

Балаларды тазалыққа тәрбиелеу

Баланың денсаулығын сақтау мен жан-жақты жетілуін қамтамасыз ету үшін сауықтыру-тәрбие шаралардың тұтас комплексі: дұрыс тамақтандыру, жақсы гигиеналық күтім, бірқатар профилактикалық шаралар қолдану қажет. Гигиеналық міндет- адамның денсаулығына ықпал ететін тұрмыс жағдайларын, қоршаған ортамен адамдардың өзара байланысын және өзара ықпалын зерттеу, денсаулық сақтауды қамтамасыз ететін, дене күшін шыңдап және аурудың алдын алатын тұрмыс пен еңбектің гигиеналық нормаларын жасау.

Белгілі гигиенаның білімді игерген әрі оны практикалық қызметінде іскерлі пен қолданғанда ғана тәрбиеші балалардың дұрыс тәрбиесін: күн режимін, тамақтануын, денесінің шынуғуын және гигиенасын және басқаларды қамтамасыз ете алады. Балалардың жақсы жетілуіне қажетті санитарлық және эпидемияға тиісті режим жасау- мектепке дейінгі балалар мекемелері тәрбие және гигиенаны талаптарына сәйкес құрылып, пайдаланылған жағдайда ғана мүмкін болады. Балалар мекемесінің жабдықтаулы гигиеналық және педагогикалық талаптарға сай келіп, балалардың жасына қарай ерекшеліктерін ескеруі тиіс.

Балалардың бойы мен жасына сай келетін жабдықтар дененің дұрыс қалыптасуын қамтамасыз етіп, оқу іс-әрекеті кезінде организмге тыс күш түсірмейді. Мұның омыртқа қисаюы мен алыстан көрмеушіліктің алдын алу жолында үлкен маңызы бар. Жабдықтардың қауіпсіз (жүзі өткір келетін, істік қырлы заттардың болмауы) тазалауға ыңғайлы болуы, ашық түске болуы, жабдықтардың ықшамдылығы мен түрінің әсемдігі маңызды талаптар болып табылады. Мектеп жасына дейінгі топтарда үстел, орындық, диван, ойыншық пен құрылыс материалдарын салуға арналған шкафтар, кітап қоюға арналған үстел қойылады. Балалардың столда дұрыс отыруы. Оның үстіне еңкейіп және екі табанын еденге қатты тіреп, иығын көтермеуі үшін оларды бақылау қажет. Орындық отырғышының шеті столдың бала жағындағы шетіне кіріңкіреп тұруы керек. Осылай отыру аз шаршатады және омыртқаны қисаюдан сақтайды.

Балалар мекемесінде жеке заттарын, киімін сақтауға арналған шкафтар болады. Әр балаға оның жеке пайдалануындағы: шешінетін, ұйықтайтын, туалет бөлмелеріндегі заттарды бекітіп берудің үлкен педагогикалық және гигиеналық маңызы бар және гигиена ережелерін орындау гигиеналық дағдымен машықтануға тығыз оңай және тез қабылданады. Бұл үшін балалар мекемелерінде қажетті жағдайлар жасап, оны ұдайы сақтап отыру қажет. Балалардың жеке гигиеналық сүлгісі мен заттарына орнап, туалет бөлмесінде жеке-жеке ойықтары бар кішкене шкафтар жасалады. Түбекке арналған сөре болады. Қол жуғыш, бүрікпе (душ) ванна, унитаз балалардың бойымен жасының ерекшеліктеріне сай келіп, гигиеналық талаптарға лайық болуы керек. Олар шойын, эмалы ақ түсті болуы мүмкін, ұштары жұмыр, тазалау мен дезинфекциялауға жеңіл болуы тиіс. Ойыншықтар- баланың өмірінде үлкен орын алады, тәрбиелік маңыз атқарып гигиеналық, педагогикалық талаптарға сай келу керек. Балаларға арналған ойыншықтарды балалардың денсаулығына зиян келтірмейтін, құрамында улы заттар жоқ және тазалау мен дезинфекциялауға жеңіл материалдан жасайды, себебі олар ойыншықтарды ауыздарына салады, еденге лақтырады. Бақшаға баратын балалардың жеке пайдаланатын заттары болуы керек. Мұның үлкен гигиеналық маңызы бар, өйткені ол балалар арасындағы жұкпалы ауруларды болдырмауға бағытталған профилактикалық шара болып табылады. Әрбір сәбидің шкафы, төсек орны мен керуеті, түбегі, сүлгісі, салфеткасы, бет орамалы мен тарағы болуы керек. Бала өзінің заттарын пайдалану үшін ол баланың заттарын бірыңғай суреттермен белгілеп қояды. Сәбидің өте ерте жасынан бастап, әсіресе тамақ ішкенде ұқыптылыққа тәрбиелеу керек. Екі жастан асқан сәби салфетканы пайдалана білуі тиіс. Басқа баланың салфеткасын пайдалануға болмайды. Өйткені салфетка арқылы кейбір аурулар жұғуы мүмкін. Тәрбиеші баланың тек қана өз салфеткасын пайдалануын бақылайды. Әр сәбидің өзбет арамалы болуы тиіс және оны ешбір жағдайда басқа баланың пайлануына беруге болмайды. Балаларда түшкіргенде және жөтелгенде бет орамал пайдалануға үйрету қажет. Балалардың бақшада әрбір сәби үшін жеке түбек болуы тиіс. Сәби тек өз түбегін пайдалуы керек. Балаға түбекке отыруды сұрану әдетін қалыптастыру ерекше маңызды. Баланы түбекке ұйықтар алдында, ұйқыдан кейін белгілі бір сергек жүрген сағаттарында отырғызған жөн.

Осындай тәртіпке үйренген соң осыған сәйкесі түбекке сұрана бастайтын балаларды. Балалық шақта алған мәдени-гигиеналық дағдылар берік бола бастайды.