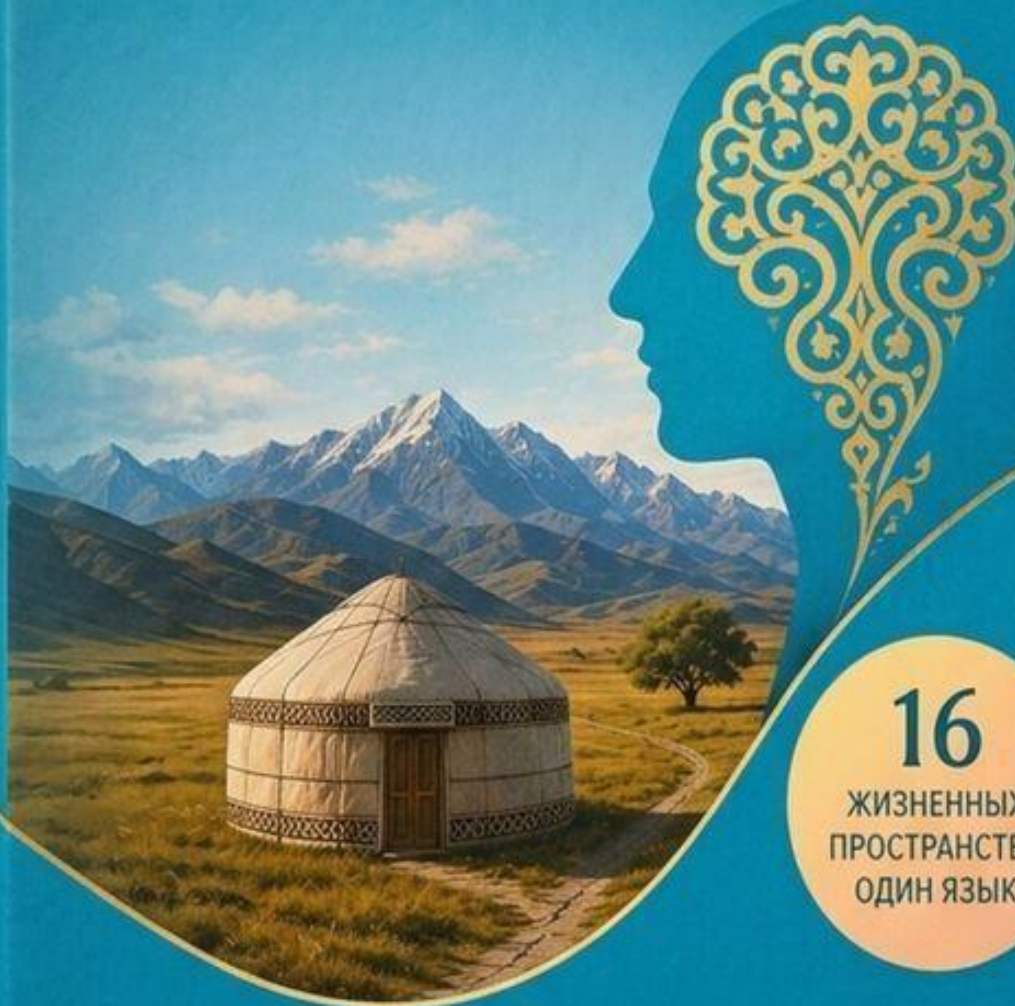


12+

ЗАЙНҰР РАХМЕТ

НАЧНИ УЖЕ МЫСЛИТЬ НА КАЗАХСКОМ



16

ЖИЗНЕННЫХ
ПРОСТРАНСТВ –
ОДИН ЯЗЫК



ГОВОРИ



МЫСЛИ



ДЕЙСТВУЙ



ВЗАИМОДЕЙСТВУЙ



ВЫРАЖАЙ
СВОЮ ПОЗИЦИЮ

Зайнұр Рахмет

Начни уже мыслить на казахском

«Издательские решения»

Рахмет З.

Начни уже мыслить на казахском / З. Рахмет — «Издательские решения»,

«Начни уже мыслить на казахском» — не просто учебник, а практический путь через реальные жизненные пространства человека. Шестнадцать модулей помогают не только понимать и говорить, но и действовать, принимать решения, выражать мысли и формировать собственную позицию на казахском языке.

© Рахмет З.

© Издательские решения

Содержание

Бұл кітап туралы / Об этой книге	6
1-модуль. Мен отбасымдамын	9
2-модуль. Мен денсаулығымға жауапкершілікпен қараймын	16
3-модуль. Мен достарымның ортасындамын	25
Конец ознакомительного фрагмента.	34

Начни уже мыслить на казахском

Зайнұр Рахмет

© Зайнұр Рахмет, 2026

ISBN 978-5-0071-3611-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Зайнұр РАХМЕТ

Начни уже

мыслить

на казахском

Бұл кітап туралы / Об этой книге

Перед вами не просто учебник казахского языка.

Это книга о том, как начать жить, думать и действовать на казахском языке.

Я исходила из простой, но принципиальной мысли: **Человек не изучает язык. Он проживает жизнь на казахском языке.**

В основе этой книги лежит не традиционное тематическое изучение языка, а освоение языка через жизненные пространства человека.

В книге шестнадцать модулей. Каждый модуль — это отдельное жизненное пространство, в котором человек оказывается, действует, общается, принимает решения, сталкивается с изменениями и формирует собственную позицию.

Поэтому модули построены не как последовательность тем — «семья», «работа», «путешествия», «культура» и так далее. За каждым модулем стоит определённая сфера реальной жизни человека и те речевые действия, которые необходимы ему именно в этой сфере.

Главный принцип книги прост: **язык осваивается не отдельно от жизни, а через жизнь, действие и собственную мысль.**

Почему в книге используется параллельный текст?

Параллельный текст — это точка входа в язык.

Русский текст помогает быстро понять содержание и увидеть общую логику ситуации. Казахский становится объектом наблюдения: вы видите, как на языке выражаются действие, отношение, причина, выбор, оценка, решение.

Работая над методикой, я обратилась, в частности, к опыту Генриха Шлимана — известного археолога и полиглота. В своих описаниях изучения языков он упоминал работу с параллельными текстами: читал их вслух и заучивал, сопоставляя тексты на изучаемом и родном языках.

Мы не воспроизводим этот метод в его первоначальном виде. Мы лишь начинаем с одного из его принципов — параллельного текста — и развиваем его в соответствии с задачами нашей методики.

Здесь параллельный текст нужен не для механического заучивания. Его задача — помочь вам увидеть, как мысль устроена на казахском языке, а затем выйти из готового текста в собственную речь.

Чтобы перейти от готовой речи к собственной, нужно увидеть, какие действия лежат в основе каждого жизненного пространства. Ведь именно через действия человек взаимодействует с окружающим миром и выражает свои мысли.

В реальной жизни мы постоянно что-то делаем: начинаем, выбираем, планируем, сравниваем, уточняем, организуем, оцениваем, изменяем, адаптируемся, принимаем решения, объясняем свою позицию. Именно через эти действия человек взаимодействует с окружающим миром и выражает свои мысли.

Поэтому в каждом модуле мы выделяем ключевые действия, которые необходимы человеку именно в этом жизненном пространстве. Они становятся языковой опорой модуля и помогают перейти от понимания готового текста к самостоятельной речи.

Но действие на языке невозможно без языковых средств, которые позволяют это действие выразить. Поэтому в каждом модуле мы выделяем глаголы, связанные с ключевыми действиями данного жизненного пространства. Их совокупность и образует глагольное ядро модуля.

Глагольное ядро каждого модуля

Это не список глаголов для механического запоминания. Это инструменты действия на языке.

Осваивая глагол, вы одновременно осваиваете его значение, сочетаемость, типичные конструкции и коммуникативную функцию. Затем используете его в собственных предложениях, связываете с другими действиями, применяете в практической ситуации и, наконец, используете в самостоятельном высказывании.

Так глагол ведёт от действия к мысли, а от мысли — к собственной речи.

Как устроен каждый модуль?

Каждый модуль выстроен как движение от понимания к самостоятельной речи:

понять ситуацию → увидеть языковую модель → построить собственное высказывание → применить его в ситуации → сформулировать собственную позицию.

Параллельді мәтін/Параллельный текст

Параллельный текст вводит вас в новое жизненное пространство. Сначала важно понять ситуацию и её смысл, а затем обратить внимание на то, как именно эта мысль выражена на казахском языке.

Диалог / Параллельді диалог

Диалог переводит язык текста в живую речь. Здесь вы видите, как люди задают вопросы, уточняют, объясняют, реагируют, выражают отношение и принимают решения в конкретной коммуникативной ситуации.

Лингвистикалық навигация / Лингвистическая навигация

Этот раздел — ваша языковая карта модуля. Здесь собраны ключевые глаголы, их значения, сочетаемость и речевые модели. Важно не просто запомнить форму, а понять, в каком действии и в какой ситуации она работает.

Сөйлем құрастыру / Синтаксистік конструктор

Слова сами по себе ещё не являются мыслью. Синтаксический конструктор помогает соединить их в полноценное высказывание: установить отношения между действиями, выразить причину и следствие, условие, сравнение, выбор или оценку.

Бекіту сұрақтары / Рефлексия

Здесь язык возвращается в вашу собственную жизнь. Вопросы помогают связать изученный материал с личным опытом, привычками, решениями и взглядами.

Практикалық блок / Речевая мастерская

В каждом практическом блоке вам предлагается жизненная задача. Здесь недостаточно воспроизвести готовую фразу: нужно понять ситуацию, выбрать способ действия и выразить своё решение на казахском языке.

Кейс-стади / Ситуационный анализ

Кейс предлагает более сложную ситуацию, в которой может быть несколько возможных решений. Вам необходимо рассмотреть обстоятельства, сопоставить позиции, оценить варианты и предложить собственное решение.

Сараптамалық тест / Экспертный тест

Тест проверяет не только знание слов и конструкций, но и понимание их значения, связи между действиями и логики высказывания.

Жария сөз / Публичное выступление

Это кульминация модуля. Здесь вы уже не воспроизводите чужой текст, а говорите от себя: формулируете мысль, аргументируете её и выражаете собственную позицию.

Мен енді... / Теперь я могу...

Финальный блок помогает увидеть собственный результат. Важно ответить не на вопрос «что я выучил?», а на вопрос: **что теперь я могу сделать на казахском языке?**

Как работать с книгой?

Сначала постарайтесь понять ситуацию и прочитать казахский текст. Если содержание или отдельные фрагменты вызывают затруднение, обратитесь к русскому варианту.

Затем снова вернитесь к казахскому тексту и посмотрите, как именно на казахском языке устроена мысль.

Читайте диалоги вслух. Проговаривайте речевые модели. Возвращайтесь к глагольному ядру и используйте его не как список для запоминания, а как набор рабочих инструментов.

Не копируйте готовые ответы. Если задание предлагает вам что-то объяснить, сравнить, выбрать или решить, представьте, что ситуация происходит в вашей собственной жизни.

И обязательно говорите вслух.

Язык становится своим не тогда, когда вы узнаете правильную форму, а тогда, когда начинаете использовать её, чтобы выразить собственную мысль.

Не бойтесь ошибок. Ошибка — часть движения от понимания к свободной речи.

Возвращайтесь к предыдущим модулям. Новые жизненные пространства не отменяют уже пройденные: они расширяют ваши возможности действовать на языке.

И главное — не воспринимайте эту книгу как шестнадцать отдельных тем. Это шестнадцать жизненных пространств, в которых вы учитесь действовать на казахском языке.

Ваша цель — не просто знать больше слов и конструкций. Ваша цель — постепенно сделать казахский языком, на котором вы думаете, действуете, принимаете решения, понимаете других и выражаете себя.

1-модуль. Мен отбасымдамын

1. Параллельді мәтін

Адамның өмір жолы отбасынан басталады. Отбасы — адамның алғашқы өмірлік тәжірибесін жинақтайтын, күнделікті тұрмысын ұйымдастыратын және жауапкершілікті үйрететін табиғи орта.

Жизненный путь человека начинается в семье. Семья — естественная среда, в которой человек приобретает первый жизненный опыт, учится организовывать повседневную жизнь и брать на себя ответственность.

Адам ең алдымен үйдегі күнделікті тәртіпке бейімделеді. Ол өз міндетін орындауды, жақындарына көмектесуді және ортақ үй тіршілігіне қатысуды үйренеді. Осы әрекеттер арқылы жауапкершілік біртіндеп қалыптасады.

Прежде всего человек привыкает к домашнему укладу. Он учится выполнять свои обязанности, помогать близким и участвовать в общей домашней жизни. Именно через эти действия постепенно формируется ответственность.

Уақыт өте келе адамның отбасындағы рөлі өзгереді. Бала қарапайым міндеттерді орындауды үйренсе, есейген кезде өзі үй шаруасын ұйымдастырады, отбасының тұрмысын реттейді және өзгелерге қамқор болады.

Со временем роль человека в семье меняется. Если ребёнок сначала учится выполнять простые обязанности, то, став взрослым, он сам организует домашние дела, упорядочивает семейный быт и заботится о других.

Отбасындағы күнделікті өмір адамның мінезін де қалыптастырады. Үйде қалыптасқан тәртіп, өзара көмек пен сенім кейін қоғамдағы қарым-қатынасқа да негіз болады. Демек, отбасы — адамның дамуы басталып, өмір бойы жалғасатын ең маңызды орта.

Повседневная жизнь семьи формирует и характер человека. Порядок, взаимопомощь и доверие, сложившиеся дома, становятся основой отношений и в обществе. Следовательно, семья — важнейшая среда, в которой начинается и на протяжении всей жизни продолжается развитие человека.

2. Параллельді диалог/Параллельный диалог

Жағдаят: Екі әріптес отбасындағы жауапкершілік пен үй тіршілігін ұйымдастыру туралы әңгімелесіп отыр.

— Сіздің ойыңызша, адамның жауапкершілігі қайдан басталады?

— Как вы считаете, с чего начинается ответственность человека?

— Менің ойымша, бәрі отбасынан басталады. Адам ең алдымен өз міндетін орындауды үйренеді.

— По-моему, всё начинается в семье. Прежде всего человек учится выполнять свои обязанности.

— Үйдегі күнделікті тәртіп адамның мінезіне әсер ете ме?

— Домашний распорядок действительно влияет на характер человека?

— Әрине. Күнделікті іс-әрекет адамды ұқыпты болуға, уақытын дұрыс ұйымдастыруға және өз ісіне жауап беруге үйретеді.

— Конечно. Повседневные дела учат человека быть аккуратным, правильно организовывать своё время и отвечать за свои поступки.

— Ал адамның отбасындағы рөлі өзгеріп отыра ма?

— А роль человека в семье меняется?

— Иә. Уақыт өте келе бала есейеді, үй шаруасын өзі ұйымдастырады және отбасының тұрмысын реттеуге жауап береді.

— Да. Со временем ребёнок взрослеет, сам организует домашние дела и начинает отвечать за семейный быт.

— Демек, отбасы адамды өмірге біртіндеп дайындайды екен ғой.

— Значит, семья постепенно готовит человека к самостоятельной жизни.

— Дәл солай. Сондықтан отбасы адамның дамуының ең алғашқы мектебі болып табылады.

— Именно так. Поэтому семья становится первой школой жизни человека.

3. Лингвистикалық навигация/Лингвистическая навигация

Бұл бөлімде адамның отбасындағы және үйдегі күнделікті әрекетін сипаттайтын негізгі етістік үлгілерімен танысамыз.

В этом разделе мы познакомимся с основными глагольными моделями, описывающими повседневные действия человека в семье и дома.

басталады

начинается

Әрекеттің, үдерістің немесе белгілі бір кезеңнің белгілі бір нүктеден басталуын білдіреді.

Обозначает начало действия, процесса или определённого этапа с некоторой точки.

Адамның өмір жолы отбасынан басталады.

Жизненный путь человека начинается с семьи.

Жауапкершілік қарапайым міндеттерден басталады.

Ответственность начинается с простых обязанностей.

Өзара сенім құрметтен басталады.

Взаимное доверие начинается с уважения.

үйренеді

учится, осваивает

Жаңа білімді, дағдыны, әрекетті немесе тәжірибені біртіндеп меңгеруді білдіреді.

Обозначает постепенное освоение новых знаний, навыков, действий или опыта.

Бала өз міндетін орындауды үйренеді.

Ребёнок учится выполнять свои обязанности.

Ол уақытын дұрыс жоспарлауды үйренеді.

Он учится правильно планировать своё время.

Әр адам өз қателігінен үйренеді.

Каждый учится на своих ошибках.

орындайды

выполняет

Белгілі бір міндетті, тапсырманы, талапты немесе жоспарланған әрекетті іске асыруды білдіреді.

Обозначает выполнение определённой обязанности, задания, требования или запланированного действия.

Әркім өз міндетін орындайды.

Каждый выполняет свои обязанности.

Балалар үй тапсырмасын орындайды.

Дети выполняют домашнее задание.

Ол берген уәдесін орындайды.

Он выполняет своё обещание.

реттейді

организует, упорядочивает, регулирует

Белгілі бір істі, үдерісті немесе әрекетті ретке келтіруді, жүйелеуді немесе ұйымдастыруды білдіреді.

Обозначает упорядочивание, систематизацию, организацию или регулирование какого-либо дела, процесса или действия.

Анасы үй тіршілігін реттейді.

Мать организует домашний быт.

Ол күн тәртібін реттейді.

Он организует свой распорядок дня.

Әр адам өз жұмысын өзі реттейді.

Каждый человек сам организует свою работу.

қалыптастырады

формирует

Белгілі бір әрекеттің, ортаның немесе ықпалдың нәтижесінде қасиеттің, дағдының, көзқарастың немесе құндылықтың біртіндеп пайда болып, орнығуын білдіреді.

Обозначает постепенное возникновение и закрепление качества, навыка, взгляда или ценности в результате определённого действия, среды или воздействия.

Отбасы жауапкершілікті қалыптастырады.

Семья формирует ответственность.

Бірлескен еңбек сенімді қалыптастырады.

Совместный труд формирует доверие.

Күнделікті тәртіп ұқыптылықты қалыптастырады.

Ежедневный распорядок формирует аккуратность.

өзгереді

изменяется, меняется

Уақыт өте келе адамның, заттың немесе құбылыстың жағдайының, қасиетінің, рөлінің немесе басқа да сипаттарының өзгеруін білдіреді.

Обозначает изменение состояния, свойств, роли или других характеристик человека, предмета или явления с течением времени.

Адамның отбасындағы рөлі өзгереді.

Роль человека в семье меняется.

Міндеттері біртіндеп өзгереді.

Его обязанности постепенно меняются.

Өмір жағдайы өзгереді.

Жизненные обстоятельства меняются.

4. Синтаксистік конструктор / Синтаксический конструктор

1. Сөйлемді аяқтаңыз

— Адамның өмір жолы...

— Жауапкершілік...

— Бала өз міндетін орындауды...

— Әр адам өз қателігінен...

— Үйдегі әр адам өз міндетін...

— Отбасы адам бойында...

— Уақыт өте келе адамның міндеттері...

— Адамның отбасындағы рөлі...

2. Берілген сөздерден сөйлем құраңыз

— өмір жолы / адамның / отбасынан / басталады

— бала / өз міндетін / орындауды / үйренеді

— әркім / өз міндетін / орындайды

— анасы / үй тіршілігін / реттейді

— отбасы / жауапкершілікті / қалыптастырады

— адамның / уақыт өте келе / рөлі / өзгереді

3. Жағдаятқа сәйкес сөйлем құраңыз

- Сіз отбасыдағы жауапкершіліктің неден басталатыны туралы айтып отырсыз.
- Сіздің ініңіз немесе қарындасыңыз үйдегі жаңа міндетті орындауды үйреніп жүр.
- Отбасында әр адамға белгілі бір міндет берілді. Өзіңіздің міндетіңіз туралы айтыңыз.
- Үйде күнделікті жұмыстарды ұйымдастыру қажет. Оларды қалай ұйымдастыратыныңызды айтыңыз.
- Досыңыз отбасының адамға қандай әсері бар екенін сұрады.
- Сіз бұрынғы және қазіргі өміріңізді салыстырып отырсыз. Өзіңіздегі өзгерістер туралы айтыңыз.

4. Ойды жалғастырыңыз

- Менің ойымша, жауапкершілік...
- Бала отбасында...
- Үйдегі міндеттерді орындау арқылы адам...
- Біздің отбасымызда күн тәртібін...
- Бірлескен еңбек...
- Уақыт өте келе адамның рөлі...
- Болашақта мен өз отбасымда...
- Менің тәжірибем артқан сайын...

5. Модельдерді байланыстырыңыз

Берілген модельдерді пайдаланып, біртұтас ой айтыңыз:

басталады → үйренеді

үйренеді → орындайды

орындайды → қалыптастырады

реттейді → қалыптастырады

уақыт өте келе → өзгереді

Үлгі:

Отбасындағы жауапкершілік қарапайым міндеттерден басталады. Бала өз міндетін орындауды үйренеді. Уақыт өте келе оның отбасындағы рөлі өзгереді.

6. Сөйлемді кеңейтіңіз

Қосымша ақпарат қосып, сөйлемді толықтырыңыз.

— Бала міндетін орындайды.

Қашан? Қандай міндетін? Не үшін?

— Адам уақытын реттейді.

Қашан? Нені? Не үшін?

— Отбасы жауапкершілікті қалыптастырады.

Қандай жағдайда? Қалай? Қандай әрекет арқылы?

— Адамның рөлі өзгереді.

Қашан? Неге байланысты? Қалай өзгереді?

5. Бекіту сұрақтары / Рефлексия

- Адамның жауапкершілігі отбасында қалай қалыптасады?
- Бала отбасында қандай күнделікті міндеттерді орындауды үйренуі керек?
- Үйдегі міндеттерді орындау адамның дербестігіне қалай әсер етеді?
- Отбасындағы күнделікті тәртіп адамның бойында қандай қасиеттерді қалыптастырады?
- Үй тіршілігін дұрыс ұйымдастыру үшін отбасы мүшелері қандай әрекеттерге көңіл бөлуі керек?
- Отбасында міндеттерді әділ бөлудің қандай маңызы бар?
- Адамның отбасындағы рөлі жасына және өмірлік тәжірибесіне қарай қалай өзгереді?

— Бірге жұмыс істеу мен өзара көмек отбасы мүшелерінің қарым-қатынасына қалай әсер етеді?

— Үйдегі тәрбие адамның болашақтағы дербес өміріне қалай дайындайды?

— Сіздің ойыңызша, отбасы адамның өміріндегі ең маңызды орта болуының себебі неде?

6. Практикалық блок / Речевая мастерская

Коммуникативтік жағдаяттар

Тапсырма 1

Жаңа оқу жылы басталды. Мұғалім оқушылардан жауапкершілік қайдан басталатыны туралы сұрады.

Айтыңыз: жауапкершілік туралы өз пікіріңізді білдіріңіз.

Көмекші сөздер: отбасы, тәрбие, жауапкершілік, өмір.

Тапсырма 2

Сіз ініңізге немесе қарындасыңызға үйдегі міндеттерді орындаудың не үшін маңызды екенін түсіндіріп жатырсыз.

Айтыңыз: үйдегі міндеттер адамға нені үйрететінін түсіндіріңіз.

Көмекші сөздер: міндет, үй жұмысы, жауапкершілік, тәжірибе.

Тапсырма 3

Үйде сенбі күні жалпы тазалық жүргізіледі. Сіз өз міндетіңіз туралы айтып беріңіз.

Көмекші сөздер: тазалық, бөлме, ас үй, міндет.

Тапсырма 4

Қонақтар келетін болды. Үйдегі жұмыстарды қалай ұйымдастырасыз?

Көмекші сөздер: дайындық, уақыт, үй тіршілігі, жұмыс.

Тапсырма 5

Досыңыз сізден отбасының адамға қандай әсері бар екенін сұрады.

Айтыңыз: отбасы адамның бойында қандай қасиеттерді қалыптастыратынын түсіндіріңіз.

Көмекші сөздер: сенім, еңбекқорлық, жауапкершілік, құрмет.

Тапсырма 6

Әкеніз немесе анаңыз бұрынғы және қазіргі өміріңізді салыстырып отыр. Сіз өзіңіздің қалай өзгергеніңіз туралы айтып беріңіз.

Көмекші сөздер: міндет, жас, тәжірибе, көзқарас.

Тапсырма 7

Жас отбасы үйдегі міндеттерді қалай бөлісу керектігін талқылап отыр. Өз ұсынысыңызды айтыңыз.

Айтылымыңызда адамның міндетті орындауы мен үй тіршілігін ұйымдастырудың байланысын көрсетіңіз.

Тапсырма 8. Шағын мәтін

«Менің отбасымдағы бір күн» тақырыбында 5—7 сөйлемнен тұратын шағын мәтін құрастырыңыз.

Отбасы мүшелерінің күнделікті әрекетін, өз міндетіңізді және үйдегі тәртіпті сипаттаңыз.

Кемінде 4 етістік моделін қолданыңыз: басталады, үйренеді, орындайды, реттейді, қалыптастырады, өзгереді.

Кейс-стади / Ситуационный анализ

Жағдаят

Айдос бірінші курсқа оқуға түсті. Бұрын үйдегі көп жұмысты ата-анасы атқаратын. Университетке түскеннен кейін ол жатақханада тұра бастады. Енді күнделікті өмірін өзі ұйымдастырады: таңертең ерте тұрады, бөлмесін жинайды, тамақ әзірлейді, оқу уақытын жоспарлайды және барлық міндетін өзі орындайды.

Алғашқы кезде оған қиын болды. Кейде уақытын дұрыс бөле алмады, кейбір жұмыстарды ұмытып кетті. Бірақ біртіндеп күн тәртібін реттеуді үйренді. Қазір ол өз ісіне жауап береді, бос уақытын да тиімді ұйымдастырады.

Айдос ата-анасының еңбегін бұрынғыдан да жақсы түсіне бастады. Оның пікірінше, отбасы адамды өздігінен өмір сүруге біртіндеп дайындайды.

Талдау сұрақтары

- Айдостың өміріндегі жаңа кезең неден басталды?
- Ол жатақханада қандай жаңа дағдыларды үйренді?
- Айдос күнделікті өмірін қалай реттейді?
- Отбасындағы тәрбие оның жауапкершілігін қалай қалыптастырды?
- Уақыт өте келе Айдостың рөлі қалай өзгерді?
- Айдостың жағдайында сізге ең маңызды болып көрінетін өзгеріс қандай?
- Осы жағдаяттан қандай қорытынды жасауға болады?

7. Сараптамалық тест / Экспертный тест

- Жауапкершіліктің қалыптасуы ең алдымен қай ортада басталады?
 - А) Кәсіби қызметті бастаған кезде.
 - Ә) Отбасындағы күнделікті өмірде.
 - Б) Адам толық дербес болған кезде.
- Үйдегі күнделікті міндеттерді орындау адамға не береді?
 - А) Өз міндеттерін кейінге қалдыруға мүмкіндік береді.
 - Ә) Басқа адамдарға тәуелді болуға үйретеді.
 - Б) Жауапкершілік пен дербестік дағдысын қалыптастырады.
- Үй тіршілігін дұрыс ұйымдастыру үшін не маңызды?
 - А) Міндеттерді бөліп, күнделікті жұмыстарды реттеу.
 - Ә) Барлық жұмысты бір адамның орындауы.
 - Б) Үйдегі міндеттерді елемей.
- Адамның отбасындағы рөлі уақыт өте келе неге өзгереді?
 - А) Отбасындағы қарым-қатынас уақыт өте келе маңызын жоғалтатындықтан.
 - Ә) Адам отбасылық өмірге қатыспайтындықтан.
 - Б) Оның жасы, тәжірибесі және міндеттері өзгертіндіктен.
- Отбасы адамның бойында қандай қасиеттерді қалыптастыра алады?
 - А) Тек материалдық қажеттіліктерді.
 - Ә) Жауапкершілік, сенім, еңбекқорлық және өзара құрмет.
 - Б) Тек бәсекелестік пен жеке мүддені.
- Бала үйдегі міндеттерді біртіндеп орындау арқылы нені үйренеді?
 - А) Үйдегі ортақ жұмыстардан бас тартуды.
 - Ә) Өз ісіне жауап беруді және күнделікті өмірін ұйымдастыруды.
 - Б) Барлық міндетін басқа адамдарға тапсыруды.
- Адамның дербес өмірге дайын болғанын қандай әрекет көрсетеді?
 - А) Барлық тұрмыстық мәселені басқа адамдардың шешуі.
 - Ә) Өз уақытын ұйымдастырып, міндеттерін өзі орындауы.
 - Б) Өз міндеттерін орындаудан үнемі бас тартуы.
- Отбасындағы өзара көмек қандай нәтижеге әкелуі мүмкін?
 - А) Ортақ міндеттердің маңызын жоғалтуға.
 - Ә) Сенім мен жауапкершіліктің қалыптасуына.
 - Б) Отбасы мүшелерінің бір-бірінен алыстауына.
- Уақыт өте келе адамның үйдегі міндеттері қалай өзгереді?
 - А) Адам есейген сайын міндеттері толық жойылады.
 - Ә) Әрқашан өзгеріссіз қалады.

Б) Жасына, тәжірибесіне және отбасындағы рөліне қарай өзгереді.

— Отбасы адамның өмірінде қандай рөл атқарады?

А) Тек адамның бос уақытын ұйымдастыратын орта болады.

Ә) Адамның жеке дамуына әсер етпейтін орта болады.

Б) Адамның өмірлік тәжірибесі, дағдылары мен жауапкершілігі қалыптасатын маңызды орта болады.

8. Жария сөз / Публичное выступление

Тақырып: «Отбасы — адамның өмірлік мектебі»

Берілген тақырып бойынша 2—3 минуттық қысқаша баяндама дайындаңыз.

Баяндамада өз тәжірибеңізге немесе өзіңіз байқаған жағдайға сүйеніңіз.

Баяндама жоспары

— Отбасының адам өміріндегі орнын түсіндіріңіз.

— Жауапкершіліктің қайдан басталатынын айтыңыз.

— Үйдегі күнделікті міндеттердің адамға не үйрететінін түсіндіріңіз.

— Адамның отбасындағы рөлінің уақыт өте келе қалай өзгеретінін сипаттаңыз.

— Отбасының адамның мінезі мен өмірлік дағдыларын қалай қалыптастыратынын негіздеңіз.

— Өз ойыңызды қорытындылаңыз.

Міндетті модельдер

...басталады; ...үйренеді; ...орындайды; ...реттейді; ...қалыптастырады; ...өзгереді.

9. Мен енді... /Теперь я могу...

— өз отбасым туралы қазақ тілінде әңгімелей аламын;

— отбасымдағы күнделікті өмірді сипаттай аламын;

— үйдегі міндеттер туралы айта аламын;

— өзімнің отбасындағы міндетімді түсіндіре аламын;

— жауапкершіліктің отбасында қалай қалыптасатыны туралы пікір айта аламын;

— адамның отбасындағы рөлінің уақыт өте келе қалай өзгеретінін сипаттай аламын;

— күнделікті тұрмыс туралы қысқаша мәтін құрастыра аламын;

— отбасы туралы өз ойымды жүйелі түрде жеткізе аламын;

— осы тақырып бойынша шағын баяндама жасай аламын.

2-модуль. Мен денсаулығым жауапкершілікпен қараймын

1. Параллельді мәтін / Параллельный текст

Күнделікті өмірде адам өзі қалыптастырған әдеттері арқылы өз денсаулығына әсер етеді. Ұйқы, тамақтану, қозғалыс, демалыс және жұмыс тәртібі адамның жалпы жағдайына ықпал етеді. Сондықтан денсаулыққа көңіл бөлу — бір сәттік әрекет емес, күн сайын қабылданатын шешімдерден тұратын үдеріс.

В повседневной жизни человек влияет на своё здоровье через привычки, которые он формирует. Сон, питание, движение, отдых и режим работы влияют на общее состояние человека. Поэтому забота о здоровье — это не разовое действие, а процесс, состоящий из решений, которые человек принимает каждый день.

Денсаулықты сақтауды қарапайым күнделікті әрекеттерден бастауға болады. Адам тамақтануына, ұйқысына және демалысына көңіл бөледі, күн сайын қозғалады, таза ауада серуендейді. Осындай әдеттерді біртіндеп қалыптастыру адамның күш-қуатын сақтауға және белсенді өмір сүруіне мүмкіндік береді.

Заботу о здоровье можно начинать с простых повседневных действий. Человек уделяет внимание питанию, сну и отдыху, каждый день двигается, гуляет на свежем воздухе. Постепенное формирование таких привычек позволяет сохранять силы и вести активный образ жизни.

Алайда адамның өмір салты өзгерген кезде бұрынғы әдеттер әрдайым сәйкес келе бермейді. Мысалы, жаңа жұмысқа орналасу, жұмыс уақытының өзгеруі немесе күнделікті міндеттердің көбеюі адамның ұйқысы мен демалысына әсер етуі мүмкін. Мұндай жағдайда адам күн тәртібін қайта қарап, өзіне қолайлы тәртіп қалыптастыруға тырысады.

Однако когда образ жизни человека меняется, прежние привычки не всегда ему подходят. Например, новая работа, изменение рабочего времени или увеличение повседневных обязанностей могут повлиять на сон и отдых человека. В такой ситуации человек пересматривает свой режим дня и старается сформировать подходящий для себя распорядок.

Адам өз жағдайындағы өзгерістерді байқағанда, оларды елемей, себебін түсінуге тырысады. Ол өз жағдайын бақылайды, қажет болған жағдайда маманнан кеңес алады және берілген ұсынымдарды орындайды. Денсаулығына қатысты шешім қабылдағанда адамның өз жағдайын дұрыс бағалап, қажетті әрекетті уақытында жасауы маңызды.

Когда человек замечает изменения в своём состоянии, он не игнорирует их, а старается понять их причину. Он наблюдает за своим состоянием, при необходимости обращается за консультацией к специалисту и выполняет данные ему рекомендации. При принятии решений, связанных со здоровьем, важно правильно оценивать своё состояние и своевременно предпринимать необходимые действия.

Денсаулыққа жауапкершілікпен қарау — барлық қиындықты адамның өзі шешуі деген сөз емес. Қажет болған жағдайда маманнан кеңес алу, берілген ұсынымдарды түсіну және оларды орындау да жауапты әрекеттің бір бөлігі. Сонымен қатар адам өз күнделікті әдеттерін бақылап, қажет болса, оларды өзгерте алады.

Ответственное отношение к здоровью не означает, что человек должен решать все проблемы самостоятельно. При необходимости получить консультацию специалиста, понять данные рекомендации и выполнять их — также часть ответственного поведения. Кроме того, человек может контролировать свои повседневные привычки и при необходимости изменять их.

Сондықтан денсаулыққа қамқорлық жасау тек аурудың алдын алумен шектелмейді. Ол адамның өз жағдайына көңіл бөлуінен, күн тәртібін реттеуінен, пайдалы әдеттерді қалыптастыруынан және қажет кезде көмекке жүгінуінен көрінеді. Өз денсаулығына жауапкершілікпен

карайтын адам күнделікті шешімдерінің нәтижесін бағалап, өмір сапасын жақсартуға ұмтылады.

Поэтому забота о здоровье не ограничивается только профилактикой заболеваний. Она проявляется во внимании к своему состоянию, регулировании режима дня, формировании полезных привычек и обращении за помощью, когда это необходимо. Человек, который ответственно относится к своему здоровью, оценивает результаты своих ежедневных решений и стремится улучшить качество жизни.

2. Параллельді диалог / Параллельный диалог

— Соңғы кезде өзіңізді қалай сезініп жүрсіз?

— Как вы себя чувствуете в последнее время?

— Жалпы жағдайым жақсы. Бірақ соңғы уақытта тез шаршай бастадым. Күн тәртібіме қарап отырсам, жұмыстан кейін демалуға көп уақыт қалмайды екен.

— В целом хорошо. Но в последнее время я стал (а) быстро уставать. Если посмотреть на мой режим дня, после работы у меня остаётся не так много времени на отдых.

— Күнделікті өміріңізде қандай өзгеріс болды?

— Что изменилось в вашей повседневной жизни?

— Жақында жаңа жұмысқа орналастым. Жұмыс уақыты ұзарып, үйге бұрынғыдан кеш қайтатын болдым.

— Недавно я устроился (лась) на новую работу. Рабочий день стал длиннее, и теперь я возвращаюсь домой позже, чем раньше.

— Күн тәртібіңізді өзгертіп көрдіңіз бе?

— Вы пробовали изменить свой режим дня?

— Иә. Ұйқы уақытымды реттедім, кешкі уақытта жұмыс істемеуге тырысамын және күн сайын жаяу жүруге уақыт бөлемін.

— Да. Я отрегулировал (а) время сна, стараюсь не работать по вечерам и каждый день выделяю время на пешие прогулки.

— Бұл өзгерістер өзіңізді жақсырақ сезінуге көмектесті ме?

— Эти изменения помогли вам почувствовать себя лучше?

— Иә, біраз уақыттан кейін өзімді сергек сезіне бастадым. Енді осы әдеттерді тұрақты түрде сақтауға тырысамын.

— Да, через некоторое время я стал (а) чувствовать себя бодрее. Теперь стараюсь сохранять эти привычки на постоянной основе.

— Ал денсаулығыңызға қатысты басқа да өзгеріс байқасаңыз, не істейсіз?

— А если вы заметите другие изменения, связанные со здоровьем, что будете делать?

— Алдымен өз жағдайымды бақылаймын. Қажет болса, маманнан кеңес аламын және оның ұсынымдарын орындаймын.

— Сначала буду наблюдать за своим состоянием. При необходимости обращусь за консультацией к специалисту и выполняю его рекомендации.

— Демек, денсаулыққа көңіл бөлу күнделікті әдеттерден басталады ғой?

— Значит, забота о здоровье начинается с повседневных привычек?

— Иә. Адам өз жағдайына көңіл бөліп, қажет кезде күн тәртібін өзгерте білуі керек. Сонда ол өз денсаулығын сақтап, өмір сапасын жақсартуға мүмкіндік алады.

— Да. Человек должен обращать внимание на своё состояние и уметь при необходимости изменять свой режим дня. Тогда он сможет сохранять здоровье и улучшать качество жизни.

3. Лингвистикалық навигация/ Лингвистическая навигация

Бұл бөлімде денсаулыққа жауапкершілікпен қарауды және күнделікті өмір салтын реттеуді білдіретін негізгі етістік үлгілерімен танысамыз. Бұл үлгілер адамның денсаулығы туралы жай ғана айтуына емес, өз әрекетін сипаттауына, себепті түсіндіруіне, шешімін негіздеуіне және нәтижесін бағалауына мүмкіндік береді.

В этом разделе мы познакомимся с основными глагольными моделями, которые используются для описания ответственного отношения к здоровью и организации повседневного образа жизни. Эти модели позволяют человеку не просто говорить о здоровье, а описывать свои действия, объяснять причины, обосновывать решения и оценивать их результат.

көңіл бөледі — уделяет внимание

Адамның белгілі бір нәрсеге назар аударып, оған мән беретінін білдіреді.

Означает, что человек обращает внимание на что-либо и придаёт этому значение.

- Адам өз денсаулығына күн сайын көңіл бөледі.
- Человек каждый день уделяет внимание своему здоровью.
- Ол ұйқы мен демалысына ерекше көңіл бөледі.
- Он уделяет особое внимание сну и отдыху.
- Ол дұрыс тамақтануға көңіл бөледі.
- Он уделяет внимание правильному питанию.

реттейді — регулирует, налаживает

Белгілі бір тәртіпті, уақытты немесе үдерісті ретке келтіру әрекетін білдіреді.

Означает действие по упорядочиванию определённого режима, времени или процесса.

- Ол күн тәртібін реттейді.
- Он регулирует свой режим дня.
- Ол ұйқы уақытын реттеді.
- Он наладил режим сна.
- Жаңа жұмысқа байланысты ол жұмыс пен демалыс уақытын қайта реттеді.
- В связи с новой работой он заново организовал время работы и отдыха.

нығайтады — укрепляет

Денсаулықты, ағзаны немесе дене дайындығын күшейту әрекетін білдіреді.

Означает действие, направленное на укрепление здоровья, организма или физической формы.

- Дене жаттығулары ағзаны нығайтуға көмектеседі.
- Физические упражнения помогают укреплять организм.
- Белсенді өмір салты денсаулықты нығайтуға ықпал етеді.
- Активный образ жизни способствует укреплению здоровья.
- Тұрақты қозғалыс адамның дене дайындығын нығайтады.
- Регулярная физическая активность укрепляет физическую форму человека.

сақтайды — сохраняет

Белгілі бір жақсы жағдайды, күш-қуатты немесе денсаулықты тұрақты түрде сақтап тұру әрекетін білдіреді.

Означает действие по сохранению определённого хорошего состояния, сил или здоровья.

- Ол өз денсаулығын сақтауға тырысады.
- Он старается сохранять своё здоровье.
- Дұрыс әдеттер күш-қуатты сақтауға көмектеседі.
- Полезные привычки помогают сохранять силы.
- Адам белсенділігін ұзақ уақыт сақтай алады.
- Человек может сохранять активность в течение длительного времени.

бақылайды — наблюдает, контролирует

Өз жағдайындағы өзгерістерді үнемі қадағалап, оларды назарда ұстауды білдіреді.

Означает постоянное наблюдение за изменениями в своём состоянии и контроль за ними.

- Ол өз жағдайын бақылайды.
- Он наблюдает за своим состоянием.
- Адам денсаулығындағы өзгерістерді бақылайды.
- Человек наблюдает за изменениями в состоянии своего здоровья.

— Ол жаңа әдеттердің өз жағдайына әсерін бақылайды.

— Он наблюдает за тем, как новые привычки влияют на его состояние.

кеңес алады — получает консультацию, совет

Қажет болған жағдайда белгілі бір мәселе бойынша маманның пікірін немесе ұсынысын алу әрекетін білдіреді.

Означает получение мнения или рекомендации специалиста по определённому вопросу при необходимости.

— Ол дәрігерден кеңес алады.

— Он получает консультацию у врача.

— Қажет болған жағдайда маманнан кеңес алады.

— При необходимости он обращается за консультацией к специалисту.

— Ол денсаулығына байланысты маманнан кеңес алды.

— Он получил консультацию специалиста по поводу своего здоровья.

орындайды — выполняет

Маманның немесе дәрігердің берген ұсынымдарын, сондай-ақ қажетті әрекеттерді орындауды білдіреді.

Означает выполнение рекомендаций специалиста или врача, а также необходимых действий.

— Ол дәрігердің ұсынымдарын орындайды.

— Он выполняет рекомендации врача.

— Ол қажетті жаттығуларды орындайды.

— Он выполняет необходимые упражнения.

— Ол маманның берген кеңестерін орындауға тырысады.

— Он старается выполнять рекомендации специалиста.

жақсартады — улучшает

Белгілі бір жағдайды бұрынғыдан жақсы деңгейге жеткізу әрекетін білдіреді.

Означает действие, направленное на улучшение определённого состояния по сравнению с прежним уровнем.

— Ол өмір сапасын жақсартуға тырысады.

— Он старается улучшить качество жизни.

— Дұрыс ұйымдастырылған күн тәртібі адамның жалпы жағдайын жақсартуға көмектеседі.

— Правильно организованный режим дня помогает улучшить общее состояние человека.

— Пайдалы әдеттер адамның күнделікті өмір сапасын жақсартады.

— Полезные привычки улучшают качество повседневной жизни человека.

4. Синтаксистік конструктор / Синтаксический конструктор

Бұл бөлімде етістік үлгілерін сөйлем ішінде қолданып, денсаулыққа қатысты ойды толық, жүйелі және табиғи түрде жеткізуді үйренеміз.

1. Сөйлемді аяқтаңыз

Берілген құрылымды пайдаланып, сөйлемді мағынасына сай толықтырыңыз.

— Денсаулығым көңіл бөлу үшін, мен...

— Күн тәртібімді өзгерту қажет болғанда, мен...

— Өз денсаулығым көңіл бөлетін адам...

— Қажет болған жағдайда, ол...

— Дәрігерден кеңес алғаннан кейін,...

— Дене белсенділігін арттыру арқылы...

— Өз жағдайындағы өзгерістерді байқаса, адам...

— Дұрыс әдеттер қалыптасқан кезде,...

Назар аударыңыз: сөйлемді аяқтағанда осы модульдегі етістік үлгілерін мағынасына сәйкес қолданыңыз.

2. Жағдаятқа сәйкес сөйлем құраңыз

Берілген жағдаятқа сәйкес толық сөйлем құраңыз. Әр сөйлемде модульдің негізгі етістік үлгілерін дәл қолданыңыз.

- Сіз күн сайын денсаулығыңызға **көңіл бөлесіз**.
- Сіз ұйқы мен демалыс уақытын **реттедіңіз**.
- Сіз денсаулықты **нығайту үшін** күнделікті қозғалысты көбейттіңіз.
- Сіз денсаулығыңызды ұзақ уақыт **сақтауға** тырысасыз.
- Сіз өз жағдайыңыздағы өзгерістерді үнемі **бақылайсыз**.
- Денсаулығыңызға байланысты маманнан **кеңес алдыңыз**.
- Сіз дәрігердің ұсынымдарын **орындайсыз**.
- Жаңа әдеттер өмір сапасын **жақсартуға** көмектесті.

3. Себеп пен салдарды байланыстырыңыз

Берілген екі ойды **себебі, сондықтан, өйткені, сол себепті** сөздерінің бірін пайдаланып байланыстырыңыз.

- Ол күн тәртібін реттеді. Өзін сергек сезіне бастады.
- Ол денсаулығына көңіл бөледі. Дұрыс тамақтануға тырысады.
- Ол өзін жайсыз сезінді. Маманнан кеңес алды.
- Адам күн сайын қозғалады. Белсенділігін сақтауға тырысады.
- Ол дәрігердің ұсынымдарын орындайды. Өз жағдайын бақылайды.

4. Екі ойды байланыстырып айтыңыз

Берілген ойларды бір-бірімен мағыналық жағынан байланыстырып, толық сөйлем құраңыз.

- Жұмыс уақыты өзгерді → күн тәртібін қайта ұйымдастыру қажет болды.
- Ұйқы уақыты қысқарды → күндіз адам өзін шаршаңқы сезінді.
- Адам өз жағдайындағы өзгерісті байқады → маманнан кеңес алды.
- Жаңа әдеттер қалыптасты → адам өз жағдайындағы өзгерісті бақылай бастады.
- Адам күнделікті тәртібін өзгертті → өмір сапасын жақсартуға мүмкіндік алды.

5. Өз шешіміңізді түсіндіріңіз

Берілген жағдаят бойынша өз шешіміңізді айтыңыз. Жауабыңызда **жағдай → шешім → әрекет** байланысын сақтаңыз.

- Жұмыстан кейін тез шаршайсыз. Күн тәртібіңізде қандай өзгеріс жасар едіңіз?
- Ұйқыға жеткілікті уақыт бөлмей жүрсіз. Не істеуге тырысар едіңіз?
- Күні бойы көп отырасыз. Қандай пайдалы әдет қалыптастырар едіңіз?
- Өз жағдайыңыздың бұрынғыдан өзгеше екенін байқадыңыз. Қандай әрекет жасар едіңіз?
- Маманнан кеңес алдыңыз. Оның ұсынымдарын күнделікті өміріңізге қалай енгізер едіңіз?

6. Сұраққа толық жауап беріңіз

Сұрақтарға бір-екі сөзбен емес, толық сөйлемдермен жауап беріңіз. Жауаптарыңызда модульдің негізгі етістік үлгілерін қолданыңыз.

- Күнделікті өмірде денсаулығыңызға қалай **көңіл бөлесіз**?
- Күн тәртібіңізді қалай **реттейсіз**?
- Денсаулығыңызды қалай **нығайтасыз**?
- Күш-қуатыңызды қалай **сақтайсыз**?
- Өз жағдайыңызды қалай **бақылайсыз**?
- Қажет болған жағдайда кімнен **кеңес аласыз**?
- Маманның ұсынымдарын қалай **орындайсыз**?

— Өмір сапасын қалай жақсартқыңыз келеді?

7. Шағын мәтін жазыңыз

«Мен денсаулығым қалай жауапкершілікпен қараймын?»

6—8 сөйлемнен тұратын шағын мәтін жазыңыз.

Мәтінде кемінде алты етістік үлгісін қолданыңыз:

көңіл бөледі; реттейді; нығайтады; сақтайды; бақылайды; кеңес алады; орындайды; жақсартады.

Етістік үлгілерін жеке-жеке тізбектемей, оларды бір-бірімен мағыналық жағынан байланыстырып қолданыңыз.

8. Бекіту сұрақтары

— Күнделікті өмірде денсаулығыңызға көңіл бөлесіз бе?

— Өмір салтыңызда нені реттедіңіз?

— Қандай әдеттер денсаулықты нығайтуға көмектеседі деп ойлайсыз?

— Күш-қуатыңызды қалай сақтайсыз?

— Өз жағдайыңыздағы өзгерісті байқасаңыз, не істейсіз?

— Соңғы рет қашан маманнан кеңес алдыңыз?

— Маманның ұсынымдарын орындау сізге әрқашан оңай ма?

— Өмір сапасын жақсарту үшін қандай жаңа әдет қалыптастырғыңыз келеді?

— Денсаулыққа көбірек не әсер етеді: күн тәртібі, тамақтану немесе қозғалыс?

— Денсаулықты сақтау адамның жеке жауапкершілігі деп ойлайсыз ба? Жауабыңызды негіздеңіз.

5. Практикалық блок / Практический блок

Берілген коммуникативтік жағдаяттарға әдеби қазақ тілінде жауап беріңіз. Дайын сөйлемдерді қайталамай, модульде меңгерген етістік үлгілерін табиғи түрде қолданыңыз.

1. Күн тәртібін өзгерту

Соңғы уақытта жұмыстан кейін тез шаршай бастадыңыз. Күн тәртібіңізге назар аударып, қандай өзгеріс енгізетінін түсіндіріңіз.

Тірек сөздер:

күн тәртібі, ұйқы, демалыс, жұмыс, уақыт

2. Жаңа жұмысқа бейімделу

Сіз жаңа жұмысқа орналастыңыз. Жұмыс уақыты өзгеріп, бұрынғы күн тәртібіңіз енді сізге сәйкес келмейді. Күн тәртібіңізді қалай қайта ұйымдастыратыныңызды айтыңыз.

Тірек сөздер:

жұмыс уақыты, ұйқы, демалыс, күн тәртібі

3. Қозғалысты көбейту

Сіз күні бойы компьютер алдында жұмыс істейсіз. Соңғы уақытта күнделікті қозғалысыңыз азайғанын байқадыңыз. Қозғалысты көбейту үшін қандай әдет қалыптастыратыныңызды түсіндіріңіз.

Тірек сөздер:

қозғалыс, жаяу жүру, үзіліс, дене жаттығулары, белсенділік

4. Күш-қуатты сақтау

Сіз ұзақ уақыт бойы белсенді жұмыс істеп, жұмыс қабілетіңізді сақтағыңыз келеді. Күнделікті өміріңізде қандай әрекеттерге көңіл бөлетінін айтыңыз.

Тірек сөздер:

күш-қуат, жұмыс қабілеті, демалыс, ұйқы, пайдалы әдет

5. Өз жағдайын бақылау

Соңғы уақытта өз жағдайыңыздың бұрынғыдан өзгеше екенін байқадыңыз. Бұл өзгерісті қалай бақылайтыныңызды және қажет болған жағдайда қандай әрекет жасайтыныңызды түсіндіріңіз.

Тірек сөздер:

жағдай, өзгеріс, белгі, бақылау, маман

6. Маманның ұсынымдарын орындау

Сіз денсаулығыңызға байланысты маманнан кеңес алдыңыз. Ол сізге күн тәртібі мен күнделікті әдеттеріңізге қатысты бірнеше ұсыным берді. Бұл ұсынымдарды өміріңізге қалай енгізетінін айтыңыз.

Тірек сөздер:

кеңес, ұсыным, күн тәртібі, әдет, әрекет

7. Өзгерістің нәтижесін бағалау

Сіз күн тәртібіңізді өзгертіңіз және бір ай бойы жаңа пайдалы әдеттерді сақтадыңыз. Осы өзгерістердің нәтижесінде өз жағдайыңызда не өзгергенін түсіндіріңіз.

Тірек сөздер:

ұйқы, көңіл күй, белсенділік, күш-қуат, өмір сапасы

8. Жеке ұстанымыңызды білдіріңіз

«Денсаулығыңа жауапкершілікпен қарау дегенді қалай түсінесің?»

6—8 сөйлемнен тұратын жауап беріңіз.

Жауабыңызда модульдегі кемінде бес етістік үлгісін табиғи түрде қолданыңыз.

6. Кейс-стади/ Ситуационный анализ

Жағдаят

Бексұлтан жақында жаңа жұмысқа орналасты. Жаңа жұмысында жұмыс күні бұрынғыдан ұзақ, ал компьютер алдында өткізетін уақыты көп. Ол үйге кеш қайтатын болды, сондықтан демалуға және ұйықтауға бұрынғыдай уақыт жеткіліксіз.

Бірнеше аптадан кейін Бексұлтан өзін жиі шаршайтынын байқады. Бірақ ол бұл өзгеріске бірден көңіл бөлмей, біраз уақыт күте тұрды.

Бір күні әріптесі оған ең алдымен ұйқы мен демалыс уақытын реттеуге кеңес берді. Ал досы күнделікті қозғалысты көбейтіп, жаяу жүруге уақыт бөлуді ұсынды.

Бексұлтан екі ұсыныстың да пайдалы екенін түсінді. Бірақ күнделікті өмірін бірден қатты өзгерте алмайтынын біледі. Сондықтан ол алдымен қандай әрекеттен бастау керектігін және оның нәтижесін қалай бақылайтынын шешуі керек.

Сұрақтар

— Бексұлтанның өмір салтында қандай өзгерістер болды?

— Ол өз жағдайындағы қандай өзгерісті байқады?

— Бексұлтанның жағдайын жақсарту үшін қандай екі әрекет жасауға болады?

— Ұйқы мен демалыс уақытын реттеудің қандай артықшылығы бар?

— Күнделікті қозғалысты көбейтудің қандай пайдасы бар?

— Егер сіз Бексұлтанның орнында болсаңыз, бірінші кезекте қандай әрекет жасар едіңіз?

Негізден?

— Бексұлтан өз әрекетінің нәтижесін қалай бақылай алады?

— Ол тағы қандай әрекет жасай алады?

— Бексұлтанның денсаулығына жауапкершілікпен қарауы қандай әрекеттерінен көрінеді?

— Өз шешіміңізді 5—7 сөйлеммен қорытындылап айтыңыз.

7. Мини-дискуссия

Төмендегі пікірлердің бірін таңдаңыз:

1. Денсаулық үшін ең маңыздысы — дұрыс тамақтану.

2. Денсаулық үшін ең маңыздысы — дұрыс демалу.

3. Денсаулық үшін ең маңыздысы — күнделікті қозғалыс.

Өз пікіріңізді кемінде екі дәлелмен негіздеңіз.

Жауабыңызда модульдің кемінде үш етістік үлгісін қолданыңыз.

5—7 сөйлеммен жауап беріңіз.

8. Сараптамалық тест / Экспертный тест

Әр жағдаят бойынша денсаулыққа жауапкершілікпен қарауға сәйкес келетін ең дұрыс әрекетті тандаңыз.

1. Сіз соңғы уақытта тез шаршай бастадыңыз. Күнделікті өміріңіздегі өзгерістерге байланысты ұйқы мен демалыс уақытыңыз қысқарған.

- А) Жұмыс уақытын одан әрі көбейту.
- Ә) Өз жағдайыңызға көңіл бөлмей, бұрынғы тәртіппен жүре беру.
- Б) Күн тәртібін қайта қарап, ұйқы мен демалысқа көбірек көңіл бөлу.

2. Жаңа жұмысқа байланысты жұмыс уақытыңыз өзгерді.

- А) Күн тәртібін жаңа жұмыс уақытына сәйкес реттеу.
- Ә) Демалыс уақытын қысқарту.
- Б) Бұрынғы күн тәртібін өзгертпеу.

3. Сіз күні бойы компьютер алдында отырсыз және күнделікті қозғалысыңыз азайды.

- А) Демалыстың барлық уақытын компьютер алдында өткізу.
- Ә) Күн сайын үзіліс жасап, жаяу жүруге және дене жаттығуларына уақыт бөлу.
- Б) Қозғалысты одан әрі азайту.

4. Сіз өзіңізді бұрынғыдан өзгеше сезіне бастадыңыз.

- А) Бұл өзгерісті елемеу.
- Ә) Өз жағдайыңызды бақылап, қажет болған жағдайда маманнан кеңес алу.
- Б) Өз бетіңізше кез келген емді бастау.

5. Маман сізге денсаулығыңызға байланысты бірнеше ұсыным берді.

- А) Ұсынымдарды түсінбей тұрып орындау.
- Ә) Ұсынымдарды бірден ұмыту.
- Б) Ұсынымдарды түсініп, оларды дұрыс орындауға тырысу.

6. Сіз күн тәртібіңізді өзгерттіңіз және бірнеше жаңа әдет қалыптастырдыңыз.

- А) Өз жағдайыңыздағы өзгерістерді бақылап, нәтижесін бағалау.
- Ә) Бір күннен кейін барлық әдеттен бас тарту.
- Б) Өзгерістердің нәтижесін бақыламау.

7. Сіз ұзақ уақыт бойы белсенді өмір салтын ұстанғыңыз келеді.

- А) Күнделікті қозғалыстан бас тарту.
- Ә) Ұйқы мен демалысты азайту.
- Б) Күн тәртібін реттеп, демалыс пен қозғалысқа көңіл бөлу.

8. Денсаулыққа жауапкершілікпен қарау дегеніміз не?

- А) Барлық мәселені өз бетімен шешу.
- Ә) Өз жағдайын бақылау, қажет болса маманнан кеңес алу және берілген ұсынымдарды орындау.
- Б) Денсаулықтағы өзгерістерге көңіл бөлмеу.

9. Сіз жаңа пайдалы әдет қалыптастырдыңыз.

- А) Бірден басқа әдетке көшу.
- Ә) Әдеттің нәтижесіне көңіл бөлмеу.
- Б) Оның өз жағдайыңызға әсерін бақылау.

10. Өмір сапасын жақсартқыңыз келеді.

- А) Күнделікті әдеттеріңізді талдап, қажетті өзгерістер енгізу.
- Ә) Демалыс пен ұйқы уақытын қысқарту.
- Б) Күн тәртібіне мүлде көңіл бөлмеу.

9. Жария сөз/ Публичное выступление

«Денсаулық — күнделікті таңдау»

3—5 минуттық ауызша сөз дайындаңыз.

Өз тәжірибеңізге немесе өзіңіз байқаған жағдаятқа сүйене отырып, денсаулыққа жауапкершілікпен қараудың күнделікті әрекеттер мен шешімдер арқылы қалай көрінетінін түсіндіріңіз.

Сөйлеу құрылымы

- Бұрынғы күн тәртібіңізде немесе әдеттеріңізде қандай ерекшелік болды?
- Қандай сәтте өзгеріс қажет екенін байқадыңыз?
- Қандай шешім қабылдадыңыз және қандай өзгеріс жасадыңыз?
- Өз жағдайыңыздағы өзгерістерді қалай бақыладыңыз?
- Қандай нәтиже алдыңыз?
- Осы тәжірибеден қандай қорытынды жасадыңыз?

Талаптар

- бір негізгі ойды ұстаныңыз;
- ойларыңызды логикалық байланыстырыңыз;
- нақты тәжірибе немесе мысал келтіріңіз;
- өз әрекетіңізді және оның себебін түсіндіріңіз;
- модульдегі кемінде бес етістік үлгісін қолданыңыз;
- соңында қорытынды жасаңыз.

Тірек сөздер мен үлгілер

өз денсаулығына көңіл бөлу;
күн тәртібін реттеу;
пайдалы әдет қалыптастыру;
денсаулықты нығайту;
күш-қуатты сақтау;
өз жағдайын бақылау;
маманнан кеңес алу;
маманның ұсынымдарын орындау;
қажетті өзгеріс енгізу;
күнделікті шешімдердің нәтижесін бағалау;
өмір сапасын жақсарту.

Сөйлеу барысында қолданыңыз

көңіл бөледі; реттейді; нығайтады; сақтайды; бақылайды; кеңес алады; орындайды; жақсартады.

3-модуль. Мен достарымның ортасындамын

1.Параллельді мәтін/ Параллельный текст

Достар ортасы адамның әлеуметтік өмірін кеңейтіп қана қоймайды. Адам достары арқылы өз ойын еркін білдіреді, өзгелердің көзқарасын түсінеді, түрлі жағдайда қолдау көрсетеді және өзара қарым-қатынасты қалыптастырады. Жаңа ортаға келген адам бірден жақын қарым-қатынас орнатпауы мүмкін. Ол алдымен адамдарды тыңдап, оларды түсінуге тырысады. Осы үдеріс барысында біртіндеп өзара сенім қалыптасады.

Круг друзей не только расширяет социальную жизнь человека. Благодаря друзьям человек свободнее выражает свои мысли, понимает взгляды других людей, оказывает поддержку в разных ситуациях и выстраивает отношения с окружающими. Придя в новую среду, человек не всегда сразу устанавливает близкие отношения. Сначала он слушает людей и старается лучше их понять. В процессе общения постепенно формируется взаимное доверие.

Достық бір күнде қалыптаспайды. Адамдар бір-бірін жақсырақ түсінуге уақыт бөлген сайын, олардың арасындағы сенім де нығая түседі. Досының сөзін мұқият тыңдау, оның жағдайын түсінуге тырысу және қажет кезде қолдау көрсету қарым-қатынасты жақындатады. Шынайы достық тек ортақ қызығушылыққа емес, өзара сенім мен құрметке де сүйенеді.

Дружба не возникает за один день. Чем больше времени люди уделяют тому, чтобы лучше понять друг друга, тем крепче становится доверие между ними. Внимательно выслушать друга, постараться понять его состояние и поддержать в нужный момент — всё это сближает людей. Настоящая дружба основывается не только на общих интересах, но и на взаимном доверии и уважении.

Достардың арасында әртүрлі пікірдің болуы — табиғи жағдай. Адамдар барлық мәселе бойынша бірдей ойлауы міндетті емес. Пікірлері сәйкес келмеген жағдайда бірін-бірі тыңдап, әр адамның көзқарасын түсінуге тырысқан маңызды. Өз пікірін сақтай отырып, өзгенің көзқарасын құрметтей білу — қарым-қатынастың маңызды шарты. Кей жағдайда ортақ келісімге келуге болады, ал кейде пікірлердің әртүрлі екенін қабылдауға тура келеді.

Разные мнения между друзьями — естественная часть отношений. Люди не обязаны одинаково смотреть на все вопросы. Если их взгляды расходятся, важно выслушать друг друга и постараться понять позицию каждого. Умение сохранять собственную позицию и при этом уважать чужую точку зрения — важное условие здоровых отношений. В некоторых случаях можно прийти к общему согласию, а иногда приходится просто принять различие во взглядах.

Достық қарым-қатынас қиын жағдайда ерекше байқалады. Нағыз дос мәселені бірден шешіп бермеуі мүмкін, бірақ адамды тыңдап, оның жағдайын түсініп, қажет кезде қолдау көрсете алады. Кейде адамға нақты кеңестен гөрі, оны тыңдайтын және түсінетін адамның жанында болғаны маңыздырақ.

Особенно хорошо дружеские отношения проявляются в трудной ситуации. Настоящий друг не всегда может сразу решить проблему, но может выслушать человека, понять его состояние и поддержать его в нужный момент. Иногда человеку важнее конкретного совета просто знать, что рядом есть тот, кто готов его выслушать и понять.

Уақыт өте келе адамдардың өмірі өзгереді: олардың жұмысы, жауапкершілігі, қызығушылығы мен мақсаттары да өзгереді. Соған қарамастан шынайы достық өзара сенім мен құрметке негізделген қарым-қатынасты сақтауға мүмкіндік береді. Достықты сақтау үшін үнемі бірге болу міндетті емес. Ең маңыздысы — бір-бірін түсіну, қажет кезде қолдау көрсету және қалыптасқан сенімді бағалау.

Со временем жизнь людей меняется: меняются их работа, ответственность, интересы и цели. Несмотря на это, настоящая дружба позволяет сохранять отношения, основанные на взаимном доверии и уважении. Чтобы сохранить дружбу, необязательно постоянно быть рядом.

Гораздо важнее понимать друг друга, поддерживать в нужный момент и ценить сложившееся доверие.

2.Параллельді диалог/Параллельный диалог

— Жаңа ортаға келгенде адамдармен қарым-қатынасты неден бастаған дұрыс?

— С чего, по-твоему, лучше начинать отношения с людьми, когда приходишь в новую среду?

— Меніңше, алдымен адамдарды тыңдап, оларды түсінуге тырысқан дұрыс. Бірден өз пікірінді айтуға асықпай, жаңа ортаны бақылаған жөн.

— Я думаю, сначала стоит слушать людей и стараться их понять. Не нужно сразу спешить высказывать своё мнение — лучше сначала понаблюдать за новой средой.

— Ал сенім қалай қалыптасады?

— А как формируется доверие?

— Сенім бірден пайда болмайды. Адамдар бір-бірін жақсырақ түсінген сайын, өзара сенім де қалыптасады.

— Доверие не возникает сразу. Чем лучше люди понимают друг друга, тем крепче становится взаимное доверие.

— Ал пікіріміз сәйкес келмесе ше?

— А что делать, если наши мнения не совпадают?

— Ондай кезде бір-бірімізді мұқият тыңдап, әркімнің көзқарасын түсінуге тырысамыз. Өз пікірімізбен келіспеген адамды да құрметтеуіміз керек.

— В такой ситуации мы стараемся внимательно выслушать друг друга и понять позицию каждого. Нужно уважать даже того, кто с нами не согласен.

— Әрқашан ортақ шешімге келуге бола ма?

— Всегда ли можно прийти к общему решению?

— Әрқашан емес. Кейде ортақ келісімге келеміз, ал кейде пікірлеріміздің әртүрлі екенін қабылдаймыз.

— Не всегда. Иногда мы приходим к общему согласию, а иногда просто принимаем различие во взглядах.

— Досың қиын жағдайға тап болса, сен не істейсің?

— Если твой друг окажется в трудной ситуации, что ты будешь делать?

— Алдымен оны тыңдаймын, жағдайын түсінуге тырысамын. Қажет болса, қолдау көрсетемін. Кейде адамның жанында болып, оны тыңдаудың өзі маңызды.

— Сначала выслушаю его и постараюсь понять его состояние. Если потребуется, окажу поддержку. Иногда человеку важно уже то, что рядом есть тот, кто готов его выслушать.

— Уақыт өте келе достықты қалай сақтауға болады?

— Как сохранить дружбу с течением времени?

— Бір-біріне сеніп, өзара құрметті сақтап, қажет кезде қолдау көрсету керек. Қарым-қатынастың сапасы үнемі бірге болуға ғана байланысты емес.

— Нужно доверять друг другу, сохранять взаимное уважение и поддерживать друг друга, когда это необходимо. Качество отношений не зависит только от того, как часто люди находятся рядом.

— Демек, шынайы достықтың негізі неде?

— Значит, в чём основа настоящей дружбы?

— Меніңше, шынайы достық бір-бірін тыңдаудан, түсінуден, сенуден және құрметтеуден басталады. Ал осы құндылықтарды сақтай білу достықты ұзақ уақыт жалғастыруға мүмкіндік береді.

— По-моему, настоящая дружба начинается с умения слушать и понимать друг друга, доверять и уважать друг друга. А способность сохранять эти ценности помогает поддерживать дружбу на протяжении долгого времени.

3.Лингвистикалық навигация/ Лингвистическая навигация тыңдайды

слушает, выслушивает

Адамның сөзін мұқият қабылдап, оның ойын соңына дейін тыңдауды білдіреді.

Внимательно слушает человека и даёт ему возможность полностью высказать свою мысль.

Досын мұқият тыңдайды.

Внимательно слушает друга.

Әңгімелесушісін соңына дейін тыңдайды.

Выслушивает собеседника до конца.

Өзгенің пікірін тыңдай біледі.

Умеет выслушать чужое мнение.

түсінеді

понимает

Адамның ойын, сезімін, көзқарасын немесе жағдайын дұрыс ұғынуды білдіреді.

Правильно понимает мысли, чувства, взгляды или состояние другого человека.

Досының жағдайын түсінеді.

Понимает состояние друга.

Бір-бірін жақсы түсінеді.

Хорошо понимают друг друга.

Өзгенің көзқарасын түсінуге тырысады.

Старается понять чужую точку зрения.

сенеді

доверяет

Адамға, оның сөзіне немесе іс-әрекетіне сенім білдіруді білдіреді.

Означает доверять человеку, его словам или поступкам.

Досына сенеді.

Доверяет другу.

Бір-біріне сенеді.

Доверяют друг другу.

Сенім артқан адамды алдамайды.

Не обманывает человека, который ему доверяет.

қолдайды

поддерживает

Қиын жағдайда адамға моральдық немесе іс жүзінде көмек көрсетіп, оның жанынан табылуды білдіреді.

Означает оказывать человеку моральную или практическую поддержку и быть рядом в трудной ситуации.

Досын қиын кезде қолдайды.

Поддерживает друга в трудный момент.

Досының шешімін қолдайды.

Поддерживает решение друга.

Қажет кезде жақын адамын қолдайды.

Поддерживает близкого человека, когда это необходимо.

құрметтейді

уважает

Басқа адамның пікірін, тандауын, құқығын және жеке шекарасын сыйлауды білдіреді.

Означает уважать мнение, выбор, права и личные границы другого человека.

Өзгенің пікірін құрметтейді.

Уважаает чужое мнение.
Бір-бірін құрметтейді.
Уважают друг друга.
Әртүрлі көзқарасты құрметтейді.
Уважаает другую точку зрения.

келісімге келеді

приходит к согласию

Әртүрлі пікірлерді талқылап, екі немесе бірнеше тарапқа ортақ шешімге келуді білдіреді.
Означает после обсуждения разных мнений прийти к решению, приемлемому для двух или нескольких сторон.

Олар мәселені талқылап, ортақ келісімге келеді.
Они обсуждают вопрос и приходят к общему согласию.
Екі тарап ортақ шешімге келді.
Две стороны пришли к общему решению.
Ұзақ талқылаудан кейін олар келісімге келді.
После долгого обсуждения они пришли к согласию.

сақтайды

сохраняет

Қалыптасқан сенімді, қарым-қатынасты немесе достықты жалғастырып, оның тұрақтылығын қамтамасыз етуді білдіреді.

Означает поддерживать сложившееся доверие, отношения или дружбу и сохранять их устойчивость.

Сенімді сақтайды.
Сохраняет доверие.
Достық қарым-қатынасты сақтайды.
Сохраняет дружеские отношения.
Қарым-қатынасты құрмет пен сенімге сүйеніп сақтайды.
Сохраняет отношения, основанные на уважении и доверии.

Мағыналық айырмашылыққа назар аударыңыз.

Обратите внимание на смысловые различия

Бұл етістіктік үлгілер бір-бірімен тығыз байланысты, бірақ олардың мағынасы бірдей емес. Эти глагольные модели тесно связаны друг с другом, но их значения не являются одинаковыми.

Етістіктік үлгі

Негізгі мағынасы

тыңдайды
Басқа адамның сөзін мұқият қабылдайды
слушает, выслушивает
түсінеді
Оның ойын, сезімін немесе жағдайын ұғынады
понимает
сенеді
Адамға сенім білдіреді
доверяет
қолдайды
Қажет кезде жанынан табылып, көмек көрсетеді
поддерживает
құрметтейді
Өзгенің пікірін, таңдауын және құқығын сыйлайды

уважают

келісімге келеді

Әртүрлі пікірлерден кейін ортақ шешімге келеді

приходит к согласию

сақтайды

Қалыптасқан сенім мен қарым-қатынасты жалғастырады

сохраняет

Бұл әрекеттердің өзара байланысын мынадай логикамен көрсетуге болады:

тыңдау → түсіну → сену → қолдау → құрметтеу → келісімге келу → қарым-қатынасты сақтау

Адам алдымен әңгімелесушіні тыңдайды, оның ойын түсінуге тырысады. Өзара түсіністік қалыптасқан сайын сенім нығаяды. Сенім мен құрмет бар жерде адамдар бір-бірін қолдап, қажет жағдайда ортақ келісімге келе алады. Осындай қарым-қатынас достықты сақтауға мүмкіндік береді.

4.Синтаксистік конструктор/ Синтаксический конструктор

1. Сөйлемді аяқтаңыз.

— Жаңа ортаға келгенде, мен алдымен...

— Адамды жақсы түсіну үшін...

— Өзара сенім қалыптасуы үшін...

— Досым қиын жағдайға тап болса,...

— Пікіріміз сәйкес келмеген жағдайда,...

— Өзге адамның көзқарасын құрметтеу үшін...

— Достық қарым-қатынасты сақтау үшін...

2. Берілген сөздерден сөйлем құраңыз.

— досын • мұқият • тыңдайды • ол

— бір-бірін • жақсы • түсінеді • олар

— досына • сенеді • ол

— қиын кезде • досын • қолдайды • ол

— өзгелердің • құрметтейді • пікірін • ол

— ортақ • келеді • келісімге • олар

— достық • сақтайды • қарым-қатынасты • олар

3. Жағдаятқа сәйкес жауап беріңіз.

Жақшадағы етістіктік үлгіні сөйлемде өзіңізге сәйкес тұлғада қолданыңыз.

— Досыңыз сізге маңызды мәсесін айтып отыр. Оның сөзін қалай тыңдайсыз? (**тыңдайды**)

— Досыңыздың көңіл күйі өзгергенін байқадыңыз. Оның жағдайын қалай түсінуге тырысасыз? (**түсінеді**)

— Досыңыз сізге маңызды ақпаратты сеніп айтты. Сіз оның сенімін қалай бағалайсыз? (**сенеді**)

— Досыңыз қиын жағдайда қалды. Оған қалай қолдау көрсетесіз? (**қолдайды**)

— Әңгімелесу кезінде сіздің пікіріңізбен келіспейтін адам болды. Оның көзқарасына қалай қарайсыз? (**құрметтейді**)

— Екі дос бір мәселе бойынша әртүрлі пікірде. Ортақ шешімге қалай келуге болады? (**келісімге келеді**)

— Досыңызбен қарым-қатынасты ұзақ уақыт сақтау үшін не істейсіз? (**сақтайды**)

4. Ойды жалғастырыңыз.

— Мен адамды жақсырақ түсіну үшін...

— Өзара сенім...

— Нағыз дос қиын жағдайда...

- Пікіріміз сәйкес келмеген кезде...
- Өзге адамның көзқарасын құрметтеу...
- Ортақ келісімге келу үшін...
- Достық қарым-қатынасты сақтау үшін...

5. Шағын мәтін жазыңыз.

«Мен үшін шынайы достық деген не?»

8—10 сөйлемнен тұратын шағын мәтін жазыңыз.

Мәтінде кемінде **бес етістіктік үлгіні** қолданыңыз:

- тыңдайды;
- түсінеді;
- сенеді;
- қолдайды;
- құрметтейді;
- келісімге келеді;
- сақтайды.

Өз ойыңызды жай ғана тізбектемей, **пікіріңізді себеппен және мысалмен негіздеңіз.**

Бекіту сұрақтары/ Рефлексия

- Жаңа ортаға келген адам адамдармен қарым-қатынасты неден бастағаны дұрыс?
- Адамды мұқият тыңдау оны түсінуге қалай көмектеседі?
- Өзара сенім қандай әрекеттер арқылы қалыптасады?
- Достықты нығайтуда қолдаудың қандай маңызы бар?
- Пікірлер сәйкес келмеген жағдайда өз көзқарасыңды қалай білдірген дұрыс?
- Неліктен өз пікіріңмен келіспейтін адамның көзқарасын құрметтеу маңызды?
- Ортақ келісімге келу үшін адамдарға қандай дағдылар қажет?
- Достықты сақтау үшін адамдардың үнемі бірге болуы міндетті ме? Неліктен?
- Адамның өмірі өзгерген кезде достық қарым-қатынас қалай өзгеруі мүмкін?
- Осы модульдегі қай етістіктік үлгі күнделікті қарым-қатынаста сіз үшін ең маңызды?

Неліктен?

Кейс-стади/ Ситуационный анализ

Жағдаят: Жаңа ортадағы қарым-қатынас

Сіз жаңа жұмыс орнына келдіңіз. Ұжымдағы адамдар бір-бірін бұрыннан жақсы таниды, ал сіз ешкімді жақын білмейсіз. Алғашқы күндері әріптестеріңіздің қалай жұмыс істейтінін, бір-бірімен қалай қарым-қатынас жасайтынын бақыладыңыз.

Бірнеше күннен кейін маңызды жұмыс мәселесіне байланысты екі әріптесіңіздің арасында келіспеушілік пайда болды. Екеуі де өз пікірін дұрыс деп санайды. Сіз бұл жағдайда бір тарапты бірден қолдамай, жағдайды түсінуге тырысуыңыз керек.

Тапсырмалар

1. Тыңдау

Алдымен не істейсіз? Екі адамның пікірін түсіну үшін қандай сұрақтар қоясыз?

2. Түсіну

Әр адамның көзқарасын түсіну үшін нені ескеру қажет? Олардың пікіріндегі негізгі айырмашылықты анықтаңыз.

3. Құрметтеу

Егер сіздің ойыңыз екі әріптестің пікірінен де өзгеше болса, өз көзқарасыңызды қалай білдіресіз?

4. Келісімге келу

Екі тараптың да мүддесін ескеріп, ортақ шешімге келудің бір жолын ұсыныңыз.

5. Қолдау

Әріптестеріңіздің біріне моральдық немесе іс жүзіндегі қолдау қажет болса, не істей аласыз?

6. Сенім мен қарым-қатынасты сақтау

Осы жағдайдан кейін әріптестер арасындағы сенімді және жұмыс қарым-қатынасын сақтау үшін не маңызды?

Қорытынды тапсырма

Осы жағдаят бойынша **8—10 сөйлемнен тұратын өз шешіміңізді жазыңыз.**

Жауабыңызда жағдайды қалай түсінгеніңізді, қандай әрекет жасайтыныңызды және неліктен солай әрекет ететініңізді түсіндіріңіз.

Кемінде **бес етістіктік үлгіні** қолданыңыз.

Мини-талқылау

Төмендегі пікірлердің біреуін тандаңыз және өз көзқарасыңызды негіздеңіз.

1. Нағыз достық әрқашан келісуден емес, бір-бірін түсінуден басталады.

2. Жақсы дос ең алдымен тыңдай білуі керек.

3. Сенім бір күнде қалыптаспайды.

4. Өзара құрмет жоқ жерде шынайы достықты сақтау қиын.

5. Қиындық достықтың беріктігін көрсетеді.

Өз таңдауыңызды кемінде **екі дәлелмен** түсіндіріңіз.

Жауабыңызда осы модульде меңгерген **етістіктік үлгілердің кемінде үшеуін** қолданыңыз.

Жауабыңызды **6—8 сөйлеммен** құрастырыңыз.

Эксперттік тест/ Экспертный тест

Әр жағдаятты мұқият оқып, ең орынды әрекетті тандаңыз.

1. Сіз жаңа ұжымға келдіңіз. Әлі ешкімді жақсы танымайсыз.

А) Бірден өз пікіріңізді айтып, басқалардың қалай қабылдайтынына мән бермейсіз.

Ә) Көбірек тыңдап, адамдарды және жаңа ортаны түсінуге тырысасыз.

Б) Ешкіммен сөйлеспей, тек өз жұмысыңызбен айналысасыз.

2. Досыңыздың пікірі сіздің көзқарасыңызға сәйкес келмейді.

А) Оның сөзін бөліп, өз пікіріңізді бірден дәлелдеуге тырысасыз.

Ә) Әңгімеден бас тартып, бұл мәселені талқыламайсыз.

Б) Әуелі оның пікірін тыңдап, көзқарасын түсінуге тырысасыз, кейін өз ойыңызды айтасыз.

3. Досыңыз сізге қиын жағдайын айтып берді.

А) Оны тыңдап, жағдайын түсінуге тырысып, қажет болса қолдау көрсетесіз.

Ә) Мәселені өзі шешуі керек деп ойлап, араласпайсыз.

Б) Бірден өз шешіміңізді ұсынып, оның пікірін тыңдамайсыз.

4. Екі дос бір мәселе бойынша келісе алмай отыр.

А) Біреуінің пікірін дұрыс деп қабылдап, екіншісін тыңдамайсыз.

Ә) Екі жақтың пікірін тыңдап, ортақ келісімге келудің жолын іздейсіз.

Б) Мәселені талқыламай, оның өздігінен шешілуін күтесіз.

5. Әңгімелесу кезінде сіздің ұсынысыңыз қабылданбады.

А) Ренжіп, сөйлесуді тоқтатасыз.

Ә) Басқалардың пікірін құрметтеп, өз көзқарасыңызды сабырмен түсіндіруді жалғастырасыз.

Б) Өз ұсынысыңызды қайта-қайта айтып, басқалардың пікірін елемейсіз.

6. Досыңыз сізге жеке мәселесін сеніп айтты.

А) Бұл ақпаратты басқа адамдармен бөлісесіз.

Ә) Оның айтқанын маңызды деп санамайсыз.

Б) Оның сенімін сақтап, айтқанын басқа адамдарға таратпайсыз.

7. Ұзақ уақыт көрмеген досыңыз сізге хабарласты.

- А) Кейін жауап беремін деп ойлап, мүлде жауап бермейсіз.
- Ә) Уақыт тауып, оның жағдайын сұрап, қарым-қатынасты жалғастыруға тырысасыз.
- Б) Уақыт өткендіктен, бұрынғы қарым-қатынасты жалғастырудың қажеті жоқ деп санайсыз.

8. Досыңыз қателік жіберді, бірақ оны өзі де түсініп отыр.

- А) Оны басқа адамдардың алдында сынайсыз.
- Ә) Онымен сөйлесіп, жағдайын түсінуге және қажет болса қолдау көрсетуге тырысасыз.
- Б) Онымен біраз уақыт сөйлеспей қоюды жөн көресіз.

9. Достықтың беріктігіне ең көп не әсер етеді?

- А) Бір-біріне ұқсас болу.
- Ә) Үнемі бірге уақыт өткізу.
- Б) Өзара сенім, құрмет және қажет кезде қолдау көрсету.

10. Осы модульдің негізгі ойына ең жақын жауапты таңдаңыз.

А) Достық адамдардың күнделікті саналы әрекеттері арқылы қалыптасып, өзара сенім мен құрмет негізінде сақталады.

Ә) Достық тек ортақ қызығушылығы бар адамдар арасында ғана қалыптасады.

Б) Нағыз дос барлық жағдайда сіздің пікіріңізбен келісуі керек.

Жәрия сөз/ Публичное выступление

Тақырып: Нағыз достық неден басталады?

3—5 минут көлемінде өз ойыңызды жүйелі түрде баяндаңыз. Сөйлеу барысында төмендегі жоспарды басшылыққа алыңыз.

1. Кіріспе

- Достық туралы өз көзқарасыңызды білдіріңіз.
- Нағыз достық сіз үшін нені білдіреді?
- Достық адамның әлеуметтік ортасында қандай рөл атқарады?

2. Негізгі бөлім

- Жақсы қарым-қатынас неден басталады?
- Неліктен адам әңгімелесушіні мұқият тыңдай білуі керек?
- Адамның көзқарасын түсіну мен онымен келісудің арасында қандай айырмашылық бар?

— Өзара сенім қалай қалыптасады?

— Пікірлер сәйкес келмеген жағдайда өзара құрметті қалай сақтауға болады?

— Қандай жағдайда досқа қолдау көрсету ерекше маңызды?

— Әртүрлі пікірдегі адамдар ортақ келісімге қалай келе алады?

— Уақыт өте келе өзгеретін қарым-қатынасты қалай сақтауға болады?

3. Қорытынды

- Сіздің ойыңызша, шынайы достықтың негізгі тіректері қандай?
- Өз өміріңізден немесе өзіңіз байқаған жағдайдан қысқаша мысал келтіріңіз.
- Достықты сақтау үшін адам күнделікті не істей алады?

Сөйлеуде қолданыңыз

- тыңдайды
- түсінеді
- сенеді
- қолдайды
- құрметтейді
- келісімге келеді
- сақтайды

Тірек сөздер

- менің ойымша...
- ең алдымен...
- сонымен қатар...
- бір жағынан...
- екінші жағынан...
- алайда...
- сондықтан...
- осының нәтижесінде...
- қажет болған жағдайда...
- қорытындылай келе...

Сөйлеудің логикалық өзегі

Мен үшін достық нені білдіреді?

↓

Адамды қалай түсінемін?

↓

Сенім қалай қалыптасады?

↓

Қажет болған жағдайда бір-бірімізді қалай қолдаймыз?

↓

Пікіріміз сәйкес келмесе, не істейміз?

↓

Бір-біріміздің көзқарасымызды қалай құрметтейміз?

↓

Ортақ келісімге қалай келеміз?

↓

Қарым-қатынасты қалай сақтаймыз?

Мен енді.../ Теперь я могу...

Осы модульден кейін мен:

- жаңа ортадағы адамдарды мұқият тыңдап, олардың ойын түсіне аламын;
- басқа адамның көзқарасын түсініп, өз пікірімді құрметпен жеткізе аламын;
- өзара сенімнің қалай қалыптасатынын түсіндіре аламын;
- қиын жағдайда досыма немесе жақын адамыма қолдау көрсете аламын;
- өз пікіріммен келіспейтін адамның көзқарасын құрметтей аламын;

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.