

ЖАСТАРДЫ САЛАУАТТЫ ӨМІР СҮРУГЕ ҚАЛЫПТАСТЫРУДА ПЕДАГОГИКАЛЫҚ МӘСЕЛДЕЛЕР

Оразымбетова Б.Б., Ахметчина Т.А.,

Қостанай мемлекеттік педагогикалық институты, Қазақстан

Annotation. *The youth of the future of our society. The upbringing of a healthy lifestyle among young people is the main pedagogical problem. The concept of a healthy way of life is much wider, than the absence of harmful habits, it also includes a system of relations to him, to another person, to life in General, as well as the meaning of life, life goals and values.*

Аннотация. *Молодежь – будущее нашего общества. Воспитание здорового образа жизни среди молодежи является главной педагогической проблемой. Понятие здорового образа жизни гораздо шире, чем отсутствие вредных привычек, в него также входят система отношений к себе, к другому человеку, жизни в целом, а также осмысленность бытия, жизненные цели и ценности.*

Ел президентінің «Қазақстан – 2030» жолдамасындағы ұзақ мерзімді басымдықтың бірі. Қазақстан азаматтарының денсаулығы, білімі мен әл ауқаты тармағында азаматтарымыздың өз өмірінің сау болуы және оларды қоршаған табиғи ортаның таза болуы үшін азаматтарымызды салауатты өмір салтына әзірлеу қажеттігі көрсетілген. Бүгінгі таңда тәуелсіздігін алған егеменді еліміз осы бағытта Қазақстан мектептеріне жан-жақты дамыған, денсаулығы мықты, салауатты өмір салтын мұрат тұтқан дара тұлғаларды тәрбиелеу басты талап етіп қойылған.

Қазақстан азаматтарының денсаулығын нығайту салауатты өмір салтын ынталандыру туралы елбасының жолдауын егемендіктің кілтін ұстар жастардың болашағына апаратын, алтын сүрлеу десе болады. «Дені сау адам – табиғаттың ең қымбат жемісі» деп тегін айтылған. Қазіргі қоғамымызға халықтың табиғи өсімі төмендеп, сырқаттанушылық және өлім-жітім деңгейі арта түсті. Әсіресе балалар мен жастардың денсаулығына қауіп тудыруда. Темекі тарту, ішімдік пайдалану, есірткіге құмарлық және улы заттарға әуестік, адамгершілікке жат мінез-құлық, ерте жыныстық қатынас кеңінен етек алуда /1/. Дүние жүзілік денсаулық сақтау ұйымы сарапшыларының дерегі бойынша халық денсаулығының 49–50 пайызы өмір салтына яғни адамның өз денсаулығына қалай қарайтынына тәуелді. 17–20 пайызы қоршаған орта ерекшеліктеріне байланысты. Сонымен қатар денсаулық қатерінің негізгі факторларына мыналар да енеді: қозғалыс күшінің келу салдарынан қимылдың азаюы (гиподинамика) дене массаның артуы, жүйесіз тамақтану, қоршаған ортаның, көптеген уытты заттармен ластануы, өндірісте және тұрмыста күйзеліс туғызатын жағдайлар, зиянды әдеттердің – шылым, алкоголь пайдалану, нашақорлық көп таралуы. /3/

Қазіргі қоғамымызда салауатты өмір сүру салтына деген саналы көзқарастың темекі шегу, спирттік ішімдікке салыну, жыныстық аурулардың, соның ішінде ғасыр есігін қаққан індет – СПИД ауруларының көбеюіне себепкер болып отыр. Спирттік ішімдіктердің, есірткі мен темекінің адам өміріне зиянды екені белгілі. Денсаулығы әлсіз, білімі төмен, зиянды әдеттерге әуес, жалқау, тәрбиесіз жастары бар ел қашанда әлсіз. Жастар болашақ ертеңгі қоғамның, одан қала берді отбасы иелері. Сондықтан оларды салауатты өмір салтына тәрбиелеу, олардың осы дәстүрді дәріптеуші болып қалыптасуына бағыт беру қажеттігі білім беру мекемелерінің, соның ішінде орта мектептің алдында тұрған педагогикалық проблемалардың бірі. Еліміздің оқу – тәрбие жұмысына байланысты болып жатқан жаңартулар білім мен тәрбие жұмысын қайта қарауды міндеттейді.

Тәрбие – қоғамдық үрдіс, қоғам мен жеке тұлғаның арақатынасын қамтамасыз ететін басты жүйе. Оның негізгі өлшемі өмірге қажетті тұлғаның жағымды қасиеттерін дамыту болып табылады. Оқушылардың саналы тәртібі мен байсалды мінезін қалыптастыру, оған сәйкес сезімін және сенімін тәрбиелеу тәрбиешінің мақсатқа бағытталған іс-әрекетіне байланысты. Еліміздің болашағы жас ұрпақ екенін ескерсек, сол жас ұрпақтың денсаулығы мықты, интеллектуалды, дүниетанымы терең, білімі сапалы, адамгершілігі мол, бойын зиянды әдеттерден аулақ ұстайтын саналы ұрпақтарымызды тәрбиелеу /3/. Оқулықтағы оқу материалын толықтырып, алған білімнің нәтижесінде оқушыларымыз өздерін өзі бақылай, тежей ала-

тындай, оқушыларды зиянды әдеттерден сақтандыруда гумандық көзқарас қалыптасатындай халге жеткізу керек. Қалай болғанда да ел, ұлт қамы үшін әр адамның саулығын жақсартуға, салауатты өмір орнатуға бәріміз де ат салысуымыз керек /2/.

Халқымыз қашанда денсаулықты алдыңғы орынға шығарып, «бірінші байлық» – деп есептеген. «Дені саудың – жаны сау» – дейді халық даналығы. Еліміздің жарқын келешегі бәрімізге керек, оның ойдағыдай болуы қоғам мүшелерінің сайдың тасындай өмір сүріп, еңбек етуге әбден байланысты. Орыс ғалымы И.П. Павлов «Адам – жер шары табиғатының ең жоғарғы жемісі». Адам аса күрделі және өте нәзік жүйе. Бірақ табиғат қазынасын пайдалану және осы қазыналардан ләззат алу үшін адамның дені сау, күшті және саналы болу керек деген. Қазіргі кезде қоғамымызда ішімдікке құмарту, маскүнемдікке салыну кеңінен өріс алып отыр. Алкоголизм тек медициналық мәселе ғана емес, педагогикалық та мәселе.

Ішімдікке салыну және ішімдік салдарынан туындайтын жағдайлар қазірде дүние жүзі елдерінің көпшілігінде үлкен әлеуметтік мәселелер тудырып отыр. Бұл мәселе кешенді ол экономика, саяси, құқық, әлеуметтік, медицина, психология, педагогика салаларын қамтитын мәселелер. Сондықтан маскүнемдік тарихына сараптама жасау оқушылар, жастар арасында теориялық тапсырмалар және практикалық тапсырмаларды орындата отырып, оларды маскүнемдікке қарсы тәрбиелеу мен маскүнемдікке қарсы насихаттау жұмысын жүргізу арқылы іс жүргізу. Осыған орай, заманымызға сай Қазақстанда Н.А. Назарбаеваның бастамымен «Денсаулықты нығайтуға себепкер мектептер оқушыларға өзін-өзі танып білу» пәні деген тамаша бастамалар бас көтерді. Көптеген әдебиеттер әдістемелік құралдар, зиянды заттар және оларды алдын алу туралы шығып жатыр, А.Н. Майоровтың «Маскүнемдікке қарсы тәрбие» деген кітабында оқушыларды қалай маскүнемдіктен бойын аулақ ұстауға болатыны жөнінде айтылады. Жанұяда ішімдікті үнемі қолданудан дүниеге келген балаларда ми дамуының 40–30 пайызы артта қалу себебі – аналардың маскүнемдігі. Алкоголь орталық жүйке жүйесін күйзеліске ұшыратады, ми жұмысын әлсіретеді және есте сақтау қабілетін төмендетеді. Ал темекі деген тәуелдік дерті өзінің таралуы жағынан жұқпалы аурулардан да асып түсіп, қауіптілігі жағынан атом бомбасымен теңесіп тұр. Осыған байланысты 2003 жылы 21 мамырда бүкіл әлемдік денсаулық сақтау Ассамблеясы темекіге қарсы күрес жөніндегі конвенцияға дүние жүзінің 95 елі қосылып, оның 3-уі бұл құжатты детификациялаған. Конвенцияға қосылған елдердің ішінде ТМД елдерінен Грузия, Қырғызстан ғана бар. Республикасызда жыл сайын темекіге байланысты туындайтын аурулардың салдарынан 20–25 мыңдай адам өмірімен қоштасады. Республикамыздағы адамның әрбір бесінші темекі тартады, яғни 3-3,5 миллионға жуық адам темекінің құлы деген сөз. Енді адамның организміне зиянды заттың бірі – есірткі заттары. Есірткі заттары ерте заманнан белгілі (3500 жыл бұрын).

Дегенмен біздің елімізде 1986 жылдан бастап жастарымыздың шетел жастарына еліктеуінен таксикомания мен наркомания белен алды. Есірткіні қолданушылардың жиі жиналатын жері жастардың ойын-сауық орындары, би алаңдары, түнгі клубтар мен мектеп. Қазіргі заманда есірткінің адам баласына келтіріп отырған ауыр зардаптарын жан-жақты зерттеп, оның қазіргі кезде ең өзекті мәселеге айналғанын дәлелдеп отыр.

Елбасының 2005 жылғы 25 қарашадағы №1678 жарлығымен бекітіліп, үш кезеңге бөлінген ҚР нашақорлыққа, есірткі бизнесіне қарсы күрестің 2006–2014 жылдарға арналған стратегиясының негізгі ережелерін басшылыққа ала отырып, ел Үкіметі «Қазақстан Республикасындағы нашақорлыққа және есірткі бизнесіне қарсы күрестің 2006–2008 жылдарға арналған бағдарламасын» әзірледі.

Нашақорлық сырқат, емдеуден гөрі оның алдын – алу жеңіл. Нашақорлық денсаулыққа қатерлі дерт әкеледі, одан аулақ болудың жолы ешқашан оның дәмін татпау. Қазақстанда нашақорлықпен бірге СПИД – пен де күрес жүргізуде. Бұл дерттен аулақ болу үшін салауатты өмір салтын ұстау керек. Қазіргі әлеуметтік мәселеге айналып отырған алкоголь, темекі шегу, нашақорлық, жыныстық жұқпалы аурулардың зиянын оқушылар санасына жеткізу гумандық көзқарас қалыптастыру кезек күттірмейтін іс. Қазіргі кезеңнің ерекшелігі сол білім мен салауатты өмір сүру кезеңдерін қолма-қол өмірге енгізу қажет етеді.

Елбасымыз – 2002 жылы «Денсаулық жылы» деп жариялады. Адамға ең керегі деннің саулығы, деннің саулығы – қоғамның саулығы.

Білім ағарту тәрбие жұмыстары оқу орындарында мынадай бағытта жүргізілуі тиіс. Оқу үрдісінде жастарға тәрбие беру кезінде оқылатын пәндердің мазмұнына байланысты берілуі тиіс. Мұндай жұмыстар балалар үйіндегі оқушылар арасында, ішкі істер органдарында тіркеуде тұратын жас жеткіншектер арасында жүргізілуі тиіс. Жоғарыда аталған зиянды заттарды барлық азамат мойындап отыр. Олай болса ешбір соғыссыз, атом бомбасынсыз рухани апаттан жеңілу қаупі төмендігін адамзат түсініп, бір жеңінен қол шығаратын кездің келгендігін қазіргі «ғаламдану мәселелері» көрсетіп отыр. Бұның бәрі бүкіл тіршілік атаулығы қауіпті.

Адам сезіміне әсер етпей, санасымен қабылдамай, сенімді бекітпей дұрыс мінез-құлық, салауатты дағды қалыптастыруға болмайды Педагогика баланың жеке тұлға болып қалыпташуы іс-әрекет үстінде ғана болатындығын дәлелдейді. Сондықтан да бұл білім мен билік белгілі бір іс-әрекет арқылы ұйымдастырылуы керек.

ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ

1 Молодёжь и наркотики: пути профилактики: метод. рекомендации. – Архангельск: Изд-во ПГУ, 2002. – 89 с.

2 Комков А.Г. Социально-педагогические основы формирования здорового образа жизни детей школьного возраста: автореф. ... дис. д-ра наук. – СПб., 2000. – 54 с.

3 Николаев Ю.М. Теоретико-методологические основы здорового образа жизни в преддверье XXI века. – СПб.: ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1998. – 217 с.

ПСИХОФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ С МЕНТАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ НА УРОКАХ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ В КОРРЕКЦИОННОЙ ШКОЛЕ-ИНТЕРНАТЕ

Утешева О.А., Минтагирова Е.В.,

Лисаковская коррекционная школа-интернат, Казахстан

Annotation. *The presentation provides information about the psychophysical characteristics of students' development with mental disabilities in boarding school. We highlight factors that affect on the mental and physical health of students and how to correct their condition in the classroom exercise therapy. Lessons include therapeutic games, exercises for developing coordination, orientation in space, prevention of colds, enuresis, colds, the development of large and small hand movements, strengthening the muscles of the body, the maximum broach of micro muscles etc.*

Человек – высшее творение природы, но для того, чтобы наслаждаться её сокровищами, он должен быть здоровым. На данное время в мире общественные проблемы, связанные со здоровьем людей, являются глобальными.

В Казахстане в силу влияния негативных социально-экономических, экологических, генетических факторов возрастает число детей, рождающихся с отклонениями в развитии, с риском возникновения таких отклонений. Все чаще процесс протекания беременности у матерей сопровождается различными осложнениями, так как влияние неблагоприятных факторов способно спровоцировать возникновение симптомов умственной отсталости как у новорожденных детей, так и недоразвитие мозговых структур у плода в период беременности матери.

В Казахстане, по данным министерства здравоохранения, около 129000 детей до 18 лет с ограниченными возможностями. В Декларации ООН о правах инвалидов говорится о том, что «инвалиды имеют неотъемлемое право на уважение их человеческого достоинства, независимо от происхождения, характера и серьезности увечий. Имеют гражданские и политические права. Право на экономическое и социальное обеспечение, медицинское психическое и функциональное лечение, на восстановление здоровья и положение в обществе, на образование, профессионально-ремесленную подготовку и восстановление трудоспособности; на помощь, консультацию, на услуги по трудоустройству и другие виды обслуживания, кото-