



Бектөміні
Қостанай облысы әкімдігі білім
басқармасының «Рудный қаласы
білім бөлімінің кешкі мектебі» КММ
директорының м.а.

Сорокина Е.Н.

**Программа педагогической поддержки родителей
учащихся 9 классов**

1	Сон у подростков: влияние на учебу и поведение	1. Физиология сна у подростков. 2. Нарушения сна: повод для обращения к врачу. 3. Влияние нарушения сна на настроение, поведение, обучаемость подростков. 4. Здоровый сон: приемы организации, выработка позитивных привычек.
2	Здоровый рацион для всей семьи	1. Выбор здоровых и полезных продуктов для всей семьи. 2. Участие членов семьи в составлении меню, приготовлении пищи и покупке продуктов. 3. Сбалансированные приемы пищи, без пропусков завтраков, обедов и ужинов. 4. Неосознанное переадресование.
3	Развиваем память	1. Почему подросток может испытывать сложности запоминания 2. Особенности подростковой памяти 3. Практика мнемотехники для улучшения памяти 4. Шаги к лучшей памяти
4	Разбудите ум вашего ребенка	1. Важность развития умственных способностей и навыков у подростков. 2. Проблема недостаточного внимания к развитию интеллекта подростков. 3. Эффективные инструменты для развития интеллекта подростков. 4. Поддержка родителей в интеллектуальном развитии подростков: практические рекомендации
5	Как понять и принять подростка	Как понять и принять подростка 1. Понимание развития подростка 2. Развитие навыков эмпатии и эффективной коммуникации с подростком 3. Рекомендации по установлению адекватной самооценки и самопонимания подростка 4. Методы создания поддерживающей среды

6	Устойчивость детей к разрушающим внешним влияниям	<ol style="list-style-type: none"> 1. Риски и угрозы, связанные с экстремистскими идеологиями: анализ кейсов 2. Критическое мышление и эмоциональный интеллект как основа формирования духовного иммунитета 3. Способы дерадикализации сознания и поведения детей 4. Эффективные стратегии профилактической деятельности семьи и школы, поощрение открытого общения и участия в совместной деятельности
7	Готов ли ваш ребенок к чрезвычайной ситуации ?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Особенности чрезвычайных ситуаций и принятие конкретных мер при ЧС 2. Правила поведения ребенка до и во время ЧС 3. О важности навыков самообладания при ЧС 4. Алгоритмы действия для сохранения жизни в неожиданной опасности
8	Отцовство источник счастья ребенка	<ol style="list-style-type: none"> 1. Какие ценности у современного отца? 2. Личностные качества отца 3. Вовлеченность отца в воспитание и обучение ребенка 4. Влияние отца на формирование у ребенка сильных качеств для успешной жизни

**Программа педагогической поддержки родителей
учащихся 10–11 классов**

1	Сон и ментальное здоровье подростка	<ol style="list-style-type: none"> 1. Понимание важности здорового сна. 2. Влияния сна на физическое и психическое состояние. 3. Почему важно умение расслабиться перед сном и как это влияет на качество сна. 4. Рекомендации: как создать спокойную атмосферу перед сном для лучшего отдыха
2	Питание вне дома	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развитие навыка принятия решений у ребенка. 2. Экологичные (психологически безопасные) способы замены фастфуда. 3. Поддержка здорового питания: мотивы и решения. 4. Практические советы и шаги здорового питания в домашних условиях и вне.
3	Учимся в течение всей жизни: зачем? как?	<ol style="list-style-type: none"> 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.
4	Поощряем креативность	<ol style="list-style-type: none"> 1. Значимость креативного мышления в преуспевании старшеклассников 2. Навыки, способствующие развитию креативного мышления 3. Способы развития креативности в семейной обстановке 4. Путь к креативности: методы и подходы
5	Становление личности: право на самостоятельность	<ol style="list-style-type: none"> 1. Важность психологического отделения (сепарации) от родителей, этапы. 2. Виды сепарации: эмоциональная, ценностная, практическая, конфликтная. 3. Факторы, влияющие на сепарацию: анализ кейсов. 4. Значимость установления границ в отношениях между родителями и подростками.
6	Эмоциональное выгорание родителей: как его предотвратить и преодолеть?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Как распознать признаки эмоционального истощения: сигналы предстоящего выгорания. 2. Фазы эмоционального истощения у вовлеченных родителей. Методы и приемы для самостоятельного преодоления эмоционального выгорания. 3. 4. Профилактика эмоционального выгорания.
7	Формирование культуры личной безопасности	<ol style="list-style-type: none"> 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

8

Взгляд в будущее:
Как помочь ребенку раскрыть свой потенциал

1. Как понять старшекласника
2. Новые возможности для ребенка — новые задачи родителей
3. Помощь в выборе профессии
4. Развитие универсальных навыков для успешной жизни

Программа педагогической поддержки родителей
учащихся 9 класса

Как организовать общение со старшим поколением	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сформировать навыки подростка 2. Переосмыслить свои навыки для общения с детьми 3. Понимать нарушения как нежелательные проявления деятельности подростков 4. Создать свой личный организационный алгоритм взаимодействия с подростком
Задачи и ресурсы для всей семьи	<ol style="list-style-type: none"> 1. Выявить задачи и ресурсы родителей для всей семьи 2. Укрепить навыки общения с подростками семьи, представляющими разные социальные группы 3. Улучшить навыки общения между собой подростками, образуя и развивая межличностные отношения
Различия полов	<ol style="list-style-type: none"> 1. Почему подросток может испытывать сложности адаптации 2. Особенности подростковой семьи 3. Особенности взаимодействия для улучшения помощи 4. Виды 2 половой идентичности
Как помочь ребенку раскрыть потенциал	<ol style="list-style-type: none"> 1. Определить ресурсы подростка: способности и навыки 9 подростка 2. Выявить возможности подростка взаимодействовать с миром 3. Определить инструменты для развития взаимодействия подростка 4. Поддержка родителей в развитии уверенности подростка, практическое взаимодействие
Как понять и помочь подростка	<p>Как понять и помочь подростка</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понимание подростка подростка 2. Развитие навыков общения и взаимодействия подростка с подростком 3. Развитие навыков взаимодействия подростка с подростком и с подростком подростка 4. Развитие навыков взаимодействия подростка с подростком