсу ауылы,

Достық бастауыш мектебі

**Мейірімді болса жүрек-орындалар тілек**

**(ұстаздарға арналған тренинг)**

**Мақсаты:** Ұстаздардардарды жаңашылдыққа, инновациялық әдіс тәсілдердерді тәжірибелеріне енгізе отырып, логикалық ойлау қабілетін, шығармашылық ізденісін, ой-қиялын арттыру.

**Міндеті:** Жаңа қоғамдағы адамгершілік, патриотизм және педагогиканың ұйытқысы ретінде нәтижеге бағытталған білім беру іскерліктерін дамыту. Мұғалімнің эмоциялык көңіл-күйлерін көтеру, топтасып жұмыс істеу жүйесін әрі қарай дамыту. Ұстаздардың өз кәсібіне деген ынтасын арттыру.

**Түрі:** Психологиялық тренинг сабағы

**Әдісі**: Топтық жұмыс, сұрақ-жауап, мимика мен түсіндіру, опликация, ой бөлісу және пікір алмасу.

**Көрнекілігі:** Плакаттар, маркерлер, компьютер, интерактивті тақта, жүрекше, смайликтер, қобдиша, А4, А3

**Тренинг ережесі**:

1. Белсенділікті арттыру;

2. Бірігіп жұмыс істеу;

3. Бір-біріне кедергі келтірмеу;

4. Өз ойыңды ашық айта білуге үйрету;

5. Өзіне пайдалы нәрсені алу;

6. Әріптестермен жақсы қарым-қатынаста болу;

7. Өзін еркін ұстауға үйрену;

Тренер сөзі: Сәлеметсіздерме, ұлағатты ұстаздар! Бүгін сіздерді психикалық көңіл-күйлерінізді көтеруге, өз бойларыңыздағы шығармашылық қабілеттеріңізді бағалай білуге өз – өзіңізге құрметпен қарауға, бір-бірімізбен сыйластық қарым-қатынаста болуға арналған «Мейрімді болса жүрек - орындалар тілек» атты тренинг сағатына ұйымшылдықпен қатысуға шақырамын.

**І.Ұйымдастыру кезеңі:**

**«Сәлемдік хат» жаттығуы**

Қағазға сәлемдесу сөздерін жазыңыз. Сосын оны қобдишаға саламыз. Сонан соң мен оларды араластырып сіздерге ұсынамын. Сіз алған хатты топ айдында оқып, өзіңізге бүгінгі күннің естелігі ретінде қалдырасыз.

Қатысушылардың бәрі шаттық шеңберіне шақырамыз.

«Жан жылуы» жаттығуы. Қолдарынан ұстап бір-біріне төмендегі сөздерді хормен айтады.

Мен сенен жылу аламын (сол жағына қарайды).

Жүрегіме саламын (тура қарайды ).

Досыма сыйлаймын (оңға қарайды).

Сәттілік тілеймін ( тура қарайды).

**«Гүл»** жаттығуы.

Адамның көңіл-күйін түсіретін нәрселер және адамды қуантатын сөздер жазылған сөздер таратылады.Ұстаздарға сөздер таратылады сөздердің мағынасына қарай ажыратып ортаға қоюы қажет. Соңында гүл шығады.

**«Моншақ**» жаттығуы. (3 топтың топбасшысына 3 ине мен жіп беріледі)

Психологтың сөзі: Нұсқау: менің қолымдағы моншақтан өздеріңіз қалағандарыңызша алыңыздар. Енді алған моншақтың санына қарай өз есіміңізді атай отырып, жақсы қасиеттеріңізді тізіп көрейік. Әр топбасшысы өздеріне моншақ жасап алады.

Психологтың талдауы: Көрдіңіздерме осы жақсы қасиеттерді біріктіре отырып, сіздер әлі талай шыңдардан көрінетіндеріңізге мен де, сіздер де сенімдісіздер. Бір-бірімізге қол соғып қоямыз. Рахмет, келесі тапсырмаға көшеміз.

**«Құндылықтар ойыны**» Ұстаздарға 6 қағаз беріледі.Қағаз бетіне номерлеп 6 құндылығын жеті қағаз бетіне жазулары керек.

Сіз жолда келесіз сіз адасып кеттіңіз. Бір қарасаңыз сіз қорқынышты орманда орманда жүрсіз. Орманда бір аю бір адамды жегелі жатыр екен. Сіз оған көмектескіңіз келеді. Ол үшін сіз бір құндылығыңызды беруіңіз қажет. Сіз шаршадыңыздар сіздерге ішетін су , тамақ қажет ол үшін бір құндылықты беру қажет. Тағы келе жатырсыз ортада үлкен ағыспен ағатын сарқырама одан өтуіңіз қажет, өту үшін тағы бір құндылығыңызды беруіңіз қажет. Тағы келесіз алдыңызда екі айыр жол шығады. Ол жолдың қайсысын таңдайсыз. Тура жолды таңдау алдыңыздан аюдан құтқарған адам шығып көмектескені үшін тағы бір құндылығыңызды беруіңізді сұрайды. Қараңғы түсті, сізге жарық кажет, сізге жарық алу үшін тағы бір құндылықты беруіңіз қажет, берсеңіз үйіңізге жетесіз.Соңында қалған құндылықты оқыды.

Қандай жағдай болмасын қолдағы барымызды бағалауымыз керек. Біз қолымыздағы барымыздан айырылғанда ғана оның біз үшін құнды екенін біліп түсініп жатамыз. Ол кезде тым кеш болуы мүмкін. Барымызды бағалайық!

**Сергіту сәті.**

**«Нұрлы жүрек» жаттығуы**. «Ұстаздармен сұхбаттасу жолы». Мінекей, сіздерге бірнеше сұрақтар беріліп тұр.

1.Сіздің бала кезіңіздегі арманыңыз қандай?

2.Сіздің қызығушылығыңыз қандай?

3.Сіз қандай оқушыны ұнатпайсыз?

4.Ең сүйікті мейрамыңыз қандай?

5.Өз мамандығыңыз сізге ұнайма?

6.Бос уақытыңызда немен айналысасыз?

7.Мұғалімдіктен басқа қандай мамандыққа барар едіңіз?

8.Оқушы бойынан қасиет көргіңіз келеді?

9.Сізге ұнайтын үйірмелер барма?

10.Сіздің қолыңызда билік болса, қандай үйірме ашар едіңіз?

**Рефлексия: «Ашығын айтсам»**

1.Бүгінгі тренинг сіздерге ұнады ма?

2.Тренингтен қандай әсер алдыңыз?

3.Тренингтен кейінгі көңіл күйіңіз қандай?

**Психологтың сөзі:** «Жүректен шыққан сөз жүрекке жол табады». Осы шеңбер бойынша тұрып, жүректі үлестіру арқылы бір-біріне тілек айту. Жылы сөз адамдарды достастырады, абырлы болуға,денсаулығын сақтауға, көңілін көтеруге, ашуын қайтаруға септігін тигізеді.Әр айтылған сөзді адам жүрегімен қабылдайды. Сондықтан, қолдан келгенше бір-біріңе жылы, жақсы сөздер айтқан дұрыс.

**Қорытындысы:** Адам өмірде екі нәрсемен қартаймайды,біріншісі-қайырымды ісі, екіншісі-жүректен шыққан жылы сөзі. Әрқашанда бір-бірімізге жылы сөздер айтып, бір-бірімізге қайырымды болайық. Мейірімді болса жүрек-орындалар тілек.