


# БАЛАЛАР ЖӘНЕ ЖАСӨСПІРІМДЕР ШЫҒАРМАШЫЛЫ ҚҮЙІ

Ақтөбе қаласы

Психолог - Ораз Жемісгүл Қарамырзақызы

An illustration depicting three people in a lush, green garden. On the left, a young man with dark hair, wearing a bright yellow button-down shirt, stands looking towards the right. In the center, a young boy with dark hair, wearing a light blue polo shirt, stands looking towards the right. On the right, an elderly man with a long white beard and a dark blue cap (doppa) stands wearing a red jacket with white floral patterns over a light blue shirt. The background features a path leading through a field of green plants and trees under a bright sky.

Қазіргі жағдайда  
*Сіз Балаңыз* үшін  
не жасай аласыз?

*Балаларымызға әр кезде тусіністікпен  
қарау қажет, әрқашан оларды қолдап,  
жақсылыққа мейірімділікке баулу керек.*





**Карантин кезінде бәрімізге де оңай болмасы анық. Сол себепті үйде жақсы көңіл күй орнатыңыз. Балалар мезгілінде сабағын оқып, уақытында тамағын жеп, мезгілінде ұйықтап, ойнап үйренген. Сол себепті де балалар үйге сыймай қысылады. Шулап ойнағысы келеді.**



**Баланы оқу режимінен ауыстырмай:**

- 1. Таңертең ерте оянып жаттығулар жасатыңыз.(денсаулығына мән беріңіздер)**
- 2. Таңғы ас ішер алдында қолын жууды ұмытпасын.**
- 3. Түскі асқа дейін ойындар ойнатыңыздар немесе суреттер салсын. (техникалық қауіпсіздікті сақтай отырып)**
- 4. Уақытында ұйықтап дем алсын, Ұйқысы қанған бала көңіл күйі жақсы болады.**

**Және ең бастысы карантин кезінде барлық сақтық шараларын қатаң ұстанып, отбасыңыздың амандығын сақтап қалыңыз.**





**САУ  
БОЛЫҢЫЗДАР!**