Мінез – адам көрсеткіші

Көрнекілігі: интерактивті тақта, слайдтар, үлестірмелі парақтар.

**Жүргізілу барысы.**

**1. Ереже**  
Өзін еркін ұстау  
Сөзді бөлмеу  
Берілген тапсырманы орындау  
Бірігіп жұмыс жасау  
Күлімсіреу

**2. «Амандасу» жаттығуы**  
Бір-бірімізбен жақсы қарым-қатынас жасау үшін амандасып алайық.  
1) Иықпен /оң, сол/  
2) Мұрынмен  
3) Тіземен /оң, сол/  
4) Шынтақпен /оң, сол/  
5) Құшақтасамыз

**3. Сергіту сәті «Өзіңді тереңірек тани біл»**  
Нұсқау: Сіздер көрсетіліп тұрған жеміс- жидектерден өзіңізге ұнайтын бір жемісті таңдаңыз. Сол жеміс арқылы сіздің мінез-құлқыңыз қандай екені анықталады.  
Кілті:  
1. Қарбызды ұнататындар орнықты адамдар. Олар шиленіске дау-дамайға бара бермейді. Еш уақытта еш нәрсеге шағымданбайды. Тұрмыс пен көңіл-күйін тек қана өз күшімен жақсартуға ден қояды. Отбасында үлгілі артық ауыз сөзі жоқ. Кейде табандылық жағы жетіспейді.  
2. Шиені ұнатсаңыз, мінезіңіз жұмсақ, кішіпейілсіз. Өзгеге қуаныш пен жақсылық жасау үшін кейде өзіңізге зиян келтіріп алуыңыз мүмкін Өтірік өсек сөзге жоқсыз, әсіресе онекдоттарды ұнатасыз Ал махаббат жөнінде сәби тәріздессіз, сізді оп-оңай өкпелете салуға болады.  
3. Қара өрікті ұнататындар өз атына айтылған сынды көтере алмайтындар. Олармен достық, жолдастық қарым-қатынас орнату да қиын болады. Бойыңызда менмендік қасиет басымдау.  
4. Шабдалыны ұнататын адамдар көпшіл, кез келген адаммен тіл табыса алатын, ашық, жарқын болып келеді.Сізден сыпайылық пен мәдениетті адамның белгілері айқын байқалып тұрады. Тек бір кемшілігіңіз- қиындықтарды ауыр көтересіз, кейде оларды жеңуге дәрменсіздік танытасыз.  
5. Жүзімді ұнататындар өзінің де, өзгенің де сырын сақтай білетіндер. Бірақ мұндай тұйықтық, кейде шектен асып кетеді. Сіз мақсатты нақты қоя аласы, бірақ сол мақсатқа жету үшін жігерлілік, батылдық керек.  
6. Құлпынайды ұнатсаңыз, сіз қонақжай адамсыз. Адамдармен тез тіл табыса аласыз. Сізге сыпайылылық тән, талғамыңыз нәзік. Ешкімге тәуелді емессіз. Дегенмен қызғаншақтығыңыз да жоқ емес.  
7. Алманы ұнатсаңыз жігерлі, бірақ аздап ескі көзқарастағы адамсыз. Берілген тапсырманы тиянақты атқаруға тырысасыз. Аздап ақынжанды, өз-өзіңізге риза адамсыз

**4. «Жақсы адам бейнесі» жаттығуы**  
Сандықша. Сандықша ішінде ең жақсы, ашық, білімді, өз мамандығының шебері, белсенді адамның суреті бар. Ол кімнің суреті деп ойлайсыңдар. Көрмес бұрын барлығы көздерін жұмады. Сандықшаны алған адам ғана көзін ашады. Көргенін келесі адамға айтпауы керек. Соңында айнадан өз бейнесін, өзін көреді. Жаттығу соңында сұрақтар бойынша талқылау.  
Көргенімен келіспейтін адамдар бар ма?  
Өз бейнелеріңді көргенде қандай сезімде болдыңдар?

**5. Аутотренинг жаттығуы «Сиқырлы орман»**

Мақсаты: Өзі туралы ойын дамыту,сенімді сезіну үшін тұлғаны психологиялық күйге келтіру  
1. Жап-жасыл орман тап-таза ауа. Тек қана құстар ән салғанын ғана естіп тұрсыз. Сіз ормандақыдырып жүрсіз. Сіз жалғыз емессіз, кіммен қыдырып жүрсіз?  
2. Орманда қыдырып жүріп бір жануарды көрдіңіз. Ол қандай аң? Үлкен бе, кішкентай ма?  
3. Сіздің аңға деген көзқарасыңыз. Одан қорқасыз ба, сүйсіне қарайсыз ба?  
4. Аңнан әрі қарай өттіңіз, алыстан бір үйді көріп тұрсыз. Ол үлкен үй ме, әлде шағын кішкентай үй ме?  
5. Үй сырты шарбақпен қоршалған ба?  
6. Үйге кірдіңіз, ас үйде үстел үстінде тамақ бар ма , жоқ па?  
7. Үйдің артқы есігі бар екен. Сыртқа шықтыңыз. Қапталыңызда шөп үстінде бір ыдыс жатыр. Ол қандай ыдыс, неден жасалған ыдыс және оны не үшін пайдаланасыз?

1. Жауап: Қазіргі таңда өміріңізде маңызды орын алатын адам  
2. Жауап: Аң сіздің проблемаңыз.  
3. Жауап: проблемадан қорқасыз немесе қорықпайсыз  
4. Жауап: Үй арманыңыз  
5. Жауап: Адамдармен қарым-қатынасыңыз  
6. Жауап: Тамақ болса бақыттысыз, тамақ болмаса- қазіргі таңда өзіңізге көңіліңіздің толмай жүргені.  
7. Жауап: Ыдыс сіздің маңызды адамыңызбен қарым-қатынасыңыз

**7. «Жылы тілек» жаттығуы**

Міне, сіздер бүгінгі сабағымызда өздеріңіз туралы білдіңіздер, сіздер бала жүрегіне жол таба білетін тамаша ұстаз екендеріңізді көрсеттіңіздер. Екі күнгі жұмыс нәтижесімен сіздерге жаңа жылдың алғашқы тренингінен естелік ретінде оқушыға деген ниеттеріңіз қардай аппақ, шыршаның жасыл түсіндей көңіл- күйлерің көтеріңкі болсын және сіздер бір- бірлеріңізге ұқсамайтын дара тұлғасыздар.

SHARE.