

№52 С. Бегалин атындағы жалпы орта білім беретін мектебі
коммуналдық мемлекеттік мекемесі



Ұлдар кеңесінің атқарылған іс- шаралары

2023-2024 оқу жылы

ТҮРКІСТАН ОБЛЫСЫНЫҢ АДАМИ
ӘЛЕУЕТТІ ДАМУЫ БАСҚАРМАСЫНЫҢ
КЕЛЕС АУДАНЫНЫҢ АДАМИ ӘЛЕУЕТТІ
ДАМУЫ БӨЛІМІНІҢ
«№52 С.БЕГАЛИН АТЫНДАҒЫ
ЖАЛПЫ ОРТА БІЛІМ
БЕРЕТІН МЕКТЕБІ»
коммуналдық мемлекеттік
мекемесі



Коммунальное государственное учреждение
«ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДНЯЯ
ШКОЛА
№52 ИМЕНИ С.БЕГАЛИНА» ОТДЕЛА
РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО
ПОТЕНЦИАЛА КЕЛЕССКОГО РАЙОНА
УПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ
ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА
ТУРКЕСТАНСКОЙ ОБЛАСТИ

БҰЙРЫҚ

№231

ПРИКАЗ

Қаратал ауылы

«27» «09» 2023 жыл

**"Ұлдар" ұйымының жұмысы
туралы**

Мектепте жасөспірімдердің зияткерлік, шығармашылық және әлеуметтік дамуы үшін қолайлы жағдай жасау; Жауапкершілік мен еңбексүйгіштікті қалыптастыруға, көшбасшылық және ұйымдастырушылық қабілеттерін дамытуға бағытталған ер баланың жеке тұлғалық қасиеттерін дамыту бойынша

БҰЙЫРАМЫН:

1. 2023-2024 оқу жылына арналған "Ұлдар" ұйымы жұмысының іс-шара жоспары жасалып, бекітілсін.
2. Мектепте ер балалар арасында зиянды әдеттердің алдын алу, спорттық іс-шараларға қатыстыру арқылы салауатты өмір сүру салтын насихаттау, өскелең жас ұрпақтың бойында патриоттық білім мен өзін-өзі жетілдіруге деген құштарлық, беріктік, Отан тарихына, Тәуелсіз Қазақстанның бүгіні мен болашағына деген жауапкершілікті қалыптастыру, отбасында да, қоғамдық ортадағы тәрбиеде де ер баланы еңбек етуге, еңбексіз бос отыра алмайтындай сезімге тәрбиелеу мақсатында іс-шара жоспары жасалып, бекітілсін.
3. Қазақстан халқының тілін, мәдениетін, тарихын білу негізінде өскелең жас ұрпақтың бойында рухани-адамгершілік әлеуетті қалыптастыру; Ер балалардың азаматтық белсенділігі мен саналылығын арттыру; Танымдық жұмыстарды ынталандыру; Жасөспірімдердің зияткерлік, шығармашылық және әлеуметтік дамуы үшін қолайлы жағдай жасау; Жауапкершілік мен еңбексүйгіштікті қалыптастыруға, көшбасшылық және ұйымдастырушылық қабілеттерін дамытуға бағытталған ер баланың жеке тұлғалық қасиеттерін дамыту бойынша мектеп ұл балалары мектепішілік іс-шараларға, қоғамдық жұмыстарға тартылсын.
4. Осы бұйрықтың орындалуына бақылау мен басшылық жасау жауапкершілігі директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасары М. Кузенбаеваға жүктелсін.

Мектеп директоры

Бекжанова





БЕКІТЕМІН

Мектеп директоры:

Г.Бекжанова

**№52 С. Бегалин атындағы жалпы орта білім беретін мектебінің
2023-2024 оқу жылындағы ұлдар ұйымымен
жүргізілетін жұмыстың жоспары**

№	Іс-шаралар	Мерзімі	Жауаптылар
1.	Ер балалар жиналысын өткізу Жиналыс, семинар, тренинг	Әр ай сайын	Сынып жетекші. Ұлдар кеңесі жетекшісі Аяпов Т
2.	Шахмат, шашка тоғызқұмалақ (ұлдар арасында мектеп біріншілігі) 5-7 сынып ұлдары арасында	казан	Сынып жетекші. Ұлдар кеңесі жетекшісі Аяпов Т
3.	«Ер азамат атына лайық бол!» Тәрбие сағаты 1-4 сыныптар ұлдар арасында	қараша	Сынып жетекші. Ұлдар кеңесі жетекшісі Аяпов Т Мектеп медбикесі
4.	Темекіден аулақ бол. Пікірталас кеші 8-11 сыныптар ұлдар арасында	желтоқсан	Сынып жетекші. Мектеп медбикесі Ұлдар кеңесі жетекшісі Аяпов Т
5.	Ұлдар гигиенасы туралы дәрігер кеңесі кездесу	қаңтар	Сынып жетекші. Ұлдар кеңесі жетекшісі Аяпов Т Психолог
6.	«Ата-анаңмен сырласасың ба?» Сауалнама жүргізу	ақпан	Сынып жетекші Ұлдар кеңесі жетекшісі Аяпов Т
7.	Волейбол, баскетболдан ұлдар арасында жарыс	наурыз	Сынып жетекші. АӘД пән мұғалімі Ұлдар кеңесі жетекшісі Аяпов Т Тәлімгер Анаркүл Ш
8.	«Ұялы телефонның пайдасы мен зияны»	сәуір	Сынып жетекші. Ұлдар кеңесі жетекшісі Аяпов Т
9.	Ұлдар кеңесінің жылдық есебі	мамыр	Ұлдар кеңесі жетекшісі Аяпов Т

Ұлдар кеңесі жетекшісі:

Аяпов Т

4. Сабақ үстінде

4.1. Сынып бөлмесіне мұғалім кіргенде оқушылар орнынан тұрады. Сәлемдескеннен кейін мұғалімнің рұқсатымен орындарына отырады. Сонымен қатар сабақ үстінде сынып бөлмесіне кірген жасы үлкен адамға оқушылар орнынан тұрып сәлемдеседі. Мұғалім немесе басқа да жасы үлкен адам сынып бөлмесінен шыққанда да оқушылар орнынан тұрады.

4.2. Сабақ үстінде сабақтың тәртіп ережелерін сол сабақтың пән мұғалімі белгілейді.

4.3. Сабақ үстінде шулауға, өзбетінше қозғалуға, басқа оқушыларды алаңдатуға, әңгіме айтуға, сабаққа қатысы жоқ басқа іс-әрекеттермен шұғылдануға, ойын ойнауға болмайды.

4.4. Егер оқушы бір нәрсе айтқысы келсе, жауап бергісі келсе, сұрақ қойғысы келсе қол көтереді. Тек мұғалімнің рұқсатынан кейін ғана орындай алады.

4.5. Қонырау-мұғалімге сабақтың басталғаннан және аяқталғанын хабарлайтын тәсіл. Қонырау сабақ уақытын дәл есептейді.

4.6. Егер оқушы денсаулығына байланысты сабақтан қалса, сынып жетекшісіне дәрігерлік анықтама немесе өте қиын жағдайда ата-анадан мәлімдеме қағаз әкеледі. Сабақтан дәлелсіз қалуға, сабаққа кешігуге болмайды.

5. Үзілісте және сабақ аяқталғаннан кейін

МІНДЕТТІ

5.1. Үзілісте

- баспалдақ және дәлізде, сынып бөлмесінде жүгіруге, ойнауға;
- бір-бірімен алысуға, әр түрлі заттарды лақтыруға, дене күшін қолдануға;
- айқайлауға, лас сөздер айтуға, шулауға, басқа оқушылар мен мұғалімдердің демалуына кедергі келтіруге болмайды.

5.2. Асханада

- ыстық және сұйық тағамдарды тұтыну кезінде сақтық пен абайлаушылықты басты назарда ұстайды.
- Асханада дайындалған және үйден әкелінген барлық тағам мен шырынды тек асханада ғана қабылдайды;
- Тамақтанып болғаннан кейін үстел үстін жиыстырады.

6. Үйірмелер мен іс-шараларда:

1. Әрбіроқушыөзқалауыбойыншаүйірмелергекатысаалады. Сыныпжетекшілеріменжәнеүйірмежетекшісіменбіргеүйірмегежазылады.
2. Үйірмемүшелерініңбіріншіжиналысындаүйірмегекатысатын оқушылар мен үйірмекестесі, мерзімітаныстырылып, тапсырмаларберіледі.
3. Үйірмегекатысушылардыңтізіміжурналғажазылады.
4. Үйірмемүшелерітәртіпбұзғанжағдайдаүйірмеденшығарылады.
5. Сыныптантысіс-шараларбелгіленгенуақыттабасталады.
6. Оқушыларіс-шараларғауақытылықатысуыкерек.
7. Көпшілікорында, концерттеотырғандаоқушыларөзінмәдениеттіұстауытиіс.
8. Орнынантұрыпжүругеіс-шараларбіткеншекөпшілікзалынаншығыпкетугеболмайды.

7. Қорытынды ереже

7.1. Көрсетілген ережелер мен мектеп Жарғысын бұзған жағдайда оқушыларға мектеп Жарғысында қаралған тәртіп ережелерін үйрететін іс-шаралар өткізіледі. Мектеп Жарғысына атап көрсетілген талаптарды бұзған жағдайда оқушыға қатан шаралар қолданылады.

7.2. Осы ережелер мектепте өткізілетін барлық іс-шараларда жүзеге асырылады.

Жалпы мектеп ережесі таныстырылды, ережені сақтай отырып жұмыстар жүргізілетін болады.

Сөйледі: Күн тәртібінің екінші, үшінші мәселесі бойынша Ұлдар ұйымының жетекшісі Т. Аяпов сөз алды. 2023-2024 жаңа оқу жылына ұлдар ұйымының жаңа құрамын сайлау туралы ортаға салынды. Бір ауыздан ұлдар ұйымының төрағасы өз орнында қалуын қолдады. Әр сыныптың ұлдар секторларымен бірге жұмыс жүргізіледі. Жалпы мектеп формасы, тәртіп, жеке бас тазалығы, сабақтан себепсіз қалмау, кешікпеу, оқу- құралдарының әкелінуі қадағаланып отыратынын ескертіп айтты. Жалпы жылдық жоспар жасалынып бекітілді. Жоспар бойынша әр түрлі тақырыптарда баяндама, сырласу, кездесулер, әңгіме, сайыс, дөңгелек үстел өткізіледі. Әр айда жиналыс өткізіліп, хаттама жазылып отырады.

Сөйледі: «Тазалық-денсаулық кепілі» баяндама мектеп медбикесі З. Искакова сөз алды. Адамның денсаулығы – қоғам байлығы. Әрбір адам өз денсаулығының мықты болу жолдарын қарастыру керек. Дені сау адамның көңіл-күйі көтеріңкі болып, еңбекке әрқашан құлшына кіріседі. Халқымыз «Дені саудың – жаны сау» деп орынды айтқан. Отанымыздың келешегі, көркеюі – салауатты өмір салтын сақтау қолдануға

Каранғы үйге кіріп келіп шам жақсаңыз, шам үйді жарық қылады. Көп қызыл гүлдің ішінен бір ақ гүл көрсен, көзің соған түседі. Біздің де өмірімізді жарық қылатын, жан-жағымызға тамаша сәулесін шашатын, өмірдегі басты байлық – **денсаулық**. **Денсаулық** – бұл адамның еңбекке белсенді болуы, әрі ұзақ өмір сүруі, тәтті саулығын және рухани саулығын сезіну.

Жеке бас тазалығының ережелері.

- Күнделікті бір уақытта тұр, бөлменді желдетіп ал да, шынықтыру жаттығуын жаса;
- Ертең ерте тісінді тазалап, беті-қолыңды, мойның мен құлағыңды жу;
- Ұйықтар алдында жуынып, бөлменді желдетіп алуды ұмытпа;
- Тамақ ішердің алдында, жұмыстан кейін, әжетханадан соң міндетті түрде қолыңды жу;
- Бет орамал пайдалан, мұрнының әрқашан таза болуына көңіл бөл;
- Түшкірген, жөтелген кезде мұрның мен аузыңды бет орамалмен жауып, теріс айналып түшкір немесе жөтел;
- Шашыңды дұрыстап күт: уақытылы тара, буып немесе өріп қой;
- Төсегінді жинау, жеңіл-желпі киімдеріңді өзін жуып, үтіктеу, түйменді қадап, бәтенкенді тазалау – бұл әркімнің-ақ қолынан келетін іс;
- Ұқыпты да жарасымды киінетін бол. Киімің таза және үтіктелген болсын;
- Мектепке киетін киімің мен үй киіміңді ұқыпты ұстап, уақытылы ауыстыр. Ал қонаққа барарда жарасымды да сәнді киінген жөн;
- Үйден шығарда сырт бейненді айнаға қарап түзеуге әдеттен;
- Аяқ киіміңді күтіп киіп үйрен, тазалауға уақыт бөл;
- Мектепте ұстайтын, үйде пайдаланатын заттарыңды реттеп ұста;
- Өзің отыратын орынның тазалығын қадағалап, шаңын сұрт;
- Кітап – дәптеріңді пайдаланып болған соң, орнына қой;
- Ине-жіп, қайшы, тарак, кітапша сияқты заттардың өз орнынан табылғаны дұрыс. Алсан, орнына деру қой;
- Сырт киіміңді орындыққа тастай салмай, киімлігішке іл. Мектеп формасы мен үй киімің араласып жатпасын.

- Ойнасаң, ойыншықтарыңды да жинап, реттеп қой.

Тері тазалығы – адам **денсаулығының** кепілінің бірі. Ыстық сумен және сабынмен жуынған жағдайда ғана теріні түрлі микробтар мен лас нәрселерден айықтырып, тазартуға болады. Адам терісінің ең өсімтал бөлігі – шаш пен тырнақ. Ол адамның миын күн сәулесі мен суықтан сақтайды. Әр шаштың өзінің өмір сүру мерзімі бар. Шаш сырт көзге өз қалпын сақтап тұрғанға ұқсағанмен, шын мәнінде күніне 100 тал шаш түсіп, 100 тал шығып отырады. Шашты аптасына 1 рет жуған жөн. Өте суық күндері бас киімсіз шығуға болмайды.

Құрметті оқушылар денсаулықты күтеміз!

Шешім:

1. Мектеп Ережесінің орындалуын қадағалау директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасары М. Кузенбаева, сынып жетекшілерге ұлдар ұйымының төрағасы Т. Аяповқа жүктелсін.
2. Жаңа оқу жылының жоспары бекітілсін.
4. «Тазалық-денсаулық кепілі» тақырыбындағы баяндама қанағаттанарлық деп табылып, мектеп оқушыларының денсаулығын тексеріп, қадағалау, сонымен қатар әдеп сабақтары, түрлі кенестер беру мектеп медбикесі 3. Исакова мен сынып жетекшілерге жүктелсін.

Ұлдар ұйымының жетекшісі:



Т. Аяпов

AM

№52 С. Бегалин атындағы жалпы орта білім беретін мектебі
коммуналдық мемлекеттік мекемесі

БАЯНДАМА

**Тазалық
денсаулық кепілі**

2023-2024 оқу жылы

Адамның денсаулығы – қоғам байлығы. Әрбір адам өз денсаулығының мықты болу жолдарын қарастыру керек. Дені сау адамның көңіл-күйі көтеріңкі болып, еңбекке әрқашан құлшына кіріседі. Халқымыз «Дені саудың – жаны сау» деп орынды айтқан. Отанымыздың келешегі, көркеюі – салауатты өмір салтын сақтау қолдауда. Қараңғы үйге кіріп келіп шам жақсаңыз, шам үйді жарық қылады. Көп қызыл гүлдің ішінен бір ақ гүл көрсең, көзің соған түседі. Біздің де өмірімізді жарық қылатын, жан-жағымызға тамаша сәулесін шашатын, өмірдегі басты байлық – денсаулық. Денсаулық – бұл адамның еңбекке белсенді болуы, әрі ұзақ өмір сүруі, тәтті саулығын және рухани саулығын сезіну. Жеке бас тазалығының ережелері. - Күнделікті бір уақытта тұр, бөлменді желдетіп ал да, шынықтыру жаттығуын жаса; - Ертең ерте тісінді тазалап, беті-қолыңды, мойның мен құлағыңды жу; - Ұйықтар алдында жуынып, бөлменді желдетіп алуды ұмытпа; - Тамақ ішердің алдында, жұмыстан кейін, әжетханадан соң міндетті түрде қолыңды жу; - Бет орамал пайдалан, мұрныңның әрқашан таза болуына көңіл бөл; - Түшкірген, жөтелген кезде мұрның мен аузыңды бет орамалмен жауып, теріс айналып түшкір немесе жөтел; - Шашыңды дұрыстап күт: уақытылы тара, буып немесе өріп қой; - Төсегінді жинау, жеңіл-желпі киімдеріңді өзін жуып, үтіктеу, түйменді қадап, бәтенкеңді тазалау – бұл әркімнің-ақ қолынан келетін іс; - Ұқыпты да жарасымды киінетін бол. Киімнің таза және үтіктелген болсын; - Мектепке киетін киімің мен үй киіміңді ұқыпты ұстап, уақытылы ауыстыр. Ал қонаққа барарда жарасымды да сәнді киінген жөн; - Үйден шығарда сырт бейненді айнаға қарап түзеуге әдеттен; - Аяқ киіміңді күтіп киіп үйрен, тазалауға уақыт бөл; - Мектепте ұстайтын, үйде пайдаланатын заттарыңды реттеп ұста; - Өзің отыратын орынның тазалығын қадағалап, шаңын сұрт; - Кітап – дәптеріңді пайдаланып болған соң, орнына қой; - Ине-жіп, қайшы, тарақ, кітапша сияқты заттардың өз орнынан табылғаны дұрыс. Алсаң, орнына дереу қой; - Сырт киіміңді орындыққа тастай салмай, киімдігішке іл. Мектеп формасы мен үй киімің араласып жатпасын. - Ойнасаң, ойыншықтарыңды да жинап, реттеп қой. Тері тазалығы – адам денсаулығының кепілінің бірі. Ыстық сумен және сабынмен жуынған жағдайда ғана теріні түрлі микробтар мен лас нәрселерден айықтырып, тазартуға болады. Адам терісінің ең өсімтал бөлігі – шаш пен тырнақ. Ол адамның миын күн сәулесі мен суықтан сақтайды. Әр шаштың өзінің өмір сүру мерзімі бар. Шаш сырт көзге өз қалпын сақтап тұрғанға ұқсағанмен, шын мәнінде күніне 100 тал шаш түсіп, 100 тал шығып отырады. Шашты аптасына 1 рет жуған жөн. Өте суық күндері бас киімсіз шығуға болмайды. Қолдың тырнақтарын аптасына 1 рет алса, аяқ саусақтарының тырнақтарын екі аптада бір рет немесе айына бір рет алады.

Денсаулық – баға жетпейтін жалғыз ғана асыл дүние. Ол жақсы болу үшін не уақытты, не күш – жігерді, не еңбекті, тіпті барлық дүниені аямай жұмсау керек. Денсаулық үшін өмірдің бір бөлімінде киюға болады.

«Денсаулық – зор байлық» дейді қазақ. Халықтың денсаулығын сақтау аурулардың алдын-алу мен оларды емдеу бағыттары; мемлекеттік, әлеуметтік, экономикалық (нарықтық экономика, макроэкономика), медициналық және биологиялық (физиологиялық) проблема.

Адамның еңбек пен тұрмыс жағдайын жақсарту, аурулардың алдын алу. Халықтың дене және рухани күшінің жан-жақты дамуына қолайлы жағдайлар туғызу, халыққа тегін, жалпыға бірдей, жоғары дәрежедегі мамандандырылған медициналық көмек көрсетуді қамтамасыз ету біздің тәуелсіз егеменді мемлекетіміздің аса маңызды міндеттерінің бірі. Бұл туралы біздің ата заңымызда (конституциямызда) кең көлемде жазылған. Басқадай қаулы-қаралар жеткілікті. Сонымен 2002 жылы — денсаулық жылы деп атаудың өзі нені аңғартады. Біздің мемлекетімізде денсаулық сақтау ісімен Қазақстан Республикасы денсаулық сақтау министрлігі айналысады. Облыстарда, аудандарда денсаулық сақтау бөлімдері жүргізіп отырады. Кейінгі кезде халықтың денсаулығы өте нашарлап кетті.

Оның ең басты себептерінің бірі экологиялық жағдайларға байланысты. Қазақстан жерінің экологиясы басқа мемлекеттермен салыстырғанда, өте нашарлап кетті. Қазақстан Республикасында емдеупрактикалық мекемелер арқылы барлық медициналық жәрдем көпшілік жағдайда тегін көрсетіледі. Мемлекеттік бюджеттен арнаулы түрде қаржы бөлініп отырады. Балалар дәрігерлік көмекті балалар ауруханасы мен поликлиникаларынан тегін алады. 3 жасқа дейінгі балалар консультация орындарының бақылауында болады. Денсаулық дегеніміз — ағзаның айналыны қоршаған сыртқы орта факторларыт бейімделуі

**2023-2024 оқу жылында
№52 С. Бегалин атындағы жалпы орта білім беретін мектебі
ұлдар ұйымының
5-11 сынып оқушыларымен өткізілген жиналыстың**

ХАТТАМАСЫ № 2

26.12.2023 жыл

Қаратал ауылы

Қатысқандар:

1. Директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасары М. Кузенбаева
2. Ұлдар ұйымының жетекшісі Аяаов Т
3. Сынып жетекшілер
4. 7-11 сынып оқушылары

Күн тәртібінде:

1. «Бала құқығы туралы» кеңестер беру.ДТІЖО Кузенбаева М
2. «Жаман әдеттерден аулақ бол» Биология пәнінің мұғалімі Бурлибаев М

Тыңдалды: күн тәртібіндегі негізгі мәселе бойынша директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасары М. сөз алды. Күн тәртібінің бірінші мәселесі бойынша таныстырып шықты. Ата-бабаларымыз жазу- сызуды білмеген кездің өзінде де бала тәрбиесіне ерекше көңіл бөліп, адам құқығын қорғауды назарда берік ұстаған. Сол кезде адамдарда көптеген сұрақтар туындады. Келісімді бейбіт өмір сүру үшін «Адам құқықтарының декларациясы» деген кітап жарық көрді. Бұл кітаптарды үлкендер өздеріне арнап жазды. Ал, балаларға қамқорлық жасай отырып, балалар бақытты өмір сүру үшін «Бала құқықтары туралы Конвенциясы» жазылған.

Бала туралы Конвенциясы ҚР 1994 жылы 11 қарашада заңдық күшіне енді. 2002 жылы 2 қыркүйекте Қазақстан «Бала құқықтары туралы конвенцияға қол қойды, сөйтіп Қазақстанның «Балалар құқығы туралы заңы» еңгізілді. " ҚР Баланың құқықтары туралы" Қазақстан Республикасының 2002 жылғы 8 тамыздағы №345 Заңы (қазіргі өзгертілген)Конвенция-0-ден 18 жасқа дейінгі барлық балаларға қатысты халықаралық заңы бар құжат. Бұл заң 9- тарау, 53- баптан тұрады.

Бала деген кім? 18 жасқа толмаған жеткіншек бала деп саналады.

Бала дүниеге келген соң өзіне есім алуға, азаматтық алуға, өз ата-анасын танып білуге, олар тарапынан қамқорлық көруге құқылы. Әрбір бала өмір сүру құқығына ие және Мемлекет оның өсуі мен дамуын қамтамасыз етуге стер және тәрбиелеу ата-ананың табиғи құқығы, әрі парызы. Ал, тәрбиеден кате жіберілсе, оның салдары ата –ананың өзіне тиеді. Тәрбисіздік пен

адамгершілікке жатпайтын тәртіп балаға оңайға соқпайды. Қоғам да, басқа адамдар да мұндай қылықтан зиян шегеді. Әрбір баланың өз отбасында өмір сүруге және тәрбиеленуге, олардың қамқорлығына, өзінің мүдделеріне қайшы келетін жағдайларды қоспағанда, олармен бірге тұруға, жан-жақты өсіп-жетілуіне құқылы. Ата-анасы болмаған жағдайда, оларды ата-ана құқығынан айырған және ата-ана қамқорлығынан айырылудың басқада себептері баланың отбасында тәрбиелену құқығын «Неке және отбасы туралы» Қазақстан Республикасының заңында жазылған: Заңның 13-тарауында белгіленген. Ата-анасы некесінің бұзылуы, ата-анасының бөлек тұруы баланың құқығына кері әсер етпеуге тиіс. Ата-анасы бөлек тұрған жағдайда немесе басқа мемлекеттерде тұруына байланысты баланың әрқайсысымен қарым-қатынас жасауға құқығы бар. Кейбір жағдайда ата-аналық құқықтан айырғаннан кейін ата-ана мен бала арасындағы байланыс тоқтайды. Соттың шешімімен ата-аналық құқығын жойған адамда енді баласын тәрбиелеу құқығы болмайды. Ол ата-ана енді басқа біреуден өзінің баласын сұрап, баланың заңды өкілі және оның мүдесін қорғауға да құқығы болмайды. Бірақ ата-аналық құқығы жойылған адам баланы материалдық жағынан қамту міндетінен босатылмайды. Егер ата-аналық құқығынан айырылған адам өзінің қателігін мойындаса, жеке бас тәртібін түзесе, онда оған ата-аналық құқығы қайтадан қалпына келтірілуі мүмкін. Ата-анасының қамқорлық жасауынан айырылған балаларды тәрбиелеп, мәмелеу-мемілекеттің, қоғамның қасиетті борышы. Бала-ата –ананың көз нұры, көңіл қуанышы, өмірінің жалғасы. Халқымыз ұл мен қыз тәрбиесіне ерекше мән берген. Бала тәрбиелей отырып, артына із, өшпес мұра қалдырған. «Тәртіптің ең тамаша мектебі-ол отбасы»-деген С.Смайлы. Ұл- қыз ата –анасын қуанышқа бөлеп, бақытқа жеткізу үшін, ең әуелі әдепті болуы керек. Әдепті болып өскен бала ата –анасының көз қуанышы. Ендеше, баланы сеніммен тәрбиелеу-зор нәтиже береді деп ойлаймын. Балаңмен сырлас дос бола біл. Дүниедегі мақсатың да, міндетің де ең үлкені-ол ертеңгі күнгі өнегелі, парасатты ұрпақ қалдыру.

Жоғарыда айтылған кеңестерді есте сақтайық!

Сөйледі: «Жаман әдеттерден аулақ бол» Биология пәнінің мұғалімі Бүрлібаев М сөз алды.

Әңгімені ұлдарға зиянды әдеттерден аулақ болу туралы айтты

Жағымсыз әдеттерге темекі шегу, арак ішу, улы заттарды иіскеуге әуестену (токсикомания) сияқты қауіпті әдеттер жатады. Оларға адам тез үйреніп кетеді. Әсіресе бала ағзасы тез үйренеді. Адам бұл тәуелділіктен тез арыла алмайды. Жағымсыз әдеттер «қауіпті құмарлық» деп аталады, олар тіршілік үшін аса маңызды мүшелер қызметінің бұзылуына, әртүрлі аурулардың пайда болуына әкеп соқтырады.

Сөйледі: күн тәртібіндегі екінші мәселе бойынша сөзді ұлдар кеңесінің төрағасы Аяпов Т алды. Ағымдағы оқу жылында мектеп

оқушыларының тәрбие процесін ұйымдастыру барысында өзекті мәселелердің бірі әрі бірегейі зиянды әдеттермен күрес екеніне тоқталды. Оның ішінде электронды темекінің қоғамға қауіп туғызып отырғанын айтты. Білім алушыларды еліктіріп, өз ырқына баурап алған электронды темекілер тек зиянды әдет қана болып табылмайтынын, жас организмді улап, болашағына балта шабушы құрал екеніне тереңінен тоқталды. Темекінің түтініне уланған жас ағза тезентігеді, тез болдырады. Тамаққа, жұмысқа, жаттығуға және басқаға зауқы жоқ болады. Электронды темекі дәстүрлі шылыммен тең.

«Темекі бүкіл денеге залал әкеледі, ақыл - ойды бұзады, ұлттарды түгелдей надандыққа әкеледі» деген екен О. Бальзак. Ұлттың саулығы жеткіншек жас ұрпақтың саулығынан бастау алатынын айтты. Мектеп қабырғасында білім алушы өскелең ұрпақ – осы елдің арқа сүйер тірегі екенін, болашақ жастардың қолында екенін айтты. Сол себепті де, ер балалардың бос уақытын тиімсіз, бос әуреге арнап өткізбей, салауатты өмір салтын сақтаулары керек екенін, күн тәртібін ретке келтіріп, уақытымен ұйықтап, дұрыс тамактанып, спортпен шұғылдану керек деді. Мектепте түрлі спорттық үйірмелер жұмыс атқаратынын, ер балалар сол үйірмелерге қатысып, денсаулықтарын жақсартулары керек екенін айтты.

Шешім:

1. «Бала құқығы туралы» берілген кеңес қанағаттанарлық деп табылсын. Ағымдағы оқу жылы барысында «Бала құқығы туралы» Заң басшылыққа алынып, мектеп оқушыларына үнемі түсіндірме жұмыстары жүргізілсін.
2. «Жаман әдеттерден аулақ бол» тақырыбындағы баяндама қанағаттанарлық деп табылсын.

Ұлдар кеңесінің төрағасы :



Аяпов Т

№52 С. Бегалин атындағы жалпы орта білім беретін мектебі
коммуналдық мемлекеттік мекемесі

Баяндама

**«Зиянды
әдеттерден аулақ
бол!»**

2023-2024 оқу жылы

Темекінің адам ағзасына зиянды әсері. Шылым шегу-денсаулыққа елеулі зиян келтіретін жағымсыз әдеттердің бірі. Шылым шеккен кезде ағзаға улы және зиянды заттардың өте көп мөлшері енеді. Темекі құрамында ағзаға зиян келтіретін никотин деген зат болады. Никотин-күшті у, ол тіршілік үшін өте қауіпті. Ол миға, өкпеге, жүрекке және бүйрекке әсер етеді.

Бүгінгі күні бұл заттардың 1200-ден астам түрі белгілі. Олардың 200-і ағза үшін өте зиянды. Темекінің қауіпті уларына никотин, темекі шайыры, улы газ жатады. Ағза никотинге әдеттенеді де, уланады. Темекі шайыры темекі жапырағы жанған кезде пайда болады. Тәулігіне темекі шегушінің өкпесінде көп мөлшерде шайыр жиналады. Улы газ оттегінің орнын алып, ағзаны уландырады.

Шылым тарту әр жаста да қауіпті. Әсіресе, балалар үшін өте зиян. Темекідегі улы заттар олардың бойының өсуін және дамуын төмендетеді, өкпе ауруына шалдықтырады. Міне, сондықтан да кішкене күнінен шылым шеккен балалардың бойы өспейді, тез шаршайды, нашар оқиды. Бұл балалардың есте сақтауы нашарлайды, көру қабілеті төмендейді. Шылым шегетін адамдардың өкпесі, асқазан, қан тамырлары көп зардап шегеді. Оттегі жетіспегендіктен, ағзаның жұмысы нашарлайды.

Жағымсыз әдеттердің келесі бір түрі-ішімділік (алкоголь). Алкоголь – у. Ол жүрекке, өкпеге, бүйрекке, бауырға әсер етеді. Алкоголь қанмен миға жетеді де сөйлеу қабілетіне, психикаға әсер етеді. Қатты бас ауру пайда болады. Бұл жағдайда дереу дәрігерге қаралған жөн! Өз денсаулығыңды сақтап қалу үшін ешқашан темекі тартпа және ішімдік ішпе. Маскүнемдік-емделуі қиын, ұзаққа созылатын ауру. Ішімдік ми, асқазан, жүрек, бауыр, бүйрек және қан қысымының көтерілуі-гипертония, бауыр ауруы-цирроз және жүйке, жан сезім ауруларына душар болады.

Ырықсыз темекі шегу.

Шылым шегуші темекі түтінін жұтып қана қоймайды, сондай-ақ оның түтіні қоршаған ортаға да тарайды. Ауаға темекі түтінінің жартысы және темекі шеккен адамның шығарған түтіні де түседі. Сөйтіп ауа никотинмен, улы газбен, шайырмен және басқа зиянды заттармен ластанады. Балалар немесе ересектер шылым шеккен адамның қасында немесе темекі тақтылған бөлмеде болса, ырықсыз шылым шеккіш қатарына қосылады.

Жапонияның ғалымдары темекі шеккен адамның (әкесінің, ағасының және басқа) қасында болған балалар шегілген шылымның жартысын қабылдайтынын дәлелдеді. Міне, темекі шегілген, түтіндетілген бөлмеде немесе темекі шеккен адамның қасында болуға болмайтын себебі осы.

Темекіні қоямын деген адамда ең бастысы-темекі шегушінің осы зиянды әдеттен арылайын деп шешім қабылдауы. Темекі шегуге құмарту ұзаққа созылмайды. Егер осы кезде бірнеше жаттығуларды орындап, қызықты іспен айналыссаң, музыка тыңдасаң, темекіге құмартуың ұмытылады. Темекі

тартатын балалардан аулақ болғаның жөн.Егер өзінің темекіге құмарлық сезімді баса білсең,бұл сенің үлкен жеңісің болып есептеледі.Сен темекі шегуден арылып,денсаулығыңды сақтайсың,рухың жоғары болады.

Ішімдіктің және темекі тартудың зиянды әсерін біле отырып,мұндай заттарды пайдаланудан бас тартқан дұрыс.Саған темекі ұсынған жағдайда «жоқ» деп,зиянды заттардан дер кезінде бас тартуды үйрен. «Тек дарынсыздар ғана тағдырға бағынады» деп Абай атамыз айтпақшы ақылды бол,жағымсыз әдеттермен күресуде рухың биік болсын.

Улы заттарға әуестік.

Улы заттарға әуестік(токсикомания)деп адам белгілі бір тұрмыста пайдаланатын химиялық заттар:ацетонды,бензиндіжәне дәрідәрмектік заттарды иіскеуге құнығып кеткен жағдайды айтады.Осы улы заттарды иіскеген кезде адамның басы айналып,1,5-2 сағатқа мас болады.Содан соң әлсіреп,есенгірейді.Бірнеше уақыттан кейін ағза осы жағдайды қайталауды талап етеді,яғни ағзада улы заттарға тәуелділік пайда болады.Улы заттарды иіскеген кезде қорқыныш сезімі пайда болып,адам сандырақтайды,қозғалысында өзгерістер пайда болады.Кейде тіпті қазаға ұшырайды.Егер осындай тәуелділік анықталса,міндетті түрде нарколог,психиаторда арнайы емделу кажет.

Нашакорлық-есірткеге құмарлық.

Денсаулыққа зиянды заттардың бірі-есірткі.Нашакорлық-есірткіге құмарлық,бұл ең қауіпті аурулардың бірі.Бірнеше рет қабылдаған соң,есірткіге тәуелділік қалыптасып,оны қажетсіну арта береді.Аса көп мөлшерде қабылданғанда,адамның тыныс алуы тоқтап қалуы байқалады.Есірткіні қабылдаған адамның миы зақымданады да,есте сақтау қабілетін толық жоғалтуға әкеп соқтырады.Нашакорлық ересек балаларға еліктеуден басталады.Бірнеше рет қабылдағаннан кейін-ақ адамда есірткіге деген тұрақты тәуелділік қалыптасады.Сонымен енді сен жағымсыз әдеттердің түрлерін білесің.Бұл зиянды заттарды қабылдаудан аулақ бол.Салауатты өмір салтын қалыптастыру арқылы өз денсаулығыңды нығайта біл.Сонда ғана саған тек пайдалы жұмыстар жасауға,дене шынықтыруға,спортпен айналысуға,мұражайларға баруға,музыка тыңдауға,саяхат жасауға мүмкіндік туады.Ұзақ әрі жемісті өмір сүресің.Дүниенің қызығы мен тамашасы мол.Саған соларды көріп,өміріңді мағыналы етуге жол ашылады.

№52 С. Бегалин атындағы жалпы орта білім беретін мектебінің
5-9 сыныптар аралығында ұлдар жиналысы
Хаттама №3

20.02.2024ж

Қаратал ауылы

Қатысқаны:

5-9 сынып ұлдары - 31
ДТДЖО - Кузенбаева М
АӨД жетекшісі - Т. Аяпов
Педагог-психолог - Б. Кенжебаева
Тілімгер - Ш. Анаркүл

Күн тәртібінде:

1. Құқық бұзушылықтың алдын алу жайлы
АӨД жетекшісі Аяпов Т
2. Қылмыс неден туындайды? (пікір талас)
Директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасары: Кузенаева М
3. Өртүрлі мәселелер

Тыңдалды:

Күн тәртібіндегі бірінші мәселе бойынша мектеп АӨД жетекшісі Т. Аяпов сөз алып, мектеп жасындағы оқушылар арасында есірткі заттарды пайдаланатын жасөспірімдер де бар екенін айта келіп, есепте тұратын оқушылардың санына тоқталып, нашакорлық аркасында канша жасөспірімдер дертке шалдықканын айтты.

Күн тәртібіндегі екінші мәселе бойынша директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасары М. Кузенбаева сөз алып, «Қылмыс неден туындайды?» деген тақырыпта оқушылармен пікір талас жүргізді. Пікір таласқа оқушылар белсене қатыстып, 8-9 сынып ұл балалары өз ойларын ортаға салды. Оқушылар өз ойларын еркін түрде айтып, қызықты тартысты өтті.

Жиналыс қаулы етеді:

1. Оқушылардың арасында қылмыстың алдын-алу жұмыстары жандандырылсын.
2. Балалардың тәртібі сынып жетекшілер тарапынан қадағалауға алынсын.

Жиналыс төрағасы:
Хатшы:



Т. Аяпов
Ш. Анаркүл

**№52 С. Бегалин атындағы жалпы орта білім беретін мектебінде
8-11 сынып оқушылары өткізілген ұлдар жиналысы
Хаттама №4**

12.05.2024 ж

Қаратал ауылы

Қатысқаны:

5-10 сын ұлдары - 42
ДТДЖО - Кузенбаева М
АӘД жетекшісі - Т. Аяпов
Педагог-психолог -Б. Кенжебаева
Тілімгер - Ш. Анаркүл
Мектеп медбикесі А.Сұлтанклопа

Күн тәртібінде:

1. «Сәлемдесу салт жорағысы», «Мен кіммін? Мен қандаймын?» тақырыбындағы тренинг және жаттығулар мектеп педагог-психологы: Б. Кенжебаева .
2. Ұл бала тәрбиесі туралы ұғымдар жайлы АӘД жетекшісі Т. Аяпов - «Тазалық-денсаулық кепілі» тақырыбында жеке бас гигиенасы туралы кеңесі берді.
3. «Баланың жеке бас гигиенасының сақтау жолдары» туралы айтып өтті
4. «Ұл балалардың жеке гигиенасы» медбике А. Сұлтанкулова

Тыңдалды:

- Ұлдармен жиналысты мектеп педагог-психологі Б. Кенжебаева. «Сәлемдесу салт жорағысы», «Мен кіммін? Мен қандаймын?» тақырыбындағы тренинг және жаттығулар мен бастады. Мақсаты: топты ұйымдастыра білу, эмпатиялық сезімді, жағымды көңіл күйді көтеру, белсенділікті арттыру және өмірлік күшті жинау.

Ұл бала тәрбиесі туралы ұғымдар жайлы АӘД жетекшісі Т. Аяпов .: Әр халықтың бала тәрбиесіндегі өзіндік ерекшеліктері арқылы мәдени құндылықтары қалыптасады. Ата-бабамыз ұл баланы ертеңгі абыройлы әке, қадірлі отағасы, елді қорғайтын ер, батыр, би, акын, ұлттың намысты азаматы ретінде әділдікке, қайсарлыққа, кешірімді болуға, өнерге, білімге, салтдәстүрімізді сақтауға тәрбиелеген. Ұл бала – қазақта шаңырақ иесі, ер-азамат – ата-ананың отын тұтатушы болып саналады. Дұрыс бағытқа бағдарлау көп жағдайда абыройлы әкеге, үлгілі отағасына, қадірлі ағаларына байланысты. Халқымыз ұл бала тәрбиесіне ерекше көңіл бөлген. Қай халықта болмасын, ұл бала тәрбиесі – әке меншігінде. «Ата көрген оқ жонар, шеше көрген тон пішер» дей отырып, қазақ отбасында әкелер өзінің білетін бар өнерін ұрпағына үйретіп, оларды мерген, аңшы, яғни «сегіз қырлы, бір сырлы» жігіт етіп тәрбиелеген. Бала ес білгеннен бастап, оның құлағына «сен ертеңгі шаңырақ иесің, болашақ әкесің, арқа сүйер жарсың, отбасының асыраушысысың, сондықтан да жаманнан жирен, жақсыдан үйрен» деген сөздерді құйып отырған. Халқымыз ер баланың 12-15 жасынан бастап, оның алдында өмірдің дайындаған талай қиын-қыстау шақтары мен қуанышты сәттері бар екендігін ескере отырып, «Аты аталмаған жігіттен аты

аталған төбе артық» деп намыстандыратын, «Айтсаң, үйде туып, түзде өлетін жігіттерді айт» деп таңдандыратын, «Өнерлі жігіт өрге озар, өнерсіз жігіт жер соғар» деп шамдандыратын, «Ерді намыс өлтіреді, қоянды қамыс өлтіреді», «Ерлік білекте емес, жүректе» деп қайраттандыратын, «Ақыл жастан, асыл тастан» деп сеніміне шек келтірмейтін, «Атадан ұл туса игі, ата жолын қуса игі» деп армандайтын еді халқымыз. Отбасындағы ер баланың өз орны бар. Мысалы, тұңғыш ұл – кейінгі ініқарындастарының қамқоршысы, ата-анасының көмекшісі, оған «Ағасы бардың – жағасы бар» деп арқа сүйеген. Кенже ұл – шаңырақ иесі. Басқа балалар енші алып, бөлек отау құрып жатса да, кенже ұл әке-шешенің қолында қалады. «Ұлға отыз үйден тыйым, он сан үйден сын» демекші, ер жігітке айтылар сын көп, қойылар талап жоғары. Халықтың дәстүрлі тәрбиесінде осы баға «жігіт сыны» деп аталады. Қазақ халқының менің ұлым деп көкірек қағып, мақтаныш тұтар ұлының қандай болу керектігі туралы халықтың талғамына сай бейнеленеді: Мектепте мектеп медбикесі Қожанова П.Т. 5-8 сыныптарда денсаулықтың адам өмір сүруі үшін аса қажеттілігін, оны сақтай білудің адам өміріндегі маңызы, микробтардың ағза қауіптілігін, кір қолдың қандай ауруларға ұшырататынын, жұқпалы аурулардан сақтану жолдарын, денесін шыңдауда шымыр да шапсаң ұқыпты да жинақы, ортаны таза ұстап аялауға, өз денсаулығын күте білуге, еңбекқорлыққа тәрбиелеу мақсатында «Тазалық-денсаулық кепілі» тақырыбында жеке бас гигиенасы туралы кеңесі берді. Тазалық – денсаулығымыздың кепілі. Тазалық бар жерде әрқашанда жақсы өмір қатар жүреді. Денсаулығымыз мықты болы үшін спортпен айналысып, әркезде де таза жүрсек болғаны. Адам өмірінде тазалықтың алар орны маңызды. Жаны таза адамның өмірге деген көзқарасы жарқын, ерекше болады. Тазалық әркезде де біздің жанымыздағы сенімді серігіміз болуы шарт.

Медбике А. Сұлтанкулова - «Ұл балалардың жеке гигиенасы» тақырыбы бойынша кеңестер жүргізілді. Адамдар ерте кезден- ақ өз денсаулығын күтіп, сақтауды білген. Денсаулық дегеніміз – адамның тәнін, жанның және рухани адамгершілігінің үйлесімділігі, оның басқа адамдармен мейірімді қарым-қатынасы. Міне сондықтанда жеке бас гигиенасына аса көңіл бөлген жөн. Әр адамның жеке сүлгісі, тіс шөткесі, сабыны т. б. Көптеген нәрсені бөлек болуы тиіс. Жеке адам өз денесін таза, киімін ұқыпты, құралдарын дұрыс ұстауы қажет. Жеке бас гигиенасы - бұл адамның жеке мүшелерін күтуде гигиеналық ережелерді орындау арқылы өз денесінің тазалығын сақтай білу т. б). Қолда, саусақтардың арасындағы қатпарларда, тырнақтардың астында микробтар көп мөлшерде жиналады. Сондықтан қолды тамақ ішер алдында, дәретханаға барғаннан кейін, даладан келгенде үнемі жуу керек. Қолды, әсіресе, тырнақтардың астын, саусақтардың арасын сабындап жуған дұрыс. Апта сайын тырнақты қайшымен абайлап алып тастау керек. Шаш денені жауып тұрады. Теріде шаштың түбі болады. Оның түбінде қан тамырлар, жүйке талшықтарының ұшы мен бұлшық еті талшық қара талшықтары ұштасып жатады. Аурудың алдын - алудың басты шарты - тазалық. Үйді, төсек - орныңды, ыдыс - аяқты, киімді арнайы тазартқыш заттармен тазалау. Аптаға 1 рет моншаға түсіп, төсекті ауыстыру. Әкенің мінез-құлқы, өзгелермен қарым-қатынасы ұл баланың көз алдындағы үлгіөнеге алатын, соған қарап өсетін нысанасы. Қазақта біреудің баласы жақсы азамат болса: «Оның әкесі немесе атасы жақсы кісі еді, көргенді бала екен, өнегелі жерден шыққан ғой» деп мақтайды. Ұл тәрбиелей отырып, жер

иесін тәрбиелейміз, қыз тәрбиелей отырып, ұлтты тәрбиелейміз. Отбасындағы тәрбие әрбір мүшенің өзін-өзін сақтау, ұрпақты жалғастыру, өзін-өзі сыйлау қажеттігінен туындайды. Баланы дұрыс тәрбиелеу отбасында, алдымен, жанұя жағдайы, онда қалыптасқан оң моральдықпсихологиялық ахуал, татулық пен өзара түсіністік, сүйіспеншілік пен сыйластық, отбасы мүшелерінің бір-біріне деген құрмет сезімдері, яғни, отбасындағы кіршіксіз

Мектеп психологы Б. Кенжебаева - тазалық туралы түсінік бере отырып, жеке гигиеналарын сақтауға дағдылану керектігін айтты. Денсаулық - басты байлық. Денсаулықтарын күту, тазалық ұстау, ұқыпты болу керек екендігін айтып өтті. «Ер баланы алты жасқа дейін хандай көтер, сыйла. Алты жастан он алты жасқа дейін құлша жұмса. Он алты жасқа толғасын досындай сырлас, сыйлас» деген қазақ халқында нақыл сөзі бар. Ер баланың тәрбиесін неден бастауымыз керек? Бала кезінде ұлдың жұмысы, қыздың шаруасы деп бөлген дұрыс емес. Ата-анасына көмектескісі келсе, қолын қақпау керек. Бала әкені сенімді дос ретінде санайтын болсын. Үлгі тұтатын әке болсаңыз, бала сізге адал дос, қолдаушы болады. Ұл бала ерлерге тән ойлау жүйесін, жігіттік болмыс-бітім, мінез-құлықты бойына қайдан сіңіреді? Қыздардың – анасына, ұлдардың – әкесіне еліктейтіні анық. Ұл бала әкесіне ұқсас болғанын қалайды. Ұл үшін әкесінен асып түсер мықты адам жоқ: ол көлік айдайды, ауыр заттарды оп-оңай көтереді, ештеңеден қорықпайды. Қазақта үстелдің төрінде әкенің тұрақты орны бар, оған басқа ешкім отырмайды. Балалары әкесі наннан ауыз тигеннен соң тамактануға кіріседі, сосын әкелерінің ас қайыруынан соң ғана орындарынан тұрады. Қазақта ұлдар әкесі немесе атасының бойындағы қасиет пен өнерін үйреніп өскен. Шығармашылықта, ақындықта танылған жас баланың тәрбиесіне аса назар аударған. Ата өнерін ұрпағының қууы, оны мирас етуі қазақ отбасыларында жиі кездесетін дәстүр. Әкесінің баласына қал-дырған ең үлкен мұрасы – оны жақсы тәрбиелеуі дей отырып, баласын оқытып, жақсы көріп, баласына ат қою, баласын сау етіп өсіру, үйленер жасқа келгенде баласын үйлендіру – қазақ от-басының басты міндеттерінің бірі. Қандай ата-ана болсын баласының дұрыс адам болғанын, өзінен артық болғанын қалайды

\ Шешім етті:

1. Ұлдармен үнемі тренинг және жаттығулар ұйымдастыру мектеп педагог-психологы: Б. Кенжебаеваға міндеттелсін. .
2. Ұл бала тәрбиесі туралы ұғымдар жайлы АӘД жетекшісі Т. Аяповқа жүктелсін.
4. Ұл балалардың жеке гигиенасы туралы түсіндірме жұмыстары медбике А. Сұлтанкулова ға жүктелсін.

Жиналыс төрағасы:

Хатшы:



Т. Аяпов

Ш. Анаркүл

Анықтама

№52 С. Бегалин атындағы жалпы орта білім беретін мектебінде 2023-2024 оқу жылының 15 қазан күні 5-7 сынып ұлдары арасында шахмат, шашка, тоғызқұмалақтан мектеп біріншілігі өтті.

Мақсаты:

Ұлдар арасында ауызбіршілікті ұлғайту, достық қарым- қатынасты нығайту, ер баланың бойында жеке тұлғалық қасиеттерін дамыту. Жарыста ұлдар өте белсенді қатысты. Нәтижесінде 7 сынып ұлдары жеңіске жетті.

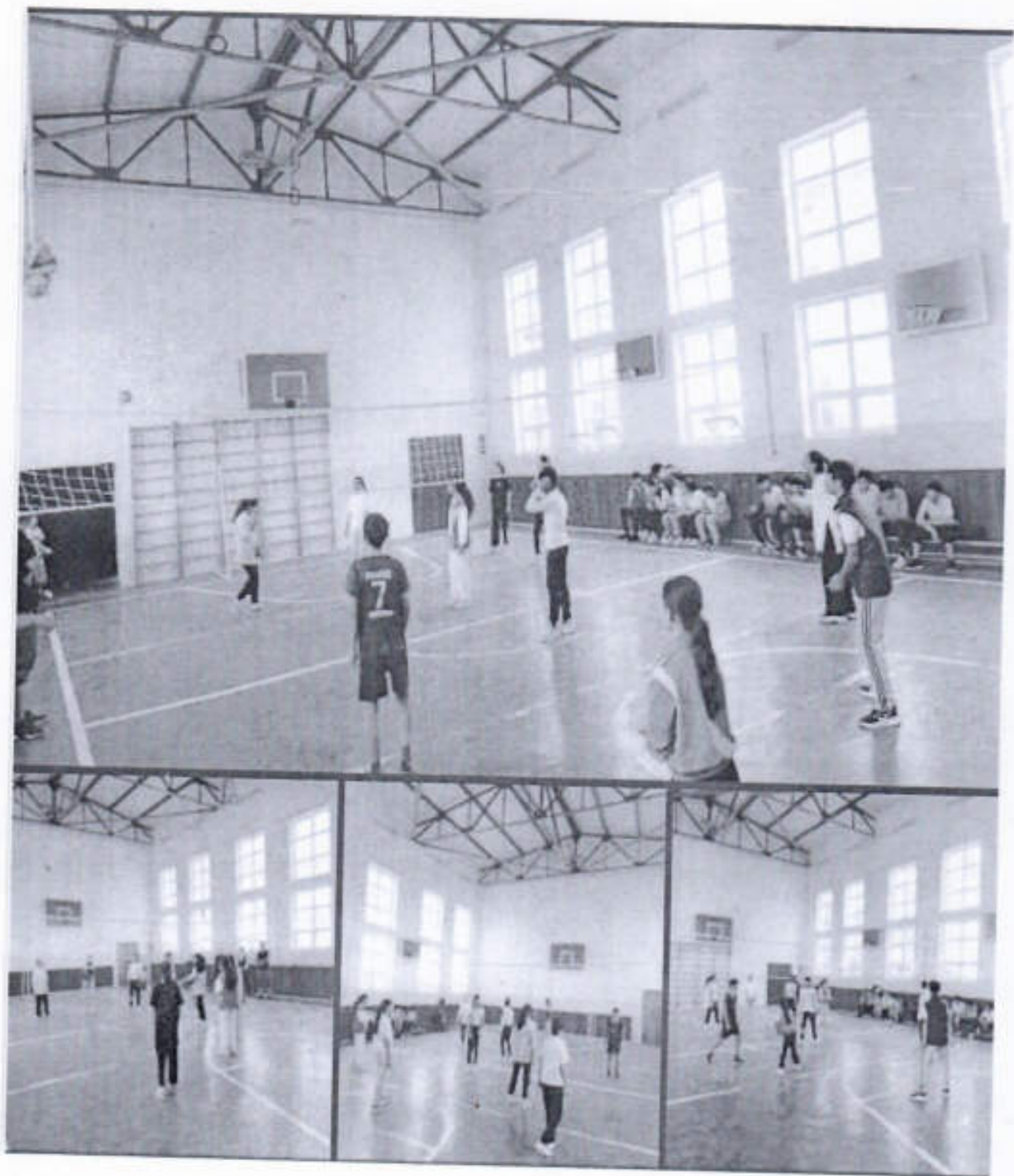


Анықтама

№52 С. Бегалин атындағы жалпы орта білім беретін мектебінде 2023-2024 оқу жылының 5 наурыз күні 8-10 сынып ұлдары арасында волейболдан жарысы өтті.

Мақсаты:

Ұлдар арасында ауызбіршілікті ұлғайту, достық қарым- қатынасты нығайту, ер баланың бойында жеке тұлғалық қасиеттерін дамыту. Жарыста ұлдар өте белсенді қатысты. Нәтижесінде 9 сынып ұлдары жеңіске жетті.



№52 С. Бегалин атындағы жалпы орта білім беретін мектебі

КЕҢЕС

«Қазіргі ұялы телефонның адам өміріне әсері»

Информатика пәні мұғалімі С. Орынбеков

2023-2024 оқу жылы

Тақырыбы: Қазіргі ұялы телефонның адам өміріне әсері

Бүгінде ұялы телефондарсыз жұмыс істеу, істі бітіру мүмкін емес. Қазір екінің бірінің қолында ұялы телефон. Жас та, кәрі де бір-бірімен телефонды құлаққа тосып, күндіз-түні сөйлесумен болады. Бұрын ұялы телефон дегенді тек қана қалталы азаматтардың қолынан көретін болсақ, осы күні титтей балалардың да қолынан түспейтін ойыншыққа айналған. Оны айтасыз, алыстағы ауылдарыңыздың «өзінде» соткасыз» үй жоқ. Ал енді екінің бірінің қолында, жамбасында, қалтасында, сөмкесінде, кеудесінде жүрген осы «сотка» дегеніңіз адамға қаншалықты зиянды? Америкалық мамандар ашқан жаңалыққа бұл күнде ешкім таңғалмайтын болды. Осыдан екі жыл бұрын «екіқабат әйелдер мен жас балалардың ұялы телефонды пайдалануы олардың денсаулығына орасан зиянын тигізеді» деп иондық емес сәулелерден қорғану жөніндегі Ресей ұлттық комитеті де дабыл қаққан болатын.

Ұялы телефон балалардың денсаулығына кері әсер етеді екен. Есте сақтау қабілеті нашарлайды. Танымдық қабілеті төмендейді. Бойды сүлесоқтық пен бойкүйездік билейді. Балалардың көбісі ашушаң, шаршауық, жүйкесі тез құриды. Ал ұялы телефонмен ұзақ сөйлесетін балалардың жүйкесі жұқарып, депрессиялық синдромға ұрынуы жиілейтін көрінеді.

Адамдар пойызда, лифт ішінде телефонмен сөйлесіп жатады. Ең зияны да осы екен. Ұялы телефонның антеннасы мұндай жағдайда жоғары деңгейде радиация шығарады. Бұл айналып келгенде адамның дене бөліктерін қыздырып, денсаулығына кері әсер беретін көрінеді. Әсіресе, жастар күндіз-түні ұялы телефонға жабысып, қолдарынан бір тастамайды. Түнімен музыка тыңдайды, бір-біріне хабар жібереді. Әйтеуір тыным жоқ. Зарядтайтын қондырғы жарты метр жерде болса, онда жоғары кернеулі электр сымның астында ұйықтағанмен бірдей екен. Тіпті мұның соңы мида қатерлі ісіктің пайда болуына әкеледі. Ғалымдар сұмдық сорақы жайттарды да анықтап отыр. Ұялы телефонмен ұзақ сөйлессеңіз, ол адам миын бір градусқа дейін қыздырады екен.

Шведтік ғалымдар пайдаланушылардың 84%-ы құлақ тұсында температураның көтерілуін, 60 ұйқышылдыққа бейімделуін, 50%-ы бас ауруының күшеюін анықтаған.

Анкара дәрігерлер палатасынан жасалған мәлімдемеде ұялы телефон және оның станцияларының мектептің ауласына, бала бақшалар, ауруханалар, саябақ секілді әлеуметтік тұрмыс мекендеріне құрылмауы керек екені айтылды.

Мәлімдемеде сондай-ақ былай делінді: «Еуропаның 5 елінде жасалған зерттеудің қорытындысы ең аз дегенде 10 жылдан бері ұялы телефон қолданған адамдарда кейбір ми рагының кездесу жиілігінің артқанын көрсетті. Осы мәселемен бірге ДНК-дағы өзгерістер, жүйке клеткаларындағы өзгерістер, мидың жұмысы мен ұйқыдағы өзгерістер секілді аурулар да ортаға шығуда». Ұялы телефонмен сөйлесуден гөрі хабарлама жазу балалар мен жасөспірімдер үшін қолайлы. Себебі сөйлесу кезінде құлаққа берілетін электромагниттік сәулелер хабарлама жіберуден әлдеқайда көбірек бөлінеді.

Ұялы телефонның адам ағзасына қаншалықты зиянды әсер ететіні туралы әрбір қолданушы сенеді, бірақ мән бермейді. Телефонның қосулы қалпында жай жатқанда зияны тимейді. Алайда аппараттың құрамдас, айырылмас мүшесі "Transmitter" ("таратқыш", передатчик) іске қосылған кездері ғана адам ағзасына зиян әкеледі. Әсіресе, телефондағы sim-картаны оператормен байланыстыру мақсатында аппарат антеннасында өндірілетін электромагнитті энергия зиян.

Телефон антеннасынан бөлініп шығатын энергия ауаға таратылып қоймай, адамның құлақ

тұсындағы тірі клеткаларға жұтқызылады. Өйткені энергия ешқайда жоғалып кетпейді, бір түрден екінші бір түрге айналады.

Ол клетка миға құтқару сигналын жібереді, алайда ол сигналдың қуатын телефоннан шығып жатқан сигнал қуаты басып кетеді.

Ұялы байланыс құралымен сөйлесу ұзақтығын 3 минуттан артық қолдану өте зиян. Құлақ тыңдағыш арқылы 70%-дай азаяды. Зиян тигізілетін уақыт сигналды

қабылдағаннан кейінгі 20-30 секунд. Одан ары зиян күші күрт азаяды.

Электромагниттік сәулелендірудің адам ағзасына тигізер зияны туралы жинақталған білімдер, телефонның сәулеленуі сияқты басқа да электромагниттік сәулелендірулер онымен байланысқа түскен адамдар денсаулығына, физиологиялық жай-күйіне әсер етеді.

Ұялы телефонның жұмыс жасап тұрғандағы сәулелендіру аумағы бастың ми қалпақшасы мен есту, көру қабілетіне едәуір әсері болатындығында. Ұзақ мерзімді сәулелендіру мидың кейбір құрылымдарының биоэлектрлік белсенділігіне әсер етуі мүмкін және оның жұмысына (айталық, есте сақтаудың қысқа және ұзақ мерзімді жағдайына) кері әсерін тигізеді. Еуропа ғалымдары жақында мынадай қорқынышты қорытынды жасады: 10 жылдан артық ұялы телефонды пайдаланған адамда мидың гематознцефаликалық кедергілерінің бұзылуы басталады, яғни миға зиянды заттардың кірмеуіне себепкер болатын сүзгіштің қабырғалары бітеледі. Бұл болашақта адамды мидың қатерлі ісік ауруына шалдығуына әкеліп соқтырады. Біздің өміріміздегі соқпақтар мұндай электромагниттік қысымды көтере алмауы мүмкін. Кейбір сарапшылар «адамдардың басым көпшілігі Альцгеймер және Паркинсон ауруларына шалдығады» деп жорамалдайды. Сонымен қатар жүргізілген тәжірибеге сүйене отырып, сәулеленің әсері тек жинақталып қалмайды, кейінгі ұрпаққа беріледі деген қорытындыға келіп отыр.

SAR (ағылш. Specific Absorption Rates) – ұялы телефон пайдаланған 1 секунд ішінде адам ағзасына жұтылатын ең жоғары меншікті қуатты көрсететін меншікті коэффициенті. Оның өлшем бірлігі 1Вт/кг.

Еуропада рұқсат ету мәні 10 граммға 2 Вт/кг

АҚШ-та 1 граммға 1,6 Вт/кг
Ресей, ТМД-да 1Вт/см220

SAR неғұрлым төмен болса, ұялы телефонның сапасы жоғары.

Өз ұялы телефоныңыздың SAR білу үшін нұсқаулықты оқу керек.

www.cnews.ru/reviews/phones/sar.shtmlask.li/sar.html

Бүкіләлемдік денсаулық сақтау ұйымының басшылығымен «Interphone» деген атаумен зерттеу жүргізілген 2000-2004 жж. Аралығында 13 елде жүргізілген зерттеуге 12800 адам тартылған. Ұялы телефон пайдалану мен ми ісігі арасында өсу жағдайы 8 жағдайдың алтауында анықталса, 1 зерттеу

бойынша ми ісігінің бірі глиома 39% өскен.

Күніне 4 реттен артық пайдаланушылардың бас ауруы 3,6 есе көбейген, қан

қысымы жоғарылаған. 1 сағаттан артық күніне 2 реттен артық сөйлесушілерде ми рагына шалдығушылар артқан.

Ұлыбритания, Жапония елдерінде жасөспірімдердің ойлау қабілетінің төмендеуі, тұйықталуы, ашуланшықтығы жиі кездесіп, ұялы телефонды 16 жастан бастап ұстауға болады. Алайда асыра пайдалануға, уақытты ұтымсыз бөлуге рұқсат бермеуді ұсынады.

Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының деректері бойынша адам денсаулығының 50%-ы өмір сүру сипатынан, 17-20%- әлеуметтік және табиғи жағдайдан, 17-20%- тұқымқуалаушылық ерекшеліктерінен, 8-9%-ы денсаулық сақтау ұйымдарының тиімді жұмыстануынан тәуелді екен. Бұдан, адам өмірінің зиянды әсерден қашық болуы өз денсаулығына немқұрайлы қарауынан, салауатты өмір салтын ұстануынан, сауаттылығынан байланысты екені шығады. Адам өркениеттің жетістіктерін өз денсаулығына зиян келтіруіне жол бермеуі тиіс.

Кеңестер:

1. Ұялы телефонды қажеттілікке қарай пайдалану керек.
2. Үйде болсаңыз, ұялы телефонды пайдаланбай, үй телефонымен сөйлескеніңіз дұрыс.
3. SAR бойынша ұялы телефон үлгісін таңдаған дұрыс.
4. Жасөспірімдер мен балаларға ұялы телефон пайдалану мәдениетін үйреткен жөн.
5. 12 жасқа дейін ұялы телефонды пайдалануға тыйым салу қажет.
6. Ұялы телефонмен қысқа сөйлесуге үйрену керек.
7. Ұялы телефонмен сөйлескенде құлақты алмастырып, 8 түрінде ұстаған дұрыс.
8. Сөйлесуді SMS қызметіне алмастыруға тырысқан жөн.
9. Динамик арқылы дауыстық байланысқа ұмтылған дұрыс.
10. Сөйлесу уақытын 3 минуттан арттырмауға тырысқан жөн.
11. Екі сөйлесу арасындағы үзіліс уақыты 15 минуттан кем болмауы тиіс.
12. Найзағай ойнауы, күн күркіреуі кезінде ұялы телефонды пайдаланбау керек.
13. Автомобильде, желіні антенна ұстамайтын орындарда қолданбаған дұрыс.