

Қ.А.Ясауи атындағы Халықаралық қазақ-түрік университеті
Факультеті: Медицина

СӨЖ

Тақырыбы: мектептерде балалардың дене тәрбиесі мен шынықтырудың гигиеналық негіздері және оның ұйымдастыруын бақылау. Еңбекке тәрбиелеу мен оқытудың физиологиялық-гигиеналық принциптері

Орындаған: Мырзағұл Е
Қабылдаған: Ерманова С
Тобы: ЖМ-507

Тәрбие берудің 90% өте ерте жаста қалыптасады.

Гигиеналық білім мен гигиеналық дағдылар баланың денсаулығын нығайтуға ғана емес, сонымен бірге баланы әдептілікке, саналылыққа баулиды. Баланы жеке бас гигиенасының талаптарын сақтауға баулу олардың саналы түрде қоғамға қажетті негізгі ережелерді сақтап жүруін қалыптастырады. Балаға гигиеналық тәрбие берудің негізі балабақшада басталады, одан ары қарай мектепте тереңірек түсініктер беріледі..

Күн тәртібінің тәрбиелік мәні.

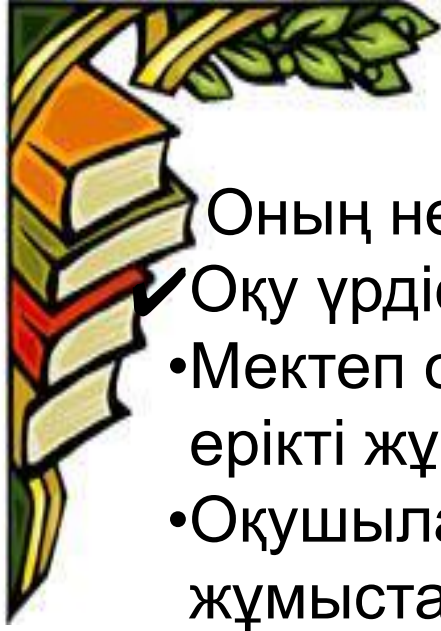
Балалардың сан қилы іс-әрекеті белгілі жүйемен ұйымдастырылуы тиіс. Оқушылардың өмірі мен іс-әрекетін ұйымдастыруда күн тәртібі үлкен маңызға ие. Күн ырғағы - адамгершілік саналарын қалыптастырудық маңызды әдісі, өсіресе оқушылардың саналы тәртібін тәрбиелеуде оның рөлі ерекше.

Күн тәртібін сақтау - мінез-құлыққа үйретудің басты құралы. Еңбек пен демалуды дұрыс алмастырып отыру оқу сабақ-тарының тиімділігін арттырады, тәртіпке түсіреді, ұқыптылық пен адалдыққа, жұмысты белгіленген мерзімде орындауға үйретеді. Гигиена талаптарына сөйкес белгіленген күн ырғағы мектеп оқушыларының мінез-құлқын реттеп, оларды тәртіптілікке еңбек пен демалысты дұрыс ұйымдастыруға, тәртіп пен ұқыптылыққа үйретеді.

"Мектептің барлық режимі - дейді Н.К.Крупская, оның бүкіл жолға қойылуы тәртіпке ерекше әсер етеді." А.С.Макаренко да күн тәртібін оқушыларды тәртіпке үйретудің аса маңызды құралы деп қарады.

Күн тәртібін жасағанда әрбір қадамды өлшеп жатудың қажеті жоқ.

Күн тәртібінің мақсаты - оқушылардың бос уақытын тиімді пайдалана білуге дағдыландыру



Оның негізгі бөлімдері:

- ✓ Оқу үрдісінде гигиена негіздерінен сабақ беру;
- Мектеп оқушыларының мектептен тыс санитарлық ерікті жұмыстарын жүргізу;
- Оқушылармен мектептен тыс санитарлық ағарту жұмыстарын жүргізу;
- Ата-аналармен санитарлық ағарту жұмыстарын жүргізу т.с.с. болып табылады.

Сонымен қатар, балалар мен жасөспірімдерге гигиеналық тәрбие беру жұмысы - мектептің оқу бағдарламасының міндетті түрдегі құрамды бөлігі болып табылады.

.

Гигиеналық тәрбиенің бағдарламасы. Жалпы алғанда оқушыларға гигиеналық тәрбие беру бағдарламасы төмендегі талаптардан тұрады:

Денешынықтыру мен шынығудың салауатандырудағы маңызы;

Мектеп оқушыларының ақыл-ой еңбегінің гигиенасы;

Тағам тану гигиенасы;

Қоғамдық және жеке бас гигиенасы;

Жарақаттанудың алдын алу;

Политехникалық оқытудың гигиенасы;

Жыныс тәрбиесі.

Бұл саладан ең маңызды мәселе қажетті тақырыптарды мектеп оқушыларының жас мөлшеріне қарай бөліп алу болып табылады. Балалардың жас мөлшерлері жалпы қабылданған 3 топқа бөлінеді:

- 7-9 жастағы балалар (1-3 сыныптар);
- 10-14 жастағы балалар (4-7 сыныптар);
- 15-17 жастардағы жасөспірімдер (8-11 сыныптар);

Оқушыларды өздерінің жас мөлшерлеріне сәйкес келетін бөлімдерге гигиеналық баулу - тәрбиенің негізгі принципі. Балалардың жасы өскен сайын гигиеналық тәрбие туралы алғашқы түсініктердің мағнасы тереңдей түседі.

□ Денешынықтыру тәрбиесінің тақырыбына дене тұлғасының дұрыстығы туралы мәліметтер кіреді. Мұнда олар іс-әрекеттің дене тұлғасының қалыптасуына әсерін, де-нешынықтыру жаттығуларының, қимыл-қозғалыстың, демалыстың организмнің қалыптасуына тигізетін пайдасымен танысады.

□ Ақыл-ой еңбегі гигиенасы тақырыбына күн тәртібі, үйдегі және мектептегі сабақ оқу гигиенасы, демалыс тәртібі мен ұйқы гигиенасының мәселелері кіреді. Балалар жас мөлшеріне байланысты өздерінің күн тәртібінің элементтерінің ең дұрыс ұзақтығын білуі оны өмірде дұрыс пайдалана білуі керек. 10 жастан бастап мектеп оқушылары өздеріне ыңғайлы күн тәртібін құрастыра алуы тиіс.



Жоғарғы сынып оқушылары қажу мен қатты қажудың физиологиялық маңызы туралы мағлұмат алып, бір күндегі, аптадағы, жыл бойындағы ақыл-ой қызмет қабілетінің динамикасы туралы түсінігі болуы керек. Барлық жастағы оқушылар түнгі ұйқының жағдайы мен ұзақтығын дұрыс бағалай білгені дұрыс.

Кішкене жастағы балалардың тамақтану гигиенасы дастарқан басында отыру, салфетка, ыдыс-аяқтарды пайдалана білуден тұрады. Мұнда асықпай тамақ ішу, тамақ ішкен кезде сөйлемей, алаңдамай отыру дағдыларына үйренеді. Одан ересек жаста мектеп оқушылары тамақтың сандық және сапалық нормалары, минералдық заттар мен витаминдер, тамақтану тәртібі, астың қорытылу механизмі туралы ақпарат алады.



Оқушының бос уақытын ұйымдастыруы Тәрбие үрдісін ізгілендірудің және мектептен тыс тәрбие жұмысын жетілдірудің негізгі шарты - оқушыларға даралап ықпал ету тәсілі болып саналады. Оқудан бос уақытында жасөспірім ортақ істің ұйымдастырушысы, белсенді қатысушысы болуға үлкен мүмкіндік алады. Іске қатысушы ретінде ол алдына міндеттер қояды, оларды шешу жолдары мен құралдарын таңдайды ақпарат алды яғни жеке тұлғаның дамуы, ержетуі және әлеуметтік бағытталуы іске асады демекпіз. Бос уақытты жүйелі ұйымдастыру, мәдени құнды мазмұнмен толықтыру, әлемдік және отандық мәдениетке баулу, өзін-өзі саналы түрде бағалай білу сияқты аса маңызды әлеуметтік-педагогикалық шешуге көмектеседі.



□ Оқушының демалуы, сауығуы мен бос уақытын өткізуі тәрбие ісінде маңызды функцияны атқарады, оны тек әлеуметтік тұрғыдан қорғау ғана емес, сондай-ақ, шығармашылық дамыту, рухани байыту мен интеллектуалдық ахуалын кеңейту үшін жағдай жасалған. Әрбір ата-ана өз баласының толыққанды демалуын ғана көздеп қоймайды, сонымен қатар олардың қажетті дағды мен біліктерді меңгеруін, ой-өрісі мен іс-әрекетінің кеңейгенін қалайды.



□ Оқушылардың бос уақыттары мәдени шараларға; көлге шомылу, көкке шығу, спорттық ойындар, мазмұнды мерекелермен ұйымдастырылып тұрады. Оқушылардың бос уақыттары мәдени шараларға; көлге шомылу, көкке шығу, спорттық ойындар, мазмұнды мерекелермен ұйымдастырылып тұрады. Кітапхана қорында оқушыға керекті кітаптар жетерлік, кітапхананың жұмыс уақыты таңғы сағат 9 дан, кешкі сағат 9 ға дейін. Оқушылардың бос уақытына кинозал қызмет етеді. Және де сабақтан кейінгі уақытта үйірмелер жұмысын атқаруда.



- Оқушылардың бос уақытын тиімді өткізуі үшін дебаттық, спорттық, өнертапқыш клубтары және әр түрлі конкурстар, фестивальдар ұйымдастырылады.
- Мектеп тәртібінің ерекшеліктері
Жоспар:
 1. Мектеп тәртібінің анықтамасы.
 2. Оқушыларды тәртіптікке тәрбиелеудің негіздері мен әдістері.
 3. Тәртіпке тәрбиелеудегі талап қоюдық және түсіндірудің рөлі.
 4. Саналы тәртіпке тәрбиелеудегі оқушылардың жасы мен дара ерекшеліктерін ескеру.



1. Адамдардық қоғамдағы мінез-құлқы белгілі бір ережелерге бағындырылады. Қоғам мүшелерінің белгілі бір ережелерге бағынылуы тәртіп деп аталады.

Мектеп тәртібі осы қоғам адамдары арасындағы қатынасты білдіреді. Мектеп тәртібі біздің қоғамымыздық жағдайында қоғамда қалыптасып отырған қатынастардан ешбір ерекшеленбейді. Тәртіптің негізгі қасиеттері: жауаптылық, саналылық -мектеп тәрбие жұмысының бағытын, мазмұны мен методика әдістемесін анықтап береді.



2. Оқушылардың саналы тәртібін тәрбиелеудің негіздері мен әдістері Оқудық алғашқы күнінен бастап сыныпта жақсы тәртіп қалай орнатуға болады. Ең алдымен педагогика тәртіпті арнаулы өткізген кейбір іс-шаралар ғана емес, мектептің барлық тәрбие жұмысы жүйесінің нәтижесі деп қарайтынын ұғынған жөн.

Балалар өмірін ұйымдастыруды, жеке басының тәртібін:

1) Оқушылармен өзінің арақатынасын егжей-тегжейлі ойластырған мұғалім ғана оқушылардың саналы тәртібін тәрбиелеуде табысқа жете алады.

2) Іскерлік, белсенділік етек алған, салдыр-салақтың пен тәртіпсіздікке жол бермеген мектепте ғана тәртіпті, белсенді жоғары саналы адамдар тәрбиеленеді.

Мұғалім саналы тәртіпке тәрбиелеудегі өзінің рөлі мен дәрежесін жақсы ұғынуы шарт.

Егер мұғалімнің жұмыс жүйесі өзінің белсенділігіне және оқушылардың үнсіз тіл алуына негізделген болса, ондай жүйенің, көмегімен саналы тәртіпті тәрбиелеу мүмкін емес.



***НАЗАР
АУДАРҒАНДАРЫҢЫЗҒА
РАХМЕТ!***

