


«Согласовано»

Зам.директора по ВР

 А.Рамазанова

28 08 2024г



«Утверждаю»

Директор школы

 А.Журумбаева

2024г

**План занятий в рамках « Центра педагогической поддержки родителей» (учащихся 10-11 классов)
в КГУ «Общеобразовательная школа №1 села Бастау отдела образования по Атбасарскому району
управления образования Акмолинской области» на 2024-2025 учебный год**

| № | Тема | Содержание | Дата, время проведения | Ответственные |
|---|--|---|------------------------|---|
| 1 | Сон и ментальное здоровье подростка | 1.Понимание важности здорового сна 2.Влияния сна на физическое и психическое состояние 3.Почему важно умение расслабиться перед сном как это влияет на качество сна 4.Рекомендации как создать спокойную атмосферу перед сном для лучшего отдыха | сентябрь (оффлайн) | Классные руководители: Суюнов А.С. Бегежанов Р.К. |
| 2 | Питание вне дома | 1.Развитие навыка принятия решений у ребенка 2.Экологичные (психологические безопасные) способы замены фастфуда 3.Поддержка здорового питания:мотивы и решения 4.Практические советы и шаги здорового питания в домашних условиях и вне | октябрь (онлайн) | Классные руководители: Суюнов А.С. Бегежанов Р.К. Соц.педагог: Громова Н.В. |
| 3 | Учимся в течении всей жизни:зачем?как? | 1.Зачем человеку нужно самообразование? 2.Какое место занимают в самообразовании самоанализ,самооценка,умение управлять собой? 3.Какими умениями и навыками самообразования должен овладеть ребенок 4.Как помочь ребенку организовать самообразовательную деятельность | ноябрь (оффлайн) | Классные руководители: Суюнов А.С. Бегежанов Р.К. |
| 4 | Поощряем креативность | 1.Значимость креативного мышления в преуспевании старшеклассников 2.Навыки,способствующие развитию креативного мышления 3.Способы развития креативности в семейной обстановке | декабрь (оффлайн) | Классные руководители: Суюнов А.С. Бегежанов Р.К. |

| | | | | |
|---|---|--|---------------------|--|
| | | 4.Путь к креативности:методлы и подходы | | |
| 5 | Становление личности:право на самостоятельность | 1.Важность психологического отделения (сепарации) от родителей,этапы 2.Виды сепарации: эмоциоанальная,ценостная,прктическая,конфликтная 3.Факторы,влияющие на сепарацию:анализ кейсов 4.Значимость установления границ в отношениях между родителями и подростками | январь (онлайн) | Классные руководители: Суюнов А.С. Бегежанов Р.К. Педагог – психолог: Шиндина М.А. |
| 6 | Эмоциональное выгорание родителей:как его предотвратить и преодолеть? | 1.Как распознать признаки эмоционального истощения:сигналы предстоящего выгорания 2.Фазы эмоционального истощения у вовлеченных родителей 3.Методы и приемы для самостоятельного преодоления эмоционального выгорания. 4. Профилактика эмоционального выгорания. | февраль (онлайн) | Классные руководители: Суюнов А.С. Бегежанов Р.К. |
| 7 | Формирование культуры личной безопасности | 1. Что такое культура личной безопасности? 2. Привитие в семье навыков личной безопасности 3. Формирование этики поведения и культуры личной безопасности 4. Принятие норм, убеждений, ценностей личной безопасности в повседневной жизни | март (оффлайн) | Классные руководители: Суюнов А.С. Бегежанов Р.К. |
| 8 | Взгляд в будущее :как помочь ребенку раскрыть свой потенциал | 1. Как понять старшеклассника 2. Новые возможности для ребенка — новые задачи родителей 3. Помощь в выборе профессии 4. Развитие универсальных навыков для успешной жизни | Апрель (онлайн) | Классные руководители: Суюнов А.С. Бегежанов Р.К. ЗДВР школы: Рамазанова А.С. |