

Қ.А. Ясауи атындағы ХҚТУ
Шымкент медицина институты

СӨЖ

Тақырыбы: **Жанұядағы әлеуметтік іс-әрекет.
СӨС қалыптастырудағы өзара
қарым-қатынастардың рөлі.**



Қабылдаған: Бозжігітова Г.С

Дайындаған: Өміртай С.Д

Тобы: ЖМҚ - 503



www.ZHARAR.com

Жоспар

I. Кіріспе:

Отбасы жайлы жалпы түсінік

II. Негізгі бөлім:

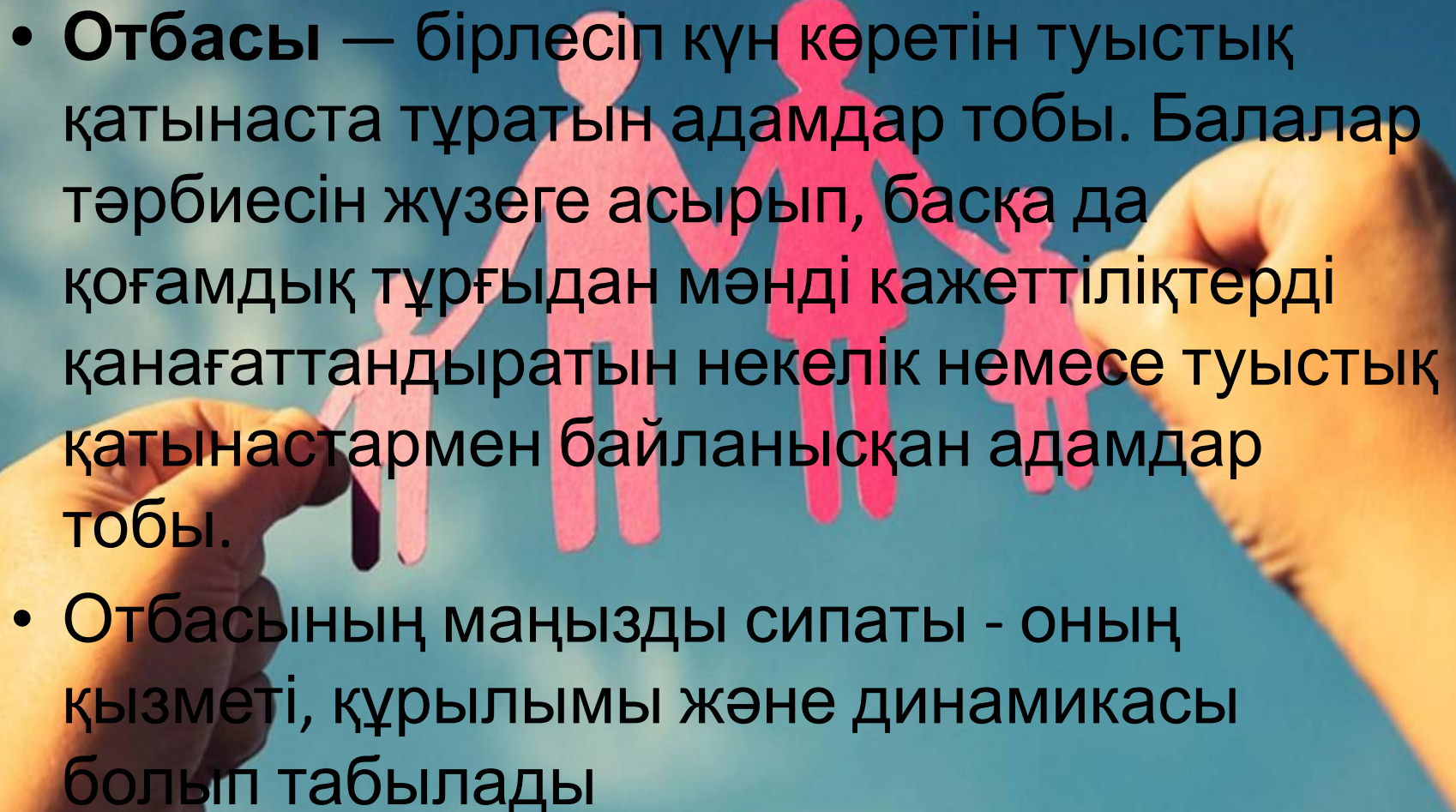
Жанұядағы әлеуметтік іс-әрекет.

СӨС қалыптастырудағы өзара қарым-қатынастардың рөлі.

III. Қорытынды:

Қолданылған әдебиеттер:

- Қай заманда да, қай елде болса да отбасының адамзат ұрпағына тигізетін ықпалы мен әсерін өмірдегі басқа ешнәрсенің күшімен салыстыруға болмайды. Отбасы — адам баласының өсіп-өнер алтын ұясы. Адамның өміріндегі ең қуанышты, қызық дәурені осы отбасында өтеді. Бала өмірінің алғашқы күнінен бастап, ата-ана өздерінің негізгі борыштарын-тәрбие жұмысын атқаруға. Бала тәрбиесінің негізі — бұл оның отбасы. Осы шағын әлеуметтік топ — бала үшін өмір мектебі. Отбасындағы ата-ана — баланың өмірлік ұстазы және тәрбиешісі. Баланың болашағы, білімі, мәдениеті отбасындағы ата-ананың сіңірген еңбегіне, тәлім-тәрбиесіне байланысты. Сондықтан, әрбір ата-ана өзінің баласын білімді, мәдениетті, жан-жақты етіп тәрбиелеуге міндетті.

- 
- The background of the slide features a soft-focus image of a family silhouette in shades of pink and red, consisting of a man, a woman, and two children, all holding hands. In the foreground, two hands are visible, one on the left and one on the right, holding a thin, light-colored string that passes behind the family silhouette, suggesting a connection or support.
- **Отбасы** — бірлесіп күн көретін туыстық қатынаста тұратын адамдар тобы. Балалар тәрбиесін жүзеге асырып, басқа да қоғамдық тұрғыдан мәнді қажеттіліктерді қанағаттандыратын некелік немесе туыстық қатынастармен байланысқан адамдар тобы.
 - Отбасының маңызды сипаты - оның қызметі, құрылымы және динамикасы болып табылады

Отбасы құрылымы

- Отбасы құрылымы отбасының құрамы мен санынан, сонымен қатар оның мүшелері арасындағы өзара қарым-қатынастарының жиынтығынан тұрады. Отбасы құрылымын талдау отбасы қызметінің қандай жағдайда жүзеге асуы жөніндегі сұрақтарына жауап беруге мүмкіндік туғызады: отбасында кім басшылық етеді және кім – орындаушы, отбасы мүшелерінің арасындағы құқықтары мен міндеттері қалай бөлінген деген сияқты.

Отбасының тәрбиелік қызметі



- Отбасының тәрбиелік қызметі ана және әке болуда, балалармен қатым-қатынаста, оларды тәрбиелеуде, балалардың өз бетімен өсуі кезіндегі жеке қажеттіліктің қанағаттанарлығынан тұрады. Отбасы қоғаммен байланысы бойынша өсіп келе жатқан ұрпақтардың әлеуметтенуін, қоғамның жаңа мүшелерін дайындауды қамтамасыз етеді.

Отбасының шаруашылық-тұрмыстық қызметі

- Отбасының шаруашылық-тұрмыстық қызметі - отбасы мүшелерінің материалды қажеттіліктерінің (азық-түлік, қан және т.б.), олардың денсаулығының сақталуына әсер етуінің қанағаттанарлығынан тұрады. Отбасының осы қызметінің орындалу барысында еңбек ету кезінде жұмсалған жеке күшті бұрынғы қалпына келтіру қамтамасыз етіледі.

Отбасының эмоциональдық қызметі

- Отбасының эмоциональдық қызметі – оның мүшелерін ұнатушылық, сыйлаушылық, мойындаушылық, эмоционалды қолдаушылық, психологиялық қорғаушылық қажеттіліктерімен қанағаттандыру. Осы қызмет қоғам мүшелерінің эмоционалды тұрақтануын, олардың психикалық денсаулығының сақталуына әсер етуді қамтамасыз етеді.



Салауатты өмір салтын қолдаудағы Ата-ананың негізгі міндеттері:

- -Бала тәрбиесі
- -Баланың жеке гигиенасын қадағалау
- -Баланың дұрыс тамақтануын қадағалау
- -Баланың режимін қалыптастыру
- -Спортқа баулу
- -Баланың тынығуын ұйымдастыру
- -Баланың зейінін, білімге деген құштарлығын арттыру
- Баланың өз денсаулығына деген жауапкершілігін қалыптастыру
- Зиянды әдеттерден аулақ болуын насихаттау
- Баланы еңбекке баулу

Өз денсаулығына жауапкершілікпен қараудың негізгі шарттары

- денсаулығына құндылыққа қарағандай қарау
 - өзін дені сау адам ретінде қалыптастыру
 - денсаулығын жоғалтудан үрейлену
 - салауатты өмір салтын дағдыға айналдыру.

Салауатты өмір салты - белгілі популяцияның денсаулығын сақтап, нығайтуға, салауаттандыруға арналған мінез-құлқы, тәрбиесі. Салауатты өмір салты - тек медициналық емес, сонымен қатар өндіріс пен өндірістік қатынастардың дамуына байланысты болып келетін әлеуметтік-экономикалық категория. Салауатты өмір салты жеке адамның тіршілік жағдайын денсаулығына сәйкес таңдауы, яғни жеке әлеуметтік топтар мен жалпы қоғамның жоғары гигиеналық мәдениеті.

- Организмнің қорғаныш қабілетін жоғарылатуға жағдай жасайтын тәртіптер және организмге зиянын тигізетін әдеттерге қарсы тәртіптер - гигиеналық дұрыс тәртіп болып саналады. Организмнің қорғаныш қабілетін жоғарылатуға әр түрлі іс-әрекеттер мен демалысты дұрыс пайдалану, рационалды тамақтану, жақсы қимыл-қозғалыс белсенділігі, денешынықтыру, шынығу, жеке бас гигиенасын сақтау, өзінің денсаулық жағдайына ерекше көңіл бөлу, жақсы экологиялық жағдай т.с.с. әсер етеді.

- Бұл жағдайда балалардың өзіне қажетті тіршілік ортасын қалыптастыра алмайтындығын ескеру керек. Сондықтан бұндай жағдайларды қалыптастыру негізінен ата-аналарға, ағарту жұмыстарын ұйымдастырушыларға, педагогтарға байланысты. Яғни, баланың болашақтағы мінез-құлқы оның сәби кезінен бастап тіршілік ортасына байланысты болады

- Ата-ана ерте жастан баланы салауатты өмір сүруге тәрбиелеу үшін мінез-құлқын тәрбиелеуі керек. Мінез-құлық кемшіліктерінің көзін міндетті түрде балалық шақтан іздейміз. Адамның психикалық дамуы өмір бойы жүреді. Әсіресе алғашқы үш жылда қарқынды болады. Бала басқа адамдармен қарым-қатынаста бола отырып, қоғамда өмір сүре отырып қана «адамға» айнала алады. Бала қандай адам болып шығады, оған осы өскен ортасы әсер етеді. Ең бірінші көретін, тәрбие алатын адамдары әрине анасы мен әкесі. Әсіресе дүниеге келген алғашқы айлардың әсері мол. Анасымен болған сайын баланың өзі сабырлы, байсалды бола түседі

- Ата-аналарға көмек ретінде жүйелі ақыл-кеңестер беруге болады.
- бүкіл әлемге танымал психолог - дәрігер, академик Дмитрий Васильевич Колесовтың ата-аналарға ұсынған жүйелі кеңесінен:
Ата-ана әрқашан жасөспірімнің өзге жерде емес, өз отбасында өзін-өзі жайлы сезінуін үнемі қадағалап отыруы, әрі солай болуын орындауы керек.
- Бала туғаннан отбасында өзін-өзі қауіпсіз сезініп, ата-анасының кез келген уақытта көмекке келетінін, қолдайтындығын біліп, сондай рөлде қабылдауы керек.
- Бала өзгелерден гөрі, өз ата-анасының ақыл-кеңесін тыңдауға ұмтылуы өте маңызды. Басқаша айтсақ ата-ана мен баланың отбасындағы қарым-қатынасы жат болмауы керек.

Балалардың дене шынықтыру тәрбиесі – бұл қазіргі замандағы бала тәрбиесінің маңызды міндеттердің бірі болып табылады. Баланы балалық шақтан бастап спортқа баулу керек. Ата-ананың өздері балаға қызықты және активті өмір сүруге үлгі көрсетуі керек.

Баланың өсіп дамуы – бұл өте күрделі процесс, оның маңызды компоненті қимыл-қозғалыстардың жетілуі болып табылады.

- баланың дұрыс физикалық дамуына көмектесетін денсаулықты жақсартатын жаттығулар. Мұндай жаттығулар келбет, бас, иық және де басқа дене мүшелерін дұрыс қалыптасуына бағытталған.
- акробатика элементтері бар жаттығулар реакциялардың жылдамдылығының, ептілігінің жетіліп дамуына бағытталған. Бірақ бұл жаттығуларды орындау барысында балаларға сақтық болу үшін жанында үлкен адамдар болу керек.
- жүру, жүгіру, өрмелеп шығу, секіру және заттарды лақтыру қозғалмалы ойындарға жатады. Бұл қозғалыстар балаларды зеріктірмейтін және оларға қызықты болсын десеңіз, оларды қарапайым ережелері бар ойындармен біріктіріп өткізу керек. Бұл жерде бала ережелерді сақтауға, тәртіпке де үйренеді.
- музыкалы-ритмдік жаттығулар. Бұл жаттығулар қозғалыстарды музыка, ән ритмдеріне үйлестіріп орындауға үйретеді.

Үйде салауатты тамақтануды қамтамасыз етуге арналған ұсыныстар

- Емшек жасындағы және жас сәбилер үшін:
 - 4-6 айлық жасқа дейін тек ана сүтімен қоректендіруді жүргізу;
 - Құрғақ балалар қоспасымен қоректендіруде қанттар мен крахмал қоспауға тырысу;
 - Баланың энергия тұтынуды реттеу қабілетін қабылдау және тарелкаға салынған тамақты қалайда тауысуға итермелеуден алшақ болу;
- Оңтайлы дамуға қажетті сәйкес қоректік микроэлементтерді тұтынуды қамтамасыз ету. Балалар мен жасөспірімдер үшін:
 - Мектепке кетер алдында салауатты таңғы ас беру;
 - Мектеп буфеттерінде салауатты тағам беру (тұтас дәндер, көкөністер, жемістер);
 - Жемістер мен көкөністер тұтынуға септестік ету;

- • Қоректік микроэлементтерінің мөлшері төмен, жоғары калориялы өнімдерді тұтынуды шектеу (мысалы, қаптамалардағы бірасарлар);
- • Тәтті салқындататын сусындарды тұтынуды шектеу;
- • Отбасы аясында түскі ас/кешкі астарды ұйымдастыру;
- • Маркетинг әсерін шектеу (мысалы, теледидар бағдарламаларын көруді шектеу);
- • Балаларды маркетинг стратегияларының үгітіне қарсы тұруға үйрету; • Салауатты тағам таңдау үшін ақпарат пен машықтармен қамтамасыз ету. Үйдегі дене белсенділігін ынталандыру үшін ұсыныстар
- • Белсенді емес істердің уақытын азайту (мысалы, теледидар, компьютер алдында өткізетін уақыт);
- • Мектепке және басқа қоғамдық іс-шараларға қауіпсіз түрде жаяу/велосипедпен баруды қолдау;
- • Дене белсенділігін отбасы өмірінің бір бөлігіне айналдыру, ол үшін отбасылық серуен немесе бірлескен белсенді ойындарға уақыт бөлу;
- • Дене белсенділігі жасқа сәйкес болуын қадағалау, және бас, білек және тізеге киетін

Қорытынды:

- Сонымен: отбасы - ата-ана – жасөспірім - мектеп - қоғамдық орын - жасөспірім тізбегінің өзара қарым-қатынасы: шынайы да әділ, өркениетті, тәрбиелі болған жағдайда ғана біз мінез-құлқы тәрбиеленген, салауатты өмір сүруге ұмтылар жасөспірімдерді – еліміздің ертеңгі болашағын өсіреміз

Пайдаланылған әдебиеттер

1. “Салаутты Өмір салты” Мақала Ержанова Б.С.
2. http://www.medclinic.od.ua/site.php/morph_1.php
3. https://ru.m.wikipedia.org/wiki/Патологическая_анатомия
4. <http://surgeryzone.net/info/obshhemedicinskaya-informaciya/gistologicheskoe-issledovanie.html>

