



“СЕРГЕК ЖАШОО”
ТЕМАСЫНДА
КЛАССТЫК СААТТАРДЫ
ӨТКӨРҮҮДӨ (УЮШТУРУУДА)
ВИДЕОРОЛИКТЕРДИ
ПАЙДАЛАНУУ ҮЧҮН
КОЛДОНМО

И. АРАБАЕВ АТЫНДАГЫ КЫРГЫЗ МАМЛЕКЕТТИК УНИВЕРСИТЕТИ

**“Сергек жашоо” темасында класстык сааттарды
өткөрүүдө (уюштурууда) видеороликтерди
пайдалануу үчүн колдонмо**

(“6-11-класстарда сергек жашоо темасында класстык сааттарды өткөрүү
боюнча иштелмелер” мугалимдер үчүн методикалык колдонмого
кошумча материалдар)

БИШКЕК, 2019-ЖЫЛ

Пособие по использованию видеороликов при проведении классных часов по здоровому образу жизни (дополнительные материалы к Методическому руководству для учителя «Разработки классных часов по здоровому образу жизни для учащихся 6-11 классов»)

Под редакцией Г. Абдылдаевой.

Составители Р. А. Кутанова, В. А. Горкина – Бишкек, 2017.

Издание второе. Бишкек, 2019.

Рецензенты пособия:

Калдыбаев Салидин Кадыркулович, Заместитель министра образования и науки Кыргызской Республики, доктор педагогических наук, профессор

Дуйшеева Назира Кубанычбековна, директор Республиканского института повышения квалификации и переподготовки педагогических работников при Министерстве образования и науки Кыргызской Республики, доктор педагогических наук, профессор

Данное пособие разработано и издано в 2017 г. в сотрудничестве с ИИТО ЮНЕСКО в рамках Региональной программы технической помощи ЮНЭЙДС при финансовой поддержке Российской Федерации.

Второе издание пособия осуществлено в 2019 г.

Тираж предназначен для бесплатного распространения среди работников образования.

Названия, использованные в данной публикации, и представленные в ней материалы не являются выражением мнения ЮНЕСКО или ЮНЭЙДС относительно правового статуса какой-либо страны, территории, города или района, или их соответствующих органов управления, равно как и линий разграничения или границ.

Сведения и мнения, содержащиеся в данной публикации, являются авторскими и не обязательно отражают точку зрения ЮНЕСКО и ЮНЭЙДС.

Мазмуну

Киришүү

Видеороликтерди пайдалануу менен класстык сааттарды өткөрүү боюнча сунуштамалар

1-тема	Өспүрүм курактын өзгөчөлүктөрү	
Видеоролик	<i>Өспүрүм куракта эмне үчүн кыйынчылыктар көп?</i>	
Класстык саат	Өспүрүм курак	7-класс
2-тема	“Жыныс”, “гендер” жана “гендердик теңчилик” жөнүндө түшүнүктөр	
Видеоролик	<i>Эркектер аялдардан эмнеси менен айырмаланат?</i>	
Класстык саат	(А) Жыныстык жетилүү жана гендер (Б) «Гендер» деген кызыктуу сөз	8-класс
3-тема	Психоактивдүү заттарды (ПАЗ) колдонууну алдын алуу	
Видеороликтер	<i>Ичкилик ичкенде эмне үчүн чылым чегешет?</i> <i>Баңги заттардын таасири кандай?</i>	
Класстык саат	Чылым чеккендерди алдоо Кимди күнөөлөйбүз, эмне кылабыз? “Колдо барды баалабай, өкүнгөндөн не пайда” «Көңүл бургула! Кооптуу адамдардын чөйрөсү» Пиво туткуну Психоактивдүү заттарды колдонуу (ПАЗ) Көз карандылык коркунучу	7-класс 8-класс 9-класс 10-класс
4-тема	Чечим кабыл алуу жана көрсөтүлгөн кысымга каршы туруу	
Видеоролик	<i>Эмне үчүн көңүлгө жакпаган нерселер менен алектенебиз?</i>	
Класстык саат	Тобокелчиликтер жана жүрүм-турум «Кечки шаан-шөкөттүн падышасы»	9-класс 11-класс
5-тема	Сүйүү жана сексуалдык мамилелер	
Видеороликтер	<i>Өзүңдүн теңиңди кантип табасын?</i> <i>Биринчи жолу качан болуш керек?</i>	
Класстык сааттар	Сүйүү жөнүндө маектешебиз Жыныстык мамилелер	8-класс

Жоопкерчиликтүү жүрүм-турум

Эрте жашта түзүлгөн нике. Ала качуу **9-класс**

Өспүрүм куракта бойго бүтүү, жоопкерчилик жана тандоо

Сексуалдуулук. Сексуалдуулук деген эмне? **10-класс**

6-тема	Репродуктивдүү саламаттык жана контрацепция (бойго бүтүүдөн сактануу)	
Видеоролик	<i>Контрацептивдерди кантип тандоо керек?</i>	
Класстык саат	Үй-бүлөнү пландаштыруу Өспүрүм куракта бойго бүтүү, жоопкерчилик жана тандоо	9-класс
7-тема	АИВ – (Адамдын иммунодефицит оорусу)	
Видеоролик	<i>Ваня Пуговкиндин табышмактуу окуясы</i>	
Класстык саат	АИВ ооруларын алдын алуу Өспүрүмдүн репродуктивдүү саламаттыгы Репродуктивдүү курак жана укуктар Психоактивдүү заттарды колдонуу (ПАЗ) Адамдын иммунодефицит оорусу (АИВ), Иммундук жетишсиздик оору синдрому (ИЖОС) жана коом	8-класс 9-класс 10-класс 11-класс
8-тема	Инсандар аралык мамилелер жана чыр-чатактарды чечүү	
Видеоролик	<i>Ачууну сыртка чыгаруу пайдалуубу?</i>	
Класстык сааттар	Зордук-зомбулуктан кантип коргонуу керек? Чыр-чатаксыз жашоону үйрөнөбүз Сезимдер дүйнөсүндө Сабырдуу мамилелер “Кечки шаан-шөкөттүн падышасы”	7-класс 8-класс 9-класс 11-класс
9-тема	Кибербуллинг	
Видеоролик	<i>Бузукуларга кантип каршы туруу керек?</i>	
Класстык сааттар	Зордук-зомбулуктан кантип коргонуу керек? Чыр-чатаксыз жашоону үйрөнөбүз Сезимдер дүйнөсүндө Сабырдуу мамилелер	7-класс 8-класс 9-класс

Видеороликтердеги колдонулган терминдердин сөздүгү

Киришүү

Бул колдонмо жалпы билим берүү мекемелеринин педагогикалык кызматкерлерине (класс жетекчилерге, предметтик мугалимдерге) төмөнкүдөй негизги темаларды камтыган билим берүүчү видеороликтерди пайдалануу менен сергек жашоо боюнча класстык сааттарды өткөрүүгө көмөк көрсөтүү максатында иштелип чыккан:

- (1) өспүрүм курактын өзгөчөлүктөрү
- (2) "жыныс", "гендер" жана "гендердик теңчилик" жөнүндө түшүнүктөр
- (3) ПАЗды колдонууну алдын алуу
- (4) курдаштардын кысымына каршы чечим кабыл алуу жана каршылык көрсөтүү
- (5) сүйүү жана жыныстык мамилелер
- (6) репродуктивдүү саламаттык жана контрацепция
- (7) АИВ-инфекциясын алдын алуу
- (8) Инсандар аралык мамиле жана чыр-чатактарды чечүү
- (9) троллинг жана кибербуллинг

Берилген темалар “Сергек жашоо эксперименталдык программасынын” беш негизги модулдук жана эки кайчылаш темаларына ылайыкташтырылып, Кыргыз Билим берүү академиясынын окумуштуулар кеңешинин чечими менен Кыргыз Республикасынын Билим берүү жана илим министрлиги тарабынан республиканын бардык билим берүү мекемелеринде ишке ашыруу үчүн сунуш кылынат:

- Сенин саламаттыгың жана укуктарың
- Өзүн-өзү таануу жана жоопкерчиликтүү жүрүм-турум
- ПАЗ. Түнт мүнөз
- АИВди жана ИЗОЖду алдын алуу
- Жыныстык жана репродуктивдүү саламаттык, укуктар
- Зордук-зомбулукту алдын алуу
- Гендердик теңчилик

"Сергек жашоо" пилоттук программасы 6-11-класстар арасында модулдук жана кайчылаш темалар боюнча бир нече класстык сааттарды өткөрүүнү камсыз кылат. Демек, ар бир билим берүүгө ылайыкталган видеоролик ар башка класстарда, ар түрдүү темалар боюнча бир нече класстык сааттын ичинде колдонулат.

Аталган видеороликтер ЮНЕСКОнун билим берүүдөгү маалымат технологиялары институтунун өтүнүчү менен Чыгыш Еропа жана Борбор Азия өлкөлөрүндө сергек жашоо боюнча өспүрүмдөр менен иш алып барууда, АИВ ооруларын алдын алуу максатында пайдаланылат (көрсөтүлөт). Бул видеороликтерде кыйынчылык туудурган нерселер кызыктуу жана өзүнө тарта турган формада берилет. Роликтер насыяттуу (үлгү болгудай), акыл айтуучулук, таамай жана өтө зарыл болгон кеңештерди, ар кандай кырдаалдагы жүрүм-турум, тыюу салууларды камтыбайт жана өспүрүмдөргө көрсөтүлгөндөн кийин, алардын тескери таасирленип кетүүсүн алдын алат. Ар бир көрсөтүлгөн роликтер фактыларды жана илимий маалыматтарды чагылдыргандыктан көрүүчүлөрдү акырындык менен сергек жашоого үндөйт. Аудиториянын көңүлүн буруу жана мазмунун жеткирүү максатында роликтердин оптималдуу

узактыгы 4-5 мүнөттү түзөт, жөнөкөй жана заманбап стилде, өспүрүмдөргө кабыл алууга жеңил тилде иштелип чыккан. Жаштар арасында абдан популярдуу. "Научпок" студиясынын роликтери орус тилинде YouTube тармагында үч миллиондон ашуун жолу көрүлгөн, мындай көрүүлөр роликтин эффективдүүлүгүн тастыктайт.

Роликтер орус тилинде Бишкек, Ош, Каракол, Балыкчы, Кара-Суу шаарларынын орто мектептеринин 7-11-класстар арасында, мугалимдерге жана сергек жашоо боюнча улуттук жана регионалдык эксперттерге көрсөтүлүп, жакшы баа берилгенден кийин кыргыз тилине которулган. Кыргыз Республикасынын коомдук-маданий контекстинде колдонууга болот.

Бул, “6-11-класстар үчүн сергек жашоо боюнча класстык сааттардын иштелмелери” методикалык колдонмого кошумча материал. Мугалимдер үчүн түзүлгөн жана жогоруда аталган практикалык сунуштамалар бөлүгүн толуктайт.

Видеороликтердин колдонулушу сергек жашоо боюнча класстык саатарды өтүүгө таасирдүү өбөлгө түзөт жана жашоодогу ар кандай кырдаалдарды чагылдырып берүү аркылуу окуучулардын сабакка болгон кызыгуусун арттырат. Талкууга окуучулардын активдүү катышкандыгы сабактын эффективдүүлүгүн күчөтөт.

Видеороликтерге тиркелген пайдалануу боюнча методикалык сунуштамалар жана эксперттик корутунду Билим берүү жана илим министрлигинин сайтындагы (<http://edu.gov.kg>) «Мугалим» бөлүмүнө («Сergек жашоону калыптандыруу» бөлүмчөсү).

Видеороликтердин жардамы менен класстык сааттарды уюштуруу боюнча сунуштамалар

Тема 1. Өспүрүм курактын өзгөчөлүктөрү

“Эмне үчүн өспүрүм болуу кыйын?” бул тема видеоролик аркылуу берилет.

Видеороликти 7-класстарда төмөнкү темадагы класстык саатты өткөрүү үчүн пайдаланса болот: “Өспүрүм курак”.

Видеороликти колдонуу үчүн сунуштамалар

Класстык саат	Өспүрүм курак. 7-класс
Класстык саатты өткөрүүнүн баскычтары	Киришүү. “Өспүрүм курак деген эмне?” мээге чабуул ыкмасында.
Көрүүгө шыктандыруу	Мугалим окуучулардан эмне үчүн өспүрүм курак татаал жана өспүрүмдөр кандай кыйынчылыктарга кабылышаарын атап берүүнү өтүнөт. Окуучулар кыйынчылыктардын келип чыгышын болжолдуу түрдө айтып беришет. Видеороликти көрүү сунушталат.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? Кандай жаңы маалыматтарды алышты? Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани- маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиңер? • Чоңдор менен пикир келишпестиктердин жана өзүңөргө болгон нааразычылыктардын себеби эмнеде деп ойлойсуңар? • Жөндөмүңөргө, күчүңөргө, өзүңөргө тартууда ишенбөөчүлүк жараткан сезимдер кайдан пайда болот? • Эмне үчүн өспүрүмдөр башка бирөөлөрдүн сөзүнө бат ишенип, берилип кетишет? • Эмне үчүн өспүрүмдөргө эмоцияларын жана каалоолорун башкаруу кыйын? Эмне үчүн өспүрүмдөр көп учурда ойлонбой туруп ар кандай иш-аракеттерди жасашат жана алардын кесепеттери тууралуу ой жүгүртүшпөйт?
Талкууну жыйынтыктоо	Сабактын жыйынтыгында окуучулар: “чырдуу мамиле жана импульсивдүү жүрүм-турум өспүрүм курактагы кыйынчылыктарды жеңүүгө жардам береби” деген суроого кыскача жооп беришет.

Тема 2. “Жыныс”, “гендер” жана “гендердик теңчилик” жөнүндөгү түшүнүктөр

“Эркектер аялдардан эмнеси менен айырмаланат?” бул тема видеоролик аркылуу берилет.

Видеороликти 8-класста төмөндөгү темалар боюнча класстык сааттарды өткөрүүдө пайдаланса болот: (А) “Жыныстык жетилүү жана гендер”, (В) “Гендер” деген кызыктуу сөз.

Видеороликти колдонуу үчүн сунуштамалар

Класстык саат	(А) “Жыныстык жетилүү жана гендер”. 8-класс
Класстык саатты өткөрүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 5-кадам, “Гендердик стереотиптер” баалоочу көнүгүүлөр менен иштөө.
Көрүүгө шыктандыруу	<p>Көнүгүүлөрдү аткарып бүткөндөн кийин, мугалим, кээ бир адамдар аялдарда эркектерге түшүнүүгө мүмкүн болбогон өзгөчө логика бар деп эсептешет, аялдар сезимталдуулугу менен эркектерден айырмаланышат, ал эми эркектер рационалдуу келишет – себеби эмнеде?</p> <p>Мындай далилдерге объективдүү себептер барбы?, бар болсо аял менен эркектин мээсинин көлөмүндө, түзүлүшүндө жана иштешинде айырмачылыктар барбы?</p> <p>Видеороликти көрүү сунушталат.</p>
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	<p>Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт.</p> <p>Мугалим суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы маалыматтарды алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? <p>Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани- маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиңер? • Эркектер менен аялдардын мээсинин көлөмү жана иштеши аркылуу алардын жүрүм-турумунун жана акыл-эсинин жөндөмдүүлүгүн аныктоого мүмкүнбү? • Окумуштуулардын далилдерине ылайык, эркек менен аялдын “эркек” же “аял” жынысына жараша мээ түзүлүшү 8 пайыз гана айырмаланат, чынбы?
Талкуунун жыйынтыгы	<p>Өтүлгөн сабакты жыйынтыктоо, гендердик стереотип кайдан келип чыкты жана эмне үчүн гендердик дискриминация (теңсиздик) келип чыккан?</p> <p>6-кадам – кыскача лекциялар.</p> <p>Талкуунун жыйынтыгында окуучулар гендердик-теңчиликтин оң жактары менен тааныш болушат.</p>

Видеороликтн колдонуу үчүн сунуштамалар

Класстык саат	(Б) “Гендер” бул кызык сөз. 8-класс
Класстык саатты өткөрүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 3-кадам, “Баарлашуу”.
Көрүүгө шыктандыруу	Эркектердин жана аялдардын коомдогу ролу тууралуу баарлашкандан кийин, окуучуларга берилүүчү суроо: эркек менен аялдын төрөлгөндөн тарта, аларга тиешелүү болгон коомдогу ролу? Окуучулар кыскача айтып беришет. Эркек менен аялдын мээсинин түзүлүшү жана иштеши боюнча айырмачылыктар барбы, бар болсо эмнеси менен айырмаланышат? Видеороликтн көрүү сунушталат.
Видеороликтн көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы маалыматтарды алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани- маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиңер? • Эркек менен аялдын мээсинин көлөмүнүн, иштөө функциясынын негизинде алардын жүрүм-турумунда, интеллектуалдык мүмкүнчүлүктөрүндө айырмачылыктар бар деп айтууга болобу? • Окумуштуулардын далилдерине ылайык, эркек менен аялдын “эркек” же “аял” жынысына жараша мээ түзүлүшү 8 пайыз гана айырмаланат, чынбы?
Талкууну жыйынтыктоо	“Эркек” менен “аялдын” коомдогу ролу жөнүндөгү “гендердик стереотиптер” деген талаш жараткан түшүнүк кайдан пайда болду? Талкуунун жыйынтыгында окуучулар гендердик теңчиликте колдошуп, гендердик басмырлоого жол бербөө керектигин билишет. 4-кадам - көнүгүүлөрдү аткаруу.

Тема 3. Психоактивдүү заттарды (ПАЗ) колдонууну алдын алуу

“Эмне үчүн ичимдик ичкенден кийин чылым чегешет?” жана “Баңги заттар кандай таасир этет?” бул темалар видеоролик аркылуу ачылып берилет

Видеороликти төмөндөгү темалар боюнча класстык сааттарды өткөрүүдө пайдаланса болот:

- “Чылым чеккендерди алдоо”, “Кимди күнөөлөйбүз, эмне кылабыз?” 7-класста
- “Колдо барды баалабай, өкүнгөндөн не пайда?” жана “Көңүл бургула! Кооптуу адамдардын чөйрөсү” 8-класста
- “Пиво туткуну” 9-класста
- ”ПАЗды колдонуу” жана “Көз карандылык коркунучу” 10-класста.

“Баңги заттар кандай таасир этет?” Видеороликти колдонуу үчүн сунуштамалар

Класстык саат	“Чылым чеккендерди алдоо”. 7-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 4-кадам, “Себебин аныктаганды үйрөнөм” ойлонуу үчүн көнүгүүлөр.
Көрүүгө шыктандыруу	Насвай колдонуунун себептерин талкуулагандан кийин, окуучуларга берилүүчү суроо: насвай – баңги заттын бир түрү жана эмне үчүн адамдар баңги заттарды колдонушат? Окуучулар берилген суроолордун үстүндө ой жүгүртүшөт. <ul style="list-style-type: none"> • Баңги зат деген эмне? • Баңги зат адамдын ден-соолугуна кандай таасир этет? Видеороликти көрүү сунушталат.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы маалыматтарды алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиздер? • Баңги зат адамдын ден-соолугуна кантип таасир этет? • Эмне үчүн баңги зат бардык ооруларга дары катары сатылып келген? • Баңги затты колдонуу адамдын ден-соолугуна зыянбы?
Талкууну жыйынтыктоо	Баңги затты (насвайды) колдонуунун себептери кайдан келип чыкты? Сабак жыйынтыкталат.

“Ичкилик ичкенде эмне үчүн чылым чегишет?” Видеороликти колдонуу үчүн сунуштамалар

Класстык саат	“Кимди күнөөлөйбүз, эмне кылабыз?” 7-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 4-кадам – “Сезимдер” көнүгүүлөрдү аткаруу.
Көрүүгө шыктандыруу	Окуучулар көнүгүүлөрдү аткарып бүткөндөн кийин, адамдарды ичимдик ичүүгө түрткү болгон себептерди атап беришет Видеороликти көрүү сунушталат.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет. <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиңер? • Ичимдик адамдын организmine кандай таасир этет? • Никотин адамдын организmine кандай таасир этет? • Эмне үчүн адамдар ичимдик ичкенден кийин чылым чеккиси келет? • Ашыкча чылым чегүү жана ичимдикти колдонуу эмнеге алып келет?
Талкууну жыйынтыктоо	“Чылым чегүү жана ичимдик ичүү – ден-соолукка зыян”, 5-кадам, топтордо иштөө.

“Баңги заттардын таасири кандай?” Видеороликти колдонуу үчүн сунуштамалар

Класстык саат	“Колдо барды баалабай, өкүнгөндөн не пайда”. 8-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 4-кадам, “Баңги затты колдонууда физикалык жана психологиялык жактан көз каранды болуп калуу” талкуу.
Көрүүгө шыктандыруу	”Баңги зат” термининин келип чыгышы жана көз карандылык. Эмне үчүн адамдар баңги затты колдонушат? Окуучулар берилген суроонун үстүндө ой-жүгүртүшөт. Видеороликти көрүү сунушталат.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсинер? • Эмне үчүн баңги зат бардык ооруларга дары катары сатылып келген? • Баңги зат адамдардын организмине кандай таасир этет? • Баңги зат адамдын ден-соолугуна коркунуч алып келүүсүнүн себеби? • Баңги заттарды колдонуу эмнеге алып келет?
Талкууну жыйынтыктоо	Эмне үчүн адамдар баңги заттарды колдонушат жана аларды колдонуу эмнеге алып келет? 5-кадам, көнүгүүлөр менен иштөө. Окуучулар берилген суроонун үстүндө ой-жүгүртүшөт.

“Баңги заттардын таасири кандай?” Видеороликти колдонуу үчүн сунуштамалар

Класстык саат	“Көңүл бургула! Коркунучтуу адамдардын чөйрөсү”. 8-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 1-кадам, Кара куурай (каннабис) жөнүндө баян.
Көрүүгө шыктандыруу	Кара куурай деген эмне, аны колдонуу эмнеге алып келет? Окуучулар эмне үчүн адамдар баңги заттын ар кандай түрлөрүн колдонушаары жөнүндө ой жүгүртүшөт. Видеороликти көрүү сунушталат.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсизер? • Эмне үчүн баңги зат бардык ооруларга дары катары сатылып келген? • Баңги зат адамдардын ден-соолугуна кандай таасир этет? • Баңги зат адамдын ден-соолугуна коркунуч алып келүүсүнүн себеби? • Баңги зат адамдын организмдин кантип “өзүнө көндүрөт” жана көз карандылыкты пайда кылат? • Баңги заттарды колдонуу эмнеге алып келет?
Талкууну жыйынтыктоо	Эмне үчүн адамдар баңги заттарды колдонушат жана аларды колдонуу эмнеге алып келет? 2-кадам, “Аягы жок сунуш” көнүгүүлөр менен иштөө.

“Ичкилик ичкенде эмне үчүн чылым чегишет?” Видеороликти колдонуу үчүн сунуштамалар

Класстык саат	«Пиво туткуну». 9-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 3-кадам, “Кадимки арифметика” кыскача лекциялар.
Көрүүгө шыктандыруу	Алкоголдук ичимдиктердин аркасында адамдын организминде келип түшкөн алкогольду эсептөө боюнча көнүгүүлөрдү аткарып, суроого жооп бергиле. Алкоголду колдонууга эмне түрткү болот? Окуучулар берилген суроонун үстүндө ой-жүгүртүшөт Видеороликти көрүү сунушталат.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиңер? • Алкоголь адамдын организминде кандай таасир этет? • Никотин адамдын организминде кандай таасир этет? • Эмне үчүн адамдар ичкилик ичкенде чылым чегишет? • Чылым чегүү жана алкогольду ашыкча колдонуу эмнеге алып келет?
Талкууну жыйынтыктоо	Эмне үчүн “чылым чегүү жана ичкилик ден соолукка зыян?” Ичимдиктен баш тартуунун жолдору жөнүндө талкуулоо.

“Баңги заттар кандай таасир этет?” Видеороликти колдонуу үчүн сунуштамалар

Класстык саат	ПАЗды колдонуу. 10-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 1-кадам, жуп-жуп болуп иштөө.
Көрүүгө шыктандыруу	“ПАЗдын кесепеттери ”таблицасын толтурушат. Эмне үчүн адамдар баңги затты колдонгондун кесепеттерин билип туруп, анын ар кандай түрлөрүн колдонушат? Окуучулар берилген суроонун үстүндө ой-жүгүртүшөт. Видеороликти көрүү сунушталат.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиңер? • Эмне үчүн баңги заттар бардык ооруларга дары катары сатылып келген? • Баңги заттар адамдын организмине кандай таасир этет? • Баңги зат адамдын ден-соолугуна коркунуч алып келүүсүнүн себеби? • Эмне үчүн 1 жолу баңги затты колдонгондон кийин, андан баш тартуу кыйын? • Баңги затты колдонгон адам өзгөрөбү? Аны жана анын жакындарын кандай кыйынчылыктар күтүп турат?
Талкууну жыйынтыктоо	Эмне үчүн адамдар баңги заттарды колдонушат жана аны колдонуу эмнеге алып келет? 2-кадам, “ПАЗды колдонуу жана АИВ” кыскача лекциялар.

“Баңги заттар кандай таасир этет?” Видеороликтин колдонуу үчүн сунуштамалар

Класстык саат	Көз карандылык пайда болуу коркунучу. 10-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 2-кадам, жуп-жуп болуп иштөө.
Көрүүгө шыктандыруу	Баңги затка көз карандылык тууралуу кыскача лекция. “Көз карандылыкты сезүү” жөнүндөгү талкуу. Эмне үчүн адамдар баңги заттын кесепеттерин билип туруп, баары бир анын ар кандай түрлөрүн колдонушат? Видеороликтин көрүү сунушталат.
Видеороликтин көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиңер? • Баңги заттар адамдын организмине кандай таасир этет? • Баңги зат адамдын ден-соолугуна коркунуч алып келүүсүнүн себеби? • Эмне үчүн адамдын организми жана мээси баңги затка азгырылат, туруктуу көз карандылык пайда болот, кантип.. Эмне үчүн бир эле жолу колдонгондон кийин андан баш тартуу кыйын? • Баңги затты колдонгон адам өзгөрөбү? Анда жана анын жакындарында кандай кыйынчылыктар пайда болот?
Талкуунун жыйынтыгы	Эмне үчүн адамдар баңги заттарды колдонушат, аларды колдонуу эмнеге алып келет? 3-кадам, “Чындыкты бурмалап кабылдоо” – талкуу.

Тема 4. Чечим кабыл алуу жана курдаштардын басмырлоосуна туруштук берүү

“Эмне үчүн көңүл каалабаган нерсе менен алектенебиз?” бул тема видеоролик аркылуу ачылып берилет.

Видеороликти төмөндөгү темалар боюнча класстык сааттарды өткөрүүдө пайдаланса болот:

- “Жүрүм-турум жана тобокелчиликтер” 9-класста
- “Кечки шаан-шөкөттүн падышасы» 11-класста.

Видеороликти колдонуу үчүн сунуштамалар

Класстык саат	Жүрүм-турум жана тобокелчиликтер. 9-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 2-кадам, “Эки анжы жүрүм-турумдун себептери” мээге чабуул ыкмасында.
Көрүүгө шыктандыруу	Эки анжы жүрүм-турумдун себептери жөнүндөгү мээге чабуул ыкмасынын жүрүшүндө окуучулар кийинкидей себептерди аташат: артка чегинүүнү билбегендик, “жок” деп айта албагандык, чындыгында эмнелерге каалосу жок, курдаштардын тобунда болууну каалоо, тааныштарынын пикирлеринен көз карандылык, туурамчылык. Мугалим башка бирөөлөрдүн таасири астында каалабан жүрүм-турумдун себептерин аныктоону сунуштайт. Видеороликти көрүүнү сунуштайт.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? Кандай жаңы нерселерди алышты? Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? <p>Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиңер? • Адамдар канчалык деңгээлде башка бирөөлөрдүн пикиринен (оюнан) көз каранды? • Эмне үчүн көп учурда башкалардын пикирине кошулбоо кыйынга турат? • Эмне үчүн кээ бир учурларда башка бирөөлөрдүн пикири менен багытталбай өзүңө ишенүү зарыл? • Өзүңдөн күмөн санабай, тубаса сезиминди куулукка салып, салмактуу чечим кабыл алуу үчүн эмне кылуу керек?
Талкууну жыйынтыктоо	Топтордун басмырлоосунун (тааныштардын таасири, достордун таасири) себеби эмнеде экендигин жалпылоо. 3-кадам, окуучулар өз алдынча салмактуу жыйынтык чыгаруунун маанилүүлүгүн түшүнүшөт.

Видеороликтн колдонуу үчүн сунуштамалар

Класстык саат	“Кечки шан-шөөкөттүн падышасы”. 11-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 3-кадам, “Кадам артынан кадам” ролдуу оюндар.
Көрүүгө шыктандыруу	Ишеничтүү жүрүм-турумга багытталган машыгуудан кийин, мугалим, башка жагдайлар туурасында, башкача айтканда ишеничтүү жүрүм керек болгон учурда, өзгөчө “жок” деп айтканды билүү, өзүндүн позициянды бербөө, чечим кабыл алып, ага карай бет алуу, курдаштардын басмырлоосуна каршы туруу боюнча ойлонууну сунуштайт.
Видеороликтн көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	<p>Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт.</p> <p>Мугалим суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? <p>Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиңер? • Адамдар канчалык деңгээлде башка бирөөлөрдүн пикиринен (оюнан) көз каранды? • Эмне үчүн көп учурда башкалардын пикирине кошулбоо кыйынга турат? • Эмне үчүн кээ бир учурларда башка бирөөлөрдүн пикири менен багытталбай өзүңө ишенүү зарыл? • Өзүңдөн күмөн санабай, тубаса сезиминди куулукка салып, салмактуу чечим кабыл алуу үчүн эмне кылуу керек?
Талкууну жыйынтыктоо	<p>Курдаштар тарабынан тескери басмырлоого моюн сунуу жана жеке позициясын сактап калуу тууралуу кыскача жыйынтыктоо.</p> <p>4-кадам, “Мактоо жана мактоолорду кабыл алуу” көнүгүүлөр менен иштөө.</p>

Тема 5. Сүйүү жана сексуалдык мамилелер

“Өзүңдүн теңиңди кантип табасын?”, “Биринчи жолу качан болуш керек?” бул темалар видеоролик аркылуу ачылып берилет.

Видеороликти төмөндөгү темалар боюнча класстык сааттарды өткөрүүдө пайдаланса болот:

- “Сүйүү жөнүндө маектешели”, “Жыныс мамилелери” жана “Жоопкерчиликтүү жүрүм-турум” 8-класста
- “Эрте курактагы нике. Ала качуу” жана “Өспүрүм курактагы бойго бүтүү, жоопкерчилик жана тандоо” 9-класста
- ”Сексуалдуулук бул эмне?” 10-класста.

“Теңиңди кантип табасын?” видеоролик аркылуу ачылып берилет

Класстык саат	“Сүйүү жөнүндө маектешибиз”. 8-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 3-кадам, өз ара мамилени моделдөө боюнча жуп-жуп болуп иштөө.
Көрүүгө шыктандыруу	<p>Окуучулардын топ ичинде “Кыздар” жана “Балдар” арасындагы аларга жаккан карама-каршы жыныстардын мүнөздөрүнүн өзгөчөлүктөрү жөнүндө маектеринен кийин, бири-бирине көрсөтүүчү көңүл бөлүүнүн ар түрдүү белгилери тууралуу мугалим суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Жашоодо чыныгы сүйүү бир эле жолу келиш керекпи, кандай ойлойсуңар? Теңиңди кантип табуу керек? <p>Видеоролик көрүүнү сунуштайт.</p>
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	<p>Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? Кандай жаңы нерселерди алышты? Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? <p>Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Жан дүйнө жакындыгы деген байланыш барбы, кандай ойлойсуңар? • “Ар бирибизде уникалдуу жан дүйнө жакындыгы бар, аны көздөн эле билип койсо болот” деген тезис туура деп санайсыңарбы? • “Эки тең бир бүтүн боло алат” деген сүйлөмдү кандай түшүнөсүңөр? • Жакын адамды тандоодо “жүрөк менен гана эмес, акыл менен дагы тандоо керек” дегендик эмнени билдирет? • Эмне үчүн сүйүү жана камкордук гана адамдарды жакындаштырат?
Талкууну жыйынтыктоо	<p>Эмне үчүн үй-бүлөөнүн жана жетишкендиктин негизи сүйүү жана камкордук болуп саналат. Кыскача баян.</p> <p>4-кадам, “Сүйүү тууралуу эскермелер”.</p>

“Теңинди табууга болобу?” видеороликти колдонуу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	Эрте жаштагы нике. Ала качуу. 9-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 3-кадам, “эркин микрофон” форматындагы эрте жаштагы нике тууралуу ой бөлүшүү.
Көрүүгө шыктандыруу	Эрте жаштагы никенин себептерин талкуулап, ойлорун билдиргенден кийин мугалим, талкууну жалпылап, кыскача жыйынтык чыгарат: никеге туруу өз эрки менен, түшүнүү менен жана салмактуу чечимдин негизинде болуш керек. Никенин негизи бул эки жактуу сүйүү. Суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • “Өзүндүн теңинди “, сага жаккан, жашоонду аны мене бирге алып кете турган адамды кантип табуу керек? Видеоролик көрүүнү сунуштайт.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Жан дүйнө жакындыгы деген байланыш барбы, кандай ойлойсуңар? • “Ар бирибизде уникалдуу жан дүйнө жакындыгы бар, аны көздөн эле билип койсо болот” деген тезис туура деп санайсыңарбы? • “Эки тең бир бүтүн боло алат” деген сүйлөмдү кандай түшүнөсүңөр? • Жакын адамды тандоодо “жүрөк менен гана эмес, акыл менен дагы тандоо керек” дегендик эмнени билдирет? • Эмне үчүн сүйүү жана камкордук гана адамдарды жакындаштырат?
Талкууну жыйынтыктоо	Эмне үчүн үй-бүлөөнүн бактылуулугу жана жетишкендиктин себеби бул сүйүү жана камкордук экенинин жалпылап, кыскача жыйынтыктоо. 4-кадам, Ала качуу жөнүндө талкуу. Топтордо иштөө.

“Теңиңди табууга болобу?” видеороликти колдонуу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	Сексуалдуулук. Сексуалдуулук деген эмне? 10-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 4-кадам, “Мен сүйүүгө кабылдым” оюн түрүндөгү көнүгүүлөр.
Көрүүгө шыктандыруу	<p>Окуучулар эки адамдын жолугушуусун, сүйүүгө кабылгандарын жана бири-бирисиз жашай албай тургандыгын оюн менен көрсөтүп, талкуулагандан кийин мугалим талкууну жалпылап, суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Адам өзүнүн теңин, жактырган адамын тапканын жана аны менен өзүнүн жашоосун байланыштырганын кантип байкоого болот? <p>Видеоролик көрүүнү сунуштайт.</p>
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	<p>Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? <p>Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Жан дүйнө жакындыгы деген байланыш барбы, кандай ойлойсуңар? • “Ар бирибизде уникалдуу жан дүйнө жакындыгы бар, аны көздөн эле билип койсо болот” деген тезис туура деп санайсыңарбы? • “Эки тең бир бүтүн боло алат” деген сүйлөмдү кандай түшүнөсүңөр? • Жакын адамды тандоодо “жүрөк менен гана эмес, акыл менен дагы тандоо керек” дегендик эмнени билдирет? • Эмне үчүн сүйүү жана камкордук гана адамдарды жакындаштырат?
Талкууну жыйынтыктоо	<p>Эмне үчүн үй-бүлөөлүк бактылуулуктун жана жетишкендиктердин негизи бул сүйүү жана камкордук экендигин жалпылап, кыскача жыйынтыктоо.</p> <p>5-кадам, “Өспүрүмдөрдү түйшөлткөн суроолор боюнча өз убагында маалымат алуусу тууралуу” мээге чабуул ыкмасында.</p>

“Биринчи жолу качан болуш керек?” Видеороликтерди колдонуу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	Жыныс мамилелери. 8-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 3-кадам, Жаштардын сексуалдуулукту түшүнүүсү жана ага болгон мамиленин пайда болушуна эмне түрткү бере тургандыгы жөнүндө талкуу.
Көрүүгө шыктандыруу	Мугалим талкууну жалпылап, коомдо сексуалдык мамилеге карата ченемдер жана эрежелер бар экендигин эскертет. Видеоролик көрүү сунушталат.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? Кандай жаңы нерселерди алышты? Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсинер? • Эмне үчүн кээ бир жаштар сексуалдык мамилени канча эрте баштап, тажрыйба топтосо, ошончо алар өзүн “кыйын” сезишет? Бул ойго макулсуңарбы? • “Эрте курактагы” сексуалдык мамиленин кесепеттери кандай болот? • “Жаштын макулдугу” деген эмнени билдирет? • Кандай ойлойсуңар, эмне үчүн көп өлкөлөрдө, анын ичинде Кыргызстанда 16 жашка толбогон, жашы жете элек жарандардын (өспүрүмдөрдүн) арасында сексуалдык мамиле куруу кылмыш деп эсептелинет жана мыйзам чегинде жазаланат? Эмне үчүн жашы жете электерге эрте курактагы никеге тыюу салынган? • Сексуалдык мамиледе “өзүңдүн жоопкерчилигинди сезе билүү” деген эмнени билдирет?
Талкууну жыйынтыктоо	Мугалим талкууну жыйынтыктап, окуучуларга эмне үчүн алгач сексуалдык мамилеге чейин улан-кыздар физиологиялык жактан гана эмес психологиялык жана социалдык жактан дагы жетилиши зарыл? – деген суроону берет. Сексуалдык мамиледе зордук-зомбулукка, мажбурлоого жол берилбеши керек жана жакын мамиленин негизи сүйүү, ишенич, бири-бирине болгон камкордук, үй-бүлөө курууга болгон каалоо болуп саналат.

Кыргыз Республикасынын кылмыш-жаза кодексинин 132-беренесине “Он алты жашка толо элек адам менен жыныстык катнашта болуу жана сексуалдык мүнөздөгү башка аракеттерди жасоо” ылайык, он алты жашка толо элек экендиги белгилүү болгон адам менен он сегиз жашка толгон адам жыныстык катнашта болгондо, бачабаздык же лесбиянчылык кылганда, - үч жылга чейинки мөөнөткө эркиндигинен ажыратууга жазаланат.

“Биринчи жолу качан болуш керек?” Видеороликтерди колдонуу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	Жоопкерчиликтүү жүрүм-турум. 8-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 1-кадам, Сексуалдык мамилени эрте куруу жана анын кесепеттерин талкуулоо, топтордо иштөө.
Көрүүгө шыктандыруу	Мугалим топтордун даярдаган презентацияларын жалпылап, видеоролик көрүүнү сунуштайт.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	<p>Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт.</p> <p>Мугалим суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? <p>Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиңер? • Эмне үчүн кээ бир жаштар сексуалдык мамилени канча эрте баштап, тажрыйба топтосо, ошончо алар өзүн “кыйын” сезишет? Бул ойго макулсуңарбы? • “Эрте курактагы” сексуалдык мамиленин кесепеттери кандай болот? • “жаштын макулдугу” деген эмнени билдирет? • Кандай ойлойсуңар, эмне үчүн көп өлкөлөрдө, анын ичинде Кыргызстанда 16 жашка толбогон, жашы жете элек жарандардын (өспүрүмдөрдүн) арасында сексуалдык мамиле куруу кылмыш деп эсептелинет жана мыйзам чегинде жазаланат? • Эмне үчүн жашы жете электерге эрте курактагы никеге тыюу салынган? • Сексуалдык мамиледе “өзүңдүн жоопкерчилигинди сезе билүү” деген эмнени билдирет?
Талкууну жыйынтыктоо	<p>Мугалим кыскача жыйынтыктап, эмне үчүн алгач сексуалдык мамилеге чейин уландар жана кыздар физиологиялык жактан гана эмес психологиялык жана социалдык жактан дагы жетилиши зарыл? – деген суроону берет.</p> <p>Сексуалдык мамиледе зордук-зомбулукка, мажбурлоого жол берилбеши керек жана жакын мамиленин негизи сүйүү, ишенич, бири-бирине болгон камкордук, үй-бүлөө курууга болгон каалоо болуп саналат.</p> <p>2-кадам, топтордо иштөө – “жок” деп айтканды үйрөнүү</p>

“Биринчи жолу качан болуш керек?” Видеороликтерди колдонуу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	Өспүрүм курактагы бойго бүтүү, жоопкерчилик жана тандоо. 9-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Киришүү. Мээге чабуул ыкмасында “Сексуалдык мамилелердин жаратылышы”, улан-кыздардын сексуалдык мамилелерге барууга түрткү болгон себептери жөнүндө талкуу.
Көрүүгө шыктандыруу	Мугалим талкууну жалпылап, коомдо сексуалдык мамилелерге карата ченемдер жана эрежелер бар экендигин эскертет. Видеоролик көрүүнү сунуштайт.
Видеороликте көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	<p>Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? Кандай жаңы нерселерди алышты? Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? <p>Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсинер? • Эмне үчүн кээ бир жаштар сексуалдык мамилени канча эрте баштап, тажрыйба топтосо, ошончо алар өзүн “кыйын” сезишет? Бул ойго макулсуңарбы? • “жаштын макулдугу” деген эмнени билдирет? • Кандай ойлойсуңар, эмне үчүн көп өлкөлөрдө, анын ичинде Кыргызстанда 16 жашка толбогон, жашы жете элек жарандардын (өспүрүмдөрдүн) арасында сексуалдык мамиле куруу кылмыш деп эсептелинет жана мыйзам чегинде жазаланат (Кылмыш-жаза кодексинин 132 беренесине ылайык, 3 жылга чейин эркинен ажыратуу жазасы каралган)? • Эмне үчүн жашы жете электерге эрте курактагы никеге тыюу салынган? • “Эрте курактагы” сексуалдык мамиленин кесепеттери кандай болот? • Сексуалдык мамиледе “өзүңдүн жоопкерчилигинди сезе билүү” деген эмнени билдирет?
Талкууну жыйынтыктоо	<p>Мугалим кыскача жыйынтыктап, эмне үчүн алгач сексуалдык мамилеге чейин улан-кыздар физиологиялык жактан гана эмес психологиялык жана социалдык жактан дагы жетилиши зарыл? – деген суррону берет. Сексуалдык мамиледе зордук-зомбулукка, мажбурлоого жол берилбеши керек жана жакын мамиленин негизи сүйүү, ишенич, бири-бирине болгон камкордук, үй-бүлөө курууга болгон каалоо болуп саналат.</p> <p>Негизги бөлүм. 1-кадам, топ ичинде талкуу, өспүрүм курактагы бойго бүтүү. Себептери жана кесепеттери.</p>

Тема 6. Репродуктивдүүлүк саламаттыгы жана контрацепция

(бойго бүтүүдөн сактануу)

“Контрацептивдерди кантип тандоо керек” бул тема видеоролик аркылуу ачылып берилет.

Видеороликти төмөндөгү темалар боюнча класстык сааттарды өткөрүүдө пайдаланса болот: “Үй-бүлөөнү пландаштыруу” жана “Өспүрүм куракта бойго бүтүү, жоопкерчилик жана тандоо” 9-класста.

“Контрацептивдерди кантип тандоо керек” Видеороликтерди колдонуу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	“Үй-бүлөөнү пландаштыруу”. 9-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Киришүү. 2-кадам, “Үй-бүлөөнү пландаштыруу” тууралуу талкуу.
Көрүүгө шыктандыруу	“Үй-бүлөөнү пландаштыруу” деген эмне? Контрацепциянын методдору жөнүндө видеороликти көрүүнү сунуштайт.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none">• Видеоролик кандай таасир калтырды?• Кандай жаңы нерселерди алышты?• Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none">• Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиздер?• Пландаштырылбаган бойго бүтүүнү алдын алуу жана ЖЖЖИни (жыныстык жол менен жугуучу инфекциялар) жуктуруп алуудан сактануунун ишенчиликтүү жолу кайсылар?• Контрацепциянын кандай методдору бар? Алар кандай таасир этет?• Перлдин индекси деген эмне?• Сактануучу каражаттардын кайсынысы абдан ишенчиликтүү (Перлдин эң төмөн индекси)?• Бойго бүтүрбөө боюнча методдордун кайсылары жаш кыздарга ылайыксыз?• Эмне үчүн сактануучу каражаттарды жана методдорду тандоодо дарыгер менен кеңешиш керек?
Талкууну жыйынтыктоо	Эмне үчүн сактануучу каражаттарды тандоого дыкат, жоопкерчиликтүү мамиле кылуу керек жана ал жөнүндө улан дагы жана кыз дагы ойлонушу керек? Негизги бөлүм. 3-кадам, контрацепциянын методдору жөнүндө практикалык көнүгүүлөр.

Тема 7. АИВ (Адамдын иммунодефицит оорусу)

“Ваня Пуговкиндин табышмактуу окуясы” бул тема видеоролик аркылуу ачылып берилет.

Видеороликти төмөндөгү темалар боюнча класстык сааттарды өткөрүүдө пайдаланса болот:

- “АИВ” вирустарын алдын алуу. 8-класста;
- “Жүрүм-турум жана тобокелчиликтер” 9-класста;
- “ПАЗды колдонуу” 10-класста;
- “АИВ, ИЖОС жана коом” 11-класста.

“Ваня Пуговкиндин табышмактуу окуясы” Видеороликтерди колдонуу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	АИВ вирустарын алдын алуу. 8-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Киришүү. Өз алдынча иштөөдөн кийин, “Терминдер” тестти аткаруу.
Көрүүгө шыктандыруу	”Терминдер” тестти аткаргандан кийин, видеороликти көрүү сунушталат.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Ваня Пуговкиндин окуясынын негизги идеясы эмнеде (ою, сыры) деп ойлойсыңар? • Бир көргөнгө ар башка, 17 млн адамдардан Ваня эмнеси менен айырмаланып турат? • АИВ организмге киргенден кийин, кайсы клеткаларды жабыркатат? • АИВди аныктоо үчүн кандай анализдер жана тесттер бар? • Кандай учурларда жана кандай иш-аракеттерден кийин АИВди аныктоо үчүн тест тапшырыш керек? • АИВди жугузуу жана жугузпоо жолдору кайсылар? • АИВди эффективдүү алдын алуу жана дарылоо (жугузууну алдын алуу) жолдору барбы? • АИВ менен ооруган адамдардан дени сак балдар төрөлүшү мүмкүнбү?
Талкууну жыйынтыктоо	Талкууну жыйынтыктоо. 1-кадам, АИВ жөнүндөгү кыскача лекциялар.

“Ваня Пуговкиндин табышмактуу окуясы” Видеороликтерди колдонуу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	Жүрүм-турум жана тобокелчилик. 9-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Киришүү.
Көрүүгө шыктандыруу	Класстык сааттын темасы: “Жүрүм-турум жана тобокелчилик”, окуучуларга АИВ, ИЗОЖ тууралуу билген маалыматтарын эстетүү максатында видеороликти көрүүнү сунуштайт.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	<p>Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? <p>Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ваня Пуговкиндин окуясынын негизги идеясы эмнеде (ою, сыры) деп ойлойсыңар? • Бир көргөнгө ар башка, 17 млн адамдардан Ваня эмнеси менен айырмаланып турат? • АИВ организмге киргенден кийин, кайсы клеткаларды жабыркатат? • АИВди аныктоо үчүн кандай анализдер жана тесттер бар? • Кандай учурларда жана кандай иш-аракеттерден кийин АИВди аныктоо үчүн тест тапшырыш керек? • АИВди жугузуу жана жугузпоо жолдору кайсылар? • АИВди эффективдүү алдын алуу жана дарылоо (жугузууну алдын алуу) жолдору барбы? • АИВ менен ооруган адамдардан дени сак балдар төрөлүшү мүмкүнбү?
Талкууну жыйынтыктоо	Талкууну жыйынтыктоо. 1–кадам, кандай учурларда АИВди жуктуруп алуу коркунучу туулат? топордо иштөө.

“Ваня Пуговкиндин табышмактуу окуясы” Видеороликтерди колдонуу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	Психоактивдүү заттарды (ПАЗ) колдонуу 10-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 2-кадам – кыскача лекциялар “ПАЗДы колдонуу жана АИВ”.
Көрүүгө шыктандыруу	Кыскача лекциялардан кийин, мугалим окуучуларга “АИВ тууралуу маалымат” жөнүндөгү көнүгүүлөр менен иштөөдөн мурда алардын эсине салуу максатында АИВ жана ИЗОЖ видеороликтерин көрүүнү сунуштайт.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	<p>Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? <p>Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ваня Пуговкиндин окуясынын негизги идеясы эмнеде (ою, сыры) деп ойлойсуңар? • Бир көргөнгө ар башка, 17 млн адамдардан Ваня эмнеси менен айырмаланып турат? • АИВ организмге киргенден кийин, кайсы клеткаларды жабыркатат? • АИВди аныктоо үчүн кандай анализдер жана тесттер бар? • Кандай учурларда жана кандай иш-аракеттерден кийин АИВди аныктоо үчүн тест тапшырыш керек? • АИВди жугузуу жана жугузпоо жолдору кайсылар? • АИВди эффективдүү алдын алуу жана дарылоо (жугузууну алдын алуу) жолдору барбы? • АИВ менен ооруган адамдардан дени сак балдар төрөлүшү мүмкүнбү?
Талкууну жыйынтыктоо	Талкууну жыйынтыктоо. 3-кадам, “АИВ тууралуу маалымат” баалоочу көнүгүүлөрдү аткаруу.

“Ваня Пуговкиндин табышмактуу окуясы” Видеороликтерди колдонуу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	АИВ, ИЖОС жана коом. 11-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 2-кадам, “Укукту жоготуу” оюн түрүндөгү көнүгүүлөр менен иштөө.
Көрүүгө шыктандыруу	“Укукту жоготуу” оюн түрүндөгү көнүгүүлөрдөн кийин, мугалим, АИВ вирусу менен жашаган, жөнөкөй Ваня Пуговкин аттуу бала жөнүндөгү видеороликти көрүүнү сунуштайт.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	<p>Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы нерселерди алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? <p>Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бир көргөнгө ар башка, 17 млн адамдардан Ваня эмнеси менен айырмаланып турат? • Ден-соолугун сактоо үчүн Ваня кандай иш-аракеттерди көрөт? • Ваня дос кызынын ден соолугуна кандай кам көрөт? • Эмне үчүн Ваня коллегалары менен сүйлөшүүдө, чогуу иштөөдө, бирге эс алып, кафе, бассейнге барууда аларга ооруну жугузуп алуу коркунучун жаратпайт? • АИВ менен жашаган адамдар коллегаларына, досторуна, тааныштарына, классташтарына жана үй-бүлөө мүчөлөрүнө вирусту жугузбоо үчүн кандайдыр бир чектөөлөрдү киргизүү керекпи? • Эгерде Сиздин досуңуз же курбу кызыңыз АИВ вирусу менен ооруса кандай мамиле кылат элеңиз? • АИВ вирусу менен жашаган курбу, жолдошторго кандай колдоо көрсөтүү керек?
Талкууну жыйынтыктоо	Талкууну жыйынтыктоо. 4-кадам, “Талаш жараткан далилдер” баалоочу көнүгүүлөр.

Тема 8. Инсандар аралык мамилелер жана чыр-чатактарды чечүү.

“Ачууну сыртка чыгаруу пайдалуубу?” бул тема видеоролик аркылуу ачылып берилет.

Видеороликти төмөндөгү темалар боюнча класстык сааттарды өткөрүүдө пайдаланса болот:

- “Чыр-чатаксыз жашоону үйрөнөбүз» 7-класста,
- “Сезимдер дүйнөсүндө” 8 класста.

Видеороликти колдонуу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	“ Чыр-чатаксыз жашоону үйрөнөбүз» . 7-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 4-кадам , көнүгүүлөр.
Көрүүгө шыктандыруу	Көнүгүүлөрдү аткаргандан кийин, окуучулар таарыныч сезимдери болгон учурларды эскеришет, мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Эгерде силерди бирөө таарынткан же капаланткан учурда, ачуунду таарынткан адамдан же башка бирөөнөн чыгаруу пайдалуубу? <p>Видеороликти көрүү сунушталат.</p>
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы маалыматтарды алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? <p>Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет.</p> <ul style="list-style-type: none"> • “Көп учурда денебиз жүрүм-турумубузду башкарып, ал эми чечим кабыл алууга, эмоциябызга акыл-эсибиз рационалдуу түшүнүк берет ” дегенге кандай сын-пикир айта аласыңар? • Кандай кырдаалдарда ачуулануу, коркуу же жоготуу сезимдерине дуушар болобуз? • Эмне үчүн ачуубузду туура багытка жумшасак, маселелер (кыйынчылыктар) чечилчүдөй сезилет? • Эмне үчүн адамдар агрессия менен ырахаттанууну байланыштырышат? • Ачуулануу менен кыжырданууну сөзсүз сыртка чыгаруу керек – дегенге кошуласыңарбы? Ачуунун тарашына жардамы тиеби? • Ачуулануу менен күрөшүү керек? • Чыр-чатакты чечүүгө өзүңдү башка адамдын ордуна коюп көрүп, болуп жаткан жагдайга анын көз карашы менен кароо жардам береби?
Талкууну жыйынтыктоо	Талкууну жыйынтыктоо. 5-кадам, “Чыр-чатактан чыгуунун жолдору” топтордо иштөө.

Видеороликти колдонуу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	Сезимдер дүйнөсүндө. 8-класс
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 2 – кадам, “Сезимдер сөздүгү” көнүгүүлөр менен иштөө.
Көрүүгө шыктандыруу	<p>“Сезимдер сөздүгү” көнүгүүлөрүн аткаргандан кийин, мугалим жаш улан жөнүндөгү окуяны: “Ал кайыкта сүзүп бара жатып, башка кайык менен сүзүшүп алат да ачуусун кое берет” айтып берип, анан суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Эгерде биз ачуубузду бизди таарынткан адамдан же башка бир нерседен чыгарсак, тынчтанууга же тең салмактуулукту кармоого жардам береби кандай ойлойсуңар? • Видеороликти көрүүнү сунуштайт.
Видеороликти көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	<p>Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? • Кандай жаңы маалыматтарды алышты? • Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? <p>Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет.</p> <ul style="list-style-type: none"> • “Көп учурда денебиз жүрүм-турумубузду башкарып, ал эми чечим кабыл алууга, эмоциябызга акыл-эсибиз рационалдуу түшүнүк берет ” дегенге кандай сын-пикир айта аласыңар? • Кандай кырдаалдарда ачуулануу, коркуу же жоготуу сезимдерине дуушар болобуз? • Эмне үчүн ачуубузду туура багытка жумшасак, маселелер (кыйынчылыктар) чечилчүдөй сезилет • Эмне үчүн адамдар агрессия менен ырахаттанууну байланыштырышат? • Ачуулануу менен кыжырданууну сөзсүз сыртка чыгаруу керек дегенге кошуласыңарбы? Ачуунун тарашына жардамы тийеби? • Ачуулануу менен күрөшүү керекпи? • Чыр-чатакты чечүүгө өзүңдү башка адамдын ордуна коюп көрүп, болуп жаткан жагдайга анын көз карашы менен кароо жардам береби?
Талкууну жыйынтыктоо	Талкууну жыйынтыктоо. 3-кадам, көнүгүүлөр менен иштөө.

Тема 9. Кибербуллинг

“Бузукуларга кантип каршы туруу керек?” бул тема видеоролик аркылуу ачылып берилет. Видеороликтн төмөндөгү темалар боюнча класстык сааттарды өткөрүүдө пайдаланса болот:

- “Зордук-зомбулуктан кантип коргонуу керек?” 7-класста.

Видеороликтн пайдалануу боюнча сунуштамалар

Окутуучу сабактар (класстык саат)	“Зордук-зомбулуктан кантип коргонуу керек?” 7-класста
Сабак өтүүнүн баскычтары	Негизги бөлүм. 4-кадам, “Зордук-зомбулук же ага жол жокпу? жуп-жуп болуп иштөө.
Көрүүгө шыктандыруу	Жуп-жуп болуп иштегенден кийин, ар кандай кырдаалдарга талдоо жана анализ жүргүзүп, зордук-зомбулук бар экендигин же жок экендигин аныкташат. Мугалим балдардын интернет жана социалдык тармактар аркылуу баарлашууда зордук-зомбулук окуяларына кабылган учурларын эстөөнү сунуштайт. Кибербуллинг жана троллингден кантип сактануу керек экендиги жөнүндө видеороликтн көрүү сунушталат.
Видеороликтн көргөндөн кийин талкуулоо үчүн суроолор	Окуучулар видеороликке карата болгон ойлору менен бөлүшүшөт. Мугалим суроо берет: <ul style="list-style-type: none"> • Видеоролик кандай таасир калтырды? Кандай жаны маалыматтарды алышты? Эмнеси түшүнүксүз болуп калды? Мугалим көрсөтүлгөн эпизоддордун түшүнүүгө кыйын болгон бөлүктөрүнүн маани-маңызын түшүндүрүү менен анда колдонулган терминдердин түшүндүрмөлөрүн берет. <ul style="list-style-type: none"> • Видеороликте айтылгандардын жана көрсөтүлгөндөрдүн ичинен эң маанилүүсү эмне деп эсептейсиңер? • Эмне үчүн адамдар кибербуллинг жана троллинг менен алектенишет? • Бузукунун башкы максаты эмне? • Киберагрессор эмнеге умтулат? • Эмне үчүн кибербуллинг жана троллинг зордук-зомбулуктун көрүнүшү болуп эсептелинет? • Кибербуллинг троллингден эмнеси менен айырмаланат? • Интернет жана социалдык тармактарда баарлашууда психологиялык тоскоолчулуктардын начарлашынын себеби эмнеде? • Бузукуларга жана кибербуллерлерге (тынчтык бербөөчүлөргө) кантип туруштук берүү керек?
Талкуунун жыйынтыгы	Талкууну жыйынтыктоо. 5-кадам, “Өспүрүмдөр канткенде зордук-зомбулуктан кутулуп, аны алдын алышат?” мээге чабуул ыкмасында.

Видеороликтерде колдонулган терминдердин сөздүгү

Видеоролик “Эмне үчүн өспүрүм болуу кыйын?”

Тестостерон – Эркектердин негизги жыныс гормону.

Эстроген – Аялдардын жыныс гормону.

Эстрадиол – Аялдардын негизги жыныс гормону.

Магниттик-резонанстык томография – бул дартты аныктоо ыкмасынын бир түрү. Организмдин ткандарынын жана дене мүчөлөрдүн сүрөттөмөлөрүн көрсөтүп, дартты аныктоого багытталган радиотолкундары жана күчтүү магнит талаасы бар түзүлүш.

Баш мээнин алдыңкы, сырткы кабыгы - Маңдайкы сөөктүн артында жайгашып, башкаруучулук кыймыл-аракетти жөнгө салат. “Аткаруучулук функцияларга” жооп берип, убакытты башкаруу жөндөмдүүлүктү, импульстарды, (мерчемдөөнү) пландаштырууну, критикалык ойлонууну камсыз кылат. Айлана чөйрө менен баарлашуу мээнин ушул бөлүгүнө көз каранды.

Жанаша жаткан ядро – “Ырахаттын борбору”- ойлонбой туруп жасаган импульсивдүү иш-аракеттердин башаты.

Бадам сымал денече – Мээнин белгилүү бир бөлүгү, түзүлүшү бадам сымал, терс (коркуу) жана оң (канааттануу) сезимдерин башкаруучу ролду аткарат.

Видеоролик “Аялдар эркектерден эмнеси менен айырмаланышат”

Аутизм – Социалдык байланыштын жетишсиздиги, башка адамдар менен байланыш түзүүдө кызыгуунун жоктугу жана кайталанма иш-аракеттер менен мүнөздөлүп, психиканын жана баш мээнин өнүгүүсүнүн бузулушунун кесепетинен пайда болгон оору. Оорунун белгилери 3 жашка чейин байкалат.

Аутист – Аутизм менен жабыркаган адам.

Гиппокамп – Эске тутуу, эмоцияны калыптандыруу жана көңүл буруу (назар салуу) процесстерине катышат.

Тестостерон – Эркектердин негизги жыныс гормону.

Эмпатия – Бөтөн адамдын ички дүйнөсүн жана эмоционалдык абалын кошо кайгыруу жана көңүл айтуу менен түшүнүү.

Видеоролик “Ичкилик ичкенде эмне үчүн чылым чегешет?”

Алкоголь (ичкилик) – психоактивдүү, организмди ууландыруучу зат жана аны чектен ашык колдонуу көз карандылыкка алып келет. "Ичкилик"- кенен маанидеги сөз, органикалык заттарды (этил спиртин) камтыган спирт ичимдиктерин билдирет.

Алкалоид – бул көмүртек, суутек, азот, кээ бир учурларда кычкылтек кошулган органикалык бирикме. Адамдын организмине таасири чоң.

Ацетилхолин – Адам кыймылдаган учурда организмден бөлүнүп чыгып туруучу зат. Булчун клеткаларынын кыскарышына таасир тийгизет.

Ацетилхолин рецепторлору (кабыл алгычтар) - Ацетилхолинди жана никотинди кабылдагычтар, алар нервдин импульстарын берүүдө жанданышат (активдешет).

Гамма-гормондор кислотасы (ГГК) – Борбордук нерв системасынын негизги тоскоол (тормозной) нейромедиатору. Нейрондордун активдүүлүгүн төмөндөтөт, нерв клеткаларынын козголушун алдын алып, тынчтандыруучу таасирге ээ.

Нейромедиаторлор – Биологиялык активдүү химиялык заттар. Алардын жардамы менен организмге нерв импульстарын берүү ишке ашырылат. Нейромедиаторлор көп санда болуп, ар биринин тиешелүү функциялары бар.

Никотин – Наркотикалык зат, тамекинин курамын түзөт жана аны чегүү учурунда мээнин никотинди кабылдагыч ацетилхолин рецепторуна таасир этип, анын негизинде дофамин бөлүнүп чыгат. Ошол эле учурда никотин ууландыруучу заттын бир түрү. Аны чоң өлчөмдө колдонуу нерв системасын жабыркатып, иштен чыгуусуна алып келет.

Рецептор (кабыл алгыч) – Нервдин сезгич учу же специализациялаштырылган (атайын) клетка, (организмдин сырткы жана ички чөйрөсүндөгү) козгогучтарга таасир этүүчү атайын клетканы нерв импульстарына айландырып, борбордук нерв системасына берет

Жүлүн суюктугу – Организмдеги өзгөчө суюк чөйрө, баш мээ жана жүлүн менен өтө тыгыз байланыштуу. Баш мээни жана жүлүндү суу тосмосун түзүү аркылуу чайкалуудан, кысылуудан, басымдын өзгөрүүсүнөн жана башка механикалык таасирлерден коргойт.

Этанол (этил спирти же алкоголь, жумшак тил менен айтканда “спирт”) – алкогольдук ичимдиктердин негизги курамын түзөт, адамдын борбордук нерв системасын жабыркатуучу психоактивдүү – депрессант зат.

Видеоролик “Баңги заттар кандай таасир этет?”

Абстиненттик абал, абстинент синдрому, ломка – Баңгилердин, аракечтердин баңгизаттарды, ичкиликтерди кескин түрдө албай калгандагы өзгөчө психикалык, физиологиялык абалы, өзүнөн-өзү баш тартуусу, өтө кыйналган абал.

Дофамин – бул нерв импульстарын мээнин канааттануу сезимин камсыздоочу бөлүгүнө жиберүүчү нейромедиатор гормону. Бул гормон бөйрөк үстүндөгү бездердин жардамы менен иштелип чыгып, сүйүнүү, кубаныч, көңүл ачуу жана эйфория сезимдерин чакырат. Дофаминдин эң негизги функциясы адамдарда аталган сезимдерди кайра-кайра пайда кылуу.

Баңги заттар – бул медициналык жактан көрсөтмөсү жок, көзөмөлсүз колдонулуучу синтетикалык же табигый заттар. Аталган заттар адамдын ой жүгүртүүсүн, кабыл алуусун, маанайын, өзүн-өзү алып жүрүүсүн өзгөртүп, колдонгондон кийин башкача бир канааттанууну, сезимди пайда кылат. Мындай заттарды системалык түрдө колдонуу көз карандылыкты пайда кылуу менен физикалык жана психикалык жактан ден-соолукка тескери таасирин тийгизип, зыянга учуратат.

Баңги заттарды колдонуу – медициналык жактан көрсөтмөсү жок, көзөмөлсүз баңги заттарды колдонуу.

Баңгилик – адамдарда кездешүүчү оорунун бир түрү. Мындай заттарды колдонуу кесептисинен адамдардын жашоосуна кедергисин тийгизип, сергек жашоого болгон көз карашты өзгөртөт.

Нейрон – нерв клеткасы, нерв системасынын негизги куруучусу болуп саналат. Нейрондор тулку бойдун бардык бөлүгүнө электрдик жана химиялык сигналдар аркылуу маалымат жеткирүүгө ылайыкталган.

Нейромедиаторлор – бул биологиялык активдүү химиялык заттар. Булардын жардамы менен организмдеги нервдин импульстарын берүү жүзөгө ашырылат. Нейромедиаторлор аябагандай көп санда болуп, ар биринин өзүнчө функцияларынын топтому бар.

Серотонин – бул негизги нейромедиаторлордун бири. Серотонинди көп учурда “жакшы маанайдын гормону” же “бактылууулук гормону” деп аташат.

Синапс- бул мээнин эки нейронун бириктирип туруучу кичинекей аймак, мээге маалымат жеткирүүнү камсыз кылат.

Видеоролик “Эмне үчүн каалабаган нерсе менен алектенбиз?”

Группа (топ, тайпа) – Кызыкчылыктары жана ишмердүүлүктөрү окшош (бирдей) адамдардын тобу.

Инстинкт – Адамдардын жана жаныбарлардын төрөлгөндөн баштап акылга сыярлык аракеттерди жасоо жөндөмдүүлүгү.

Диана мартышкалары (кичине маймылдын бир түрү) – Байыркы гректердин жаратылыш жана мергенчилик кудайы Диананын атына багышталып коюлган кичине маймылдардын бир түрү. Маймылдын боюнун узундугу 40 сантиметрден 55 сантиметрге чейин, ал эми куйругунун узундугу 70 сантиметрге чейин болот. Диана маймылдары бир эркек-жетекчи маймылдын башкаруусунда бир нече ургаачы жана бала маймылдар болуп, топ-тобу менен жашашат. 3 жашка толуп, жыныстык жактан жетилген эркек маймылдар топтон бөлүнүп кетишет, ал эми ургаачылары ошол топто кала беришет. Маймылдар 20 жыл жашашат.

Видеоролик “Теңиңди кантип табасың?”

Австралопитектер – Улуу адамсымал маймылдардын уруусу, тикесинен басуу белгилери бар болгондуктан эки бут менен басып жүрүшкөн. Болжол менен 4,2-1,8 млн жыл мурда жер бетинде жашашкан. Австралопитектер эволюциянын тогошуу маалынадагы, башкача айтканда, маймылдан адамдын жаралуу мезгилинде пайда болушкан.

Ардипитектер – Азыркы, заманбап адамдардын болжол менен 5,8-4,4 млн жыл мурда жашап өтүшкөн байыркы ата-бабалары жана австралопитектин алыскы тууганы.

Моногамия – мамиленин бир түрү, башкача айтканда, адамдын бүткүл жашоосунда жана жашоону ар кандай учурларында бир адам менен гана мамиле түсүүсү.

Платон – Байыркы улуу грек философу, Сократтын окуучусу, Аристотелдин устаты. Афиныда б.з.ч.428 же 427 жылдары туулуп, б.з.ч. 348 же 347 жылдары дүйнөдөн кайткан.

Видеоролик “Биринчи жолу качан болуш керек?”

Андрогендер – Эркектин жыныс бездеринен (эркектин эн жумурткасынан жана аялдын энелик безинен) жана бөйрөк бездеринин кабыкчаларынан иштелип чыккан стероиддик жыныс гормону. Андрогендер беттеги, колтуктагы жана чаттагы түктөрдүн өсүшүнө түрткү берет. Андан сырткары, бойдун өсүшүн, булчундун чыңалышын, үндүн тембрынын төмөндөшүн камсыз кылып, майдын ашыкча денеге топтолуусун азайтат жана үн түйүнүн жоонойтот.

Плейстейшн (play station) – Sony компаниясы тарабынан жасалып чыккан оюн приставкасы (үстөлү)

Прогестиндер – Аялдардын бойго бүтүүгө даярдык көрүүсүнө кам көргөн стероиддик жыныс гормондорунун тобу. Көп учурда энелик клетканын (жумурткалыктан) бөлүнүп чыгышына тоскоол кылгандыктан, бойго бүтүүдөн сактануучу каражат катары колдонулат.

Адамдын сексуалдуулугу – Адамдын жыныстык канааттануусу менен байланышкан биологиялык, психофизиологиялык, жан дүйнөлүк жана эмоционалдык таасирленүүнүн жыйындысы, адамга болгон кам-саноо, кылык-жорук.

Сексуалдык мамиле – Эрди-катындын же башка өнөктөштөрдүн мамиле куруу максатындагы жыныстык байланышы.

Стероиддик гормондор – Адамдардын жана жаныбарлардын жашоо процессин (өсүү, көбөйүү, көнүү, ж.б.) жөнгө салуучу физиологиялык жактан активдүү заттардын (жыныстык гормондор, кортикостероиддер ж.б.) тобу. Стероиддер бөйрөк үстүндөгү жана жыныс бездеринин жардамы менен холестеринден бөлүнүп чыгат. Андан сырткары, жетилген курактан баштап карыган куракка чейинки организмдин физикалык жана көбөйүү циклинин өнүгүүсүн аныктайт. Мисалы, стероиддер организмдеги клеткалардын бөлүнүүсүн жана өсүү процессин ылдамдатат.

Ички бөлүп чыгаруу системасы (эндокриндик система) – Бул система иштеп чыккан гормондордун негизинде ички органдардын иштеши жөнгө салынат. Алар ички секрециянын эндокриндик бездеринин (мисалы бөйрөк үстүндөгү бездер) жардамы менен иштелип чыгып, организмдин бардык бөлүктөрүнө, ткандарга, клеткаларга кан же клеткалар аралык заттар аркылуу жеткирилет.

Эстрогендер – Аялдын негизги жыныстык гормону, организмдин туура иштеши үчүн маанилүү ролду аткарат. Эстрогендер жыныс мүчөлөрдүн жетилишине таасир этип, аялды эне болууга даярдайт. Аялдын аялдык мүчөлөрүн жана этек кирдин калыптанышын жөнгө салат.

Видеоролик “Ваня Пуговкиндин табышмактуу окуясы”

Антитела – бул сырткы бактериялардын, вирустардын, токсиндердин жайылышына жол бербөө үчүн канда пайда болгон белоктордун бирикмеси (иммуноглобулиндер) жана алардын көбөйүп кетүүсүнө тоскоолдук кылуу менен зыяндуу заттарды жок кылат.

Антиретровирустук терапия (АРТ) – организмдеги АИВ-вирустарынын көбөйүп кетүүсүн алдын алып, бир нече дары-дармек каражаттарын колдонуу менен АИВ- вирустарын даарылоо ыкмасы. АРТнын жардамы менен АИВ менен ооруган адамдар жаркын, жигердүү жана активдүү жашай алышат.

АИВ (адамдарда иммунодефицит вирусу) – адамдарда жай өрчүгөн иммунодефицит оорусу. Вирус адамдын иммундук системасын жабыркатып, Т-лимфоциттерди же Т-жардамчыларды жок кылат.

Генетикалык модификацияланган организмдер (ГМО) - Бул организмдер (башкача айтканда, өсүмдүктөр, жаныбарлар жана микроорганизмдер), булардын генетикалык түзүлүшү адамдар аркылуу атайын өзгөртүлгөн.

Иммундук система – Бул жалпы органдардын, ткандардын жана клеткалардын системасы, анын иши организмди ар кандай жугуштуу оорулардан коргоого жана организмге келип түшкөн оорулардын козгогучтарын (вирустарды, бактерияларды) жок кылууга багытталган.

Иммуноблот (иммундук блоттинг) – Кандын үлгүсүнөн атайын белокторду аныктоо үчүн лабораториялык изилдөө. Бул ыкма АИВге карата антителолорго тиешелүү белокторду аныктоодо ИФА тесттеринин жыйынтыгын кайра текшерип чыгуу үчүн колдонулат.

Иммундук-ферменттик анализ (ИФА) – Кандын үлгүсүнөн вирустарга карата антителолорду аныктоо үчүн лабораториялык текшерүүнүн ыкмасы. Мындай ыкма АИВге карата антителолорду аныктоо үчүн колдонулат.

Ипотека – Акча түрүндөгү насыя, кыймылсыз мүлктү (батирди, үйдү, жер үлүштү) күрөөгө коюунун негизинде насыяга акча берүү банк тарабынан сунушталат.

Полимераздык уланма реакция (ПУР) – Кандагы белоктордун бар экендигин аныктоо үчүн лабораториялык изилдөө ыкмасы. Кандагы АИВ белокторун аныктоо үчүн пайдаланылат.

ИЖОС (Иммундук жетишсиздик оору синдрому) – АИВдин алкагында өрчүгөн жана (лимфоциттердин) иммундук клеткалардын кескин азайып (төмөндөп) кетишинен пайда болгон оорунун бир түрү. Иммунитеттин төмөндөп түшүп кеткендигине байланыштуу адамдын организми ар кандай жугуштуу, жукпай турган жана онкологиялык (зыянга учурата

турган) ооруларга туруштук бербей калат. ИЖОС АИВдин өрчүп кеткен, акыркы этабы болуп саналат.

АИВди (Адамдын иммунодефицит оорусун) текшерүү үчүн тесттер – организмдеги адамдын иммунодефицит оорусун аныктоого мүмкүнчүлүк берет. Тесттердин бир нече түрлөрү бар: ИФА – иммундук-ферменттик анализ, ПУР, ошондой эле заара же шилекейдеги АИВ антителолорун аныктоочу экспресс тесттер. Тесттердин жардамы менен АИВдин (Адамдын иммунодефицит оорусунун) кайсы деңгээлде экендигин жана дарылоонун эффективдүү жолдорун, кандагы вирустун көлөмүн (санын) жана иммундук клеткалардын санын аныкташат.

Т-жардамчылар – Бул Т-лимфоциттер, организмдин ар кандай оорулардан жана тышкы козгогучтардан иммундук коргоонуусун камсыз кылат.

Видеоролик “Каар төгүү пайдалуубу?”

Брамитол - В6 витамининин бир түрү, адамдын организмде заттардын алмашуусун башкарып, жакшыртат.

Кыжырдануу – кимдир бирөөнө (кидир бирөөнөн, бир нерседен) же бир нерсеге кыжырдануу, ачуулануу, коркуу, таарынуу сезими.

Бадам сымал денече – мээнин белгилүү бир бөлүгү, түзүлүшү бадам сымал, терс (коркуу) жана оң (канааттануу) сезимдерин башкаруучу негизги ролду аткарат.

Эмоция – оң жана терс сезимдер. Ар түрдүү кырдаалда, муктаждыктардын (кимдир бирөөгө же бир нерсеге болгон) аткарылышына, жыйынтыгына канааттанган же тескерисинче терс сезимдерди пайда кылган абал. Негизги сезимдер: кубаныч, кайгы, капалануу, коркуу, ачуулануу, таң калуу, жек көрүү ж.б.

Видеоролик “Азгырыктарга кантип каршы туруш керек?”

Компьютердик оюндардан көз карандылык – компьютердик оюндарга кызыгуунун аркасында ага байланып калуу.

Интернеттен көз карандылык – көз карандылыктын бул түрү - ар дайым интернет тармагында болуу, электрондук почтаны улам-улам текшерип туруу, виртуалдык тааныш күтүү, чаттар жана социалдык тармак аркылуу баарлашуу

Кибербуллинг – виртуалдык чөйрөдө, интернет тармагында/же уюлдук телефон аркылуу кодулоо (куугунтуктоо, тынчтык бербөө)

Троллинг – тармак ичинде сүйлөшүү учурунда текст түрүндөгү билдирүүлөрдү, сүрөттөрдү, видеолорду колдонуу менен чыр-чатакты пайда кылып, жаман сөздөр менен кемсинтүү. Троллингди баштоочу өзүн ачыкка чыгаруу менен же жашыруун иш алып барат.

Тролли - Троллинг менен алектенген интернет колдонуучу.

