

Кабыл алынды

№ 2 пед кеңешме

13 09 202_ж.



Кара –Балта шаарындагы № 1 орто мектебинин окуучуларынын жеке гигиенасы жөнүндө жобо.

Окуучунун жеке гигиенасы-бул ар бир бала умтулушу керек.Жеке гигиенанын эрежелери баланын ден-соолугунун ачкычы болуп саналат,жугуштуу жана мите оорулардын жок болушу.

Биринчи класстын ден-соолугунун төмөн деңгээли баланын мектептеги адаптация процестерине терс таасирин тийгизет.Окуучу төмөнкү процедураларды өз алдынча аткаруусу керек,бул баланы тарбиялоодогу маанилүү жагдайлардын бири.

- 1.Күндү тиш жууп, бетиңизди жуу менен баштап, бүтүрүү керек.
- 2.Көнүгүүлөрдү аткарып, керебетти жыйнап,терезени ачып, көшөгөлөрдү жылдыруу керек.
- 3.Колдун жана буттун тырмактарын жума сайын кыркып туруу керек.
- 4.Күндө кечинде кыздар дагы, балдар дагы сууга түшүп жуунуу керек.Бул окуучулардын гигиеналык эрежелеринде жазылган.
- 5.Жумасына бир нече жолу самындуу аарчыгычты колдонуу менен суу процедураларынан өтүү керектигин эскертет.Бул процедура эпидермистин бетинен кирди жана микробдорду жууйт, ошондой эле кератинизацияланган теринин бөлүктөрүн жок кылат.
- 6.Балдарга чачын жумасына 2 жолудан ашык эмес жууп туруу сунушталат.Чачтын таза жүрүүсүнө өбөлгө түзөт.
- 7.Күн сайын эртең менен балага таза кийим кийгизүү керек.
- 8.Мектептин ашканасында окуучу башка бирөөнүн стаканынан иче албайт жана башка бирөөнүн идиш-аяктарын колдоно албайт.
- 9.Алмаштырган бут кийим кийүүгө болбойт.Бирөөнүн бут кийимин кийүүгө да болбойт.
- 10.Окуучунун өзүнүн тарагы болушу керек.Бул педикулез оорусун жуктурбоо үчүн жардам берет.

Тазалыкты сактагыла жана денени күчтүү имунитет менен сактоо, бул өмүрдү узартат жана бекемдейт!