

Оңтүстік Қазақстан мемлекеттік фармацевтика академиясы

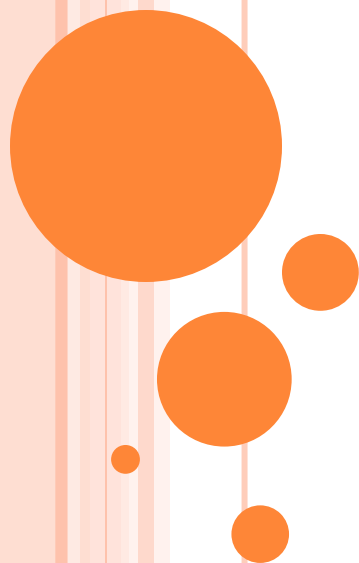
«Гигиена-1, денешынықтыру және валеология» кафедрасы

Тақырыбы: Балалардың керек-жарақтарын санитарлық-гигиеналық бағалау.

Орындаған: Ақбердиева А.

Тобы: 408/А КДС

Қабылдаған: Қарабалаев Н.



Жоспар

2.1.Ойыншықтарды, киімдерді, аяқ киімдерді санитарлық қадағалау.

2.2.Балалардың кітаптарына қойылатын гигиеналық талаптар.

2.3.Мектептің жазуға арналған құралдарына қойылатын талаптар.



ОЙЫНШЫҚТАРДЫ, КИІМДЕРДІ, АЯҚ КИІМДЕРДІ САНИТАРЛЫҚ ҚАДАҒАЛАУ.

Балалардың күнделікті қолданылатын заттарына ескертпелі санитарлы қадағалауға жаңа шығарылуы тиіс заттарға, оларды өндіріске қою алдында санитарлық баға беру жатады. Оны медицина институттарының, ғылыми-зерттеу институттарының, ірі санитарлық-эпидемиологиялық станциялардың санитарлық-гигиеналық және санитарлық-токсикологиялық лабораторияларында органолептикалық, санитарлық-химиялық, физикалық, токсикологиялық, микробиологиялық әдістерді қолданып жан-жақты тексереді.



Балалар заттарына ағымды санитарлық қадағалауды санитарлық-эпидемиологиялық станция қызметкерлері жүргізеді. Оның негізгі мақсаты шығарылатын балаларға қажетті заттардың техникалық жағдайға және мемлекеттік стандартқа сай келуін, оларды тасымалдау, сақтау және сату орындарының санитарлық талапқа жауап беруін қадағалау болып табылады.



Шет елдерден тасымалданатын балалар ойыншықтарына СЭС сапа сертификатын береді. Санитарлық сараптау барысында жаңа ойыншықты жасауға арналған материалдың және бояудың қолдануға рұқсаты бар – жоқтығын анықтайды. Ойыншықтың сырт көрінісіне, иісіне, жұмсақтығына көңіл аударады.



Ойыншықтар балалар денсаулығына зиянсыз болуы тиіс. Оның өткір бұрыштары немесе қолға қадалатын өскіндері болмауы керек. 3 жасқа дейінгі балалар үшін ойыншықтың салмағы – 100 гр, 7 жасқа дейінгі балалар үшін – 400 гр, ал 10 жасқа дейінгі балалар үшін – 800 гр, аспауы керек. Қолданылған электр қуаты 200 В, ал оның шығаратын шуы 65 ДБ аспауы тиіс.



- Киімдер мен аяқ киімдерді гигиеналық тұрғыдан бағалау да оның сырт көрінісін анықтаудан басталады. Оның қалыпты-техникалық құжаттарға сай келуін анықтайды. Оның ішінде материалдың құрамындағы синтетикалық және химиялық жіптердің пайыздық шамасы, балалардың жасы мен жынысы, жалпы өндіру мақсатына, жыл мезгіліне, климаттық жағдайларға, жууға және тазалауға жарамдылығына көңіл бөледі.



Балалар киімі мен аяқ киімін жасау үшін тек мемлекеттік санитарлық инспекциясы рұқсат еткен материалдары қолданылады. 4 жасқа дейінгі балалардың киімдеріне синтетикалық және ацетаттық жіптер болмауы тиіс. Одан жоғарғы жастағы балалар киімдерін каптовскозды және мақта-лавсан жіптерінен тоқылған матадан тігуге болады.



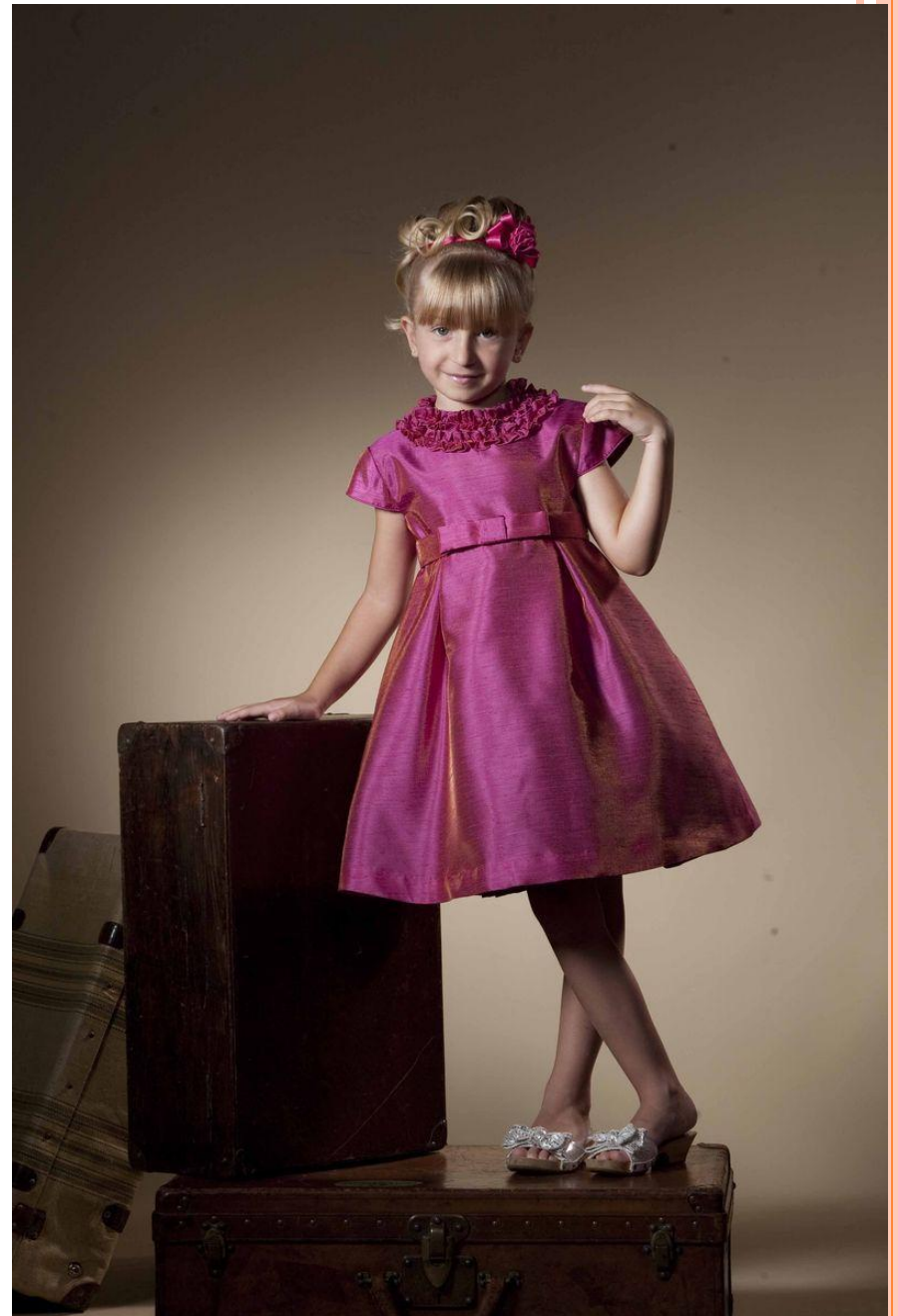


- Алайда, жіптердің құрамындағы лавсан және капрон жіптерінің көлемі жалпы қолданылған материалдың 40% аспауы қажет. Егер киім мақта-қағаз және капрон жіптерінен тоқылған матадан жасалса, онда оның құрамындағы капрон жіптерінің пайыздық шамасы 28% аспауы керек.



Киімнің үшінші қабатының матасында 50%-дан 100% дейін синтетикалық және жасанды жіптерді қолдануға болады. Киімді жылы ететін қабатты 4 жасқа дейінгі балалар үшін тек табиғи материалдардан, ал одан жоғарғы жастағы балалар үшін 50% синтетикалық материалдан жасау қажет. Киімнің астына салатын материал тек табиғи материал болған жөн.





- Балалардың аяқ киімін тігу үшін табиғи, жасанды және синтетикалық материалдар қолданады. Аяқ киімнің негізгі табиғи материалдар болуы тиіс. Ал оның сыртын әрілеу үшін синтетикалық және жасанды тері қолданылады. Аяқ киімді қалыңдатып жылыту үшін табиғи немесе жасанды жүн пайдаланады. Жасанды жүнді тек 6 жастан бастап қолдануға болады.



Аяқ киімнің табаны теріден болуы тиіс. Жылы аяқ киімнің табаны резина мен киізден жасалуы мүмкін. Балалардың табаны ересек адамдардың табанынан өзгеше, балалар өкшесі мен табанның алдыңғы жағынан арақатынасына байланысты.



Балалар табанының өкше жағы ұзындау келеді. Аяқ киімнің шамадан тыс қатты немесе жұмсақ болуы жалпақ табандылыққа алып келуі ықтимал. Мектеп жасына дейінгі балалар аяқ киімі өкшесінің биіктігі 5-10 мм, 8-12 жастағы балалар үшін 10-20 мм, 13-17 жастағы балалар үшін 20-30 мм.



- Аяқ киімнің асты қысып, оның қан немесе лимфа айналымын нашарлатпау керек. Балалар аяқ киімінің өлшемін балалар табанының ұзындығына 10 мм қосу арқылы анықтайды. Резинадан жасалған аяқ киімді (етік немес кроссовка) үнемі киіп жүруге болмайды. Оның жан-жақты бітеу болуы аяқтың терлегіш болуына және оның патологияға айналуына алып келеді. Аяқ киім аяққа шақ және жайлы болуы тиіс.





Балалардың кітаптарына қойылатын гигиеналық талаптар

- Балалар ес білгеннен бастап, белгілі көлемдегі ақпаратты қабылдап, түсіне білуі қажет. Білімді меңгерудің жаңа жолдары мен хабар алудың жаңа құралдары пайда бола бастағанымен ақпарат алудың негізгі көзі кітап болып қала береді.
- Мектеп оқушыларында жақыннан көргіштік дамуы көптеген факторларға байланысты болатынын, әсіресе, оқулықтар мен балалар әдебиетінің сапасының төмендігінен болатынын өз заманында Ф.Ф.Эрисман атап көрсеткен болатын. Бұл жағдай офтальмологтар мен педагогтардың бақылауларында да айтылады. Сондықтан, кітаптың өзі де, оқу процессі де регламенттеуді қажет етеді.





Жаңадан басылып жатқан оқулықтарға санитарлық бақылау екі бағытпен (басылып шыққанға дейін және басылып шыққаннан кейін) жүргізіледі:

- Әрбір оқулықтардың басылымын, олар көптеп шығарылғанға дейін өндірістік мамандардың іріктеп тексеруі (жағдайлары толық көрсетілген техникалық құжаттар);
- Басылымнан шыққан оқулықтарға гигиеналық сараптама жасау үшін, таңдап, іріктеп алу;



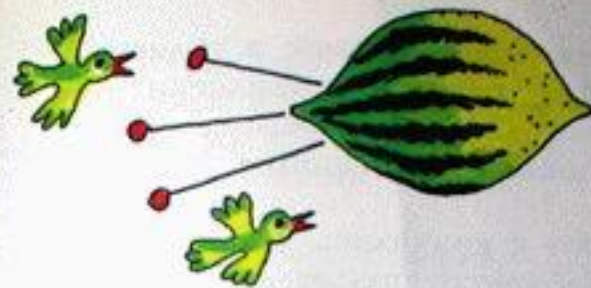
- Оқулықтардың мұқабасын өңдеуге қойылатын гигиеналық талаптар, балалардың көз анализаторларының ерекшеліктеріне негізделген. Оқыған кезде көзге түсетін жүктеме негізгі екі жағдайдан тұрады: көріну жағдайы және оқуға қолайлылығы.
- Сонымен, оқулықтың гигиеналық сипаты - қағаздың, баспаның, шрифтін, баспа жиынтығының, форматтың және кітаптың салмағы мен мұқабасының сапасына баға беруден тұрады.



ХОХОТАЛЬНАЯ ПУТАНИЦА

С мармеладом в бороде
К своему папаше
Плыл медведь в сковороде
По кудрявой каше!

Над землёй арбуз летит,
Он чирикает, свистит:
— Я — горчица, я — лимон!
Я закрылся на ремонт!



Раз в галошу села Лошадь
И сказала: «Я — Галошадь,
На гитаре, на гармошке
Буду делать иго-гошки!»



- Оқулықтарға арналған қағаз - баспа белгілері мен фонның арасындағы қарама-қарсы түстердің жеткілікті болуын қамтамасыз ету үшін ақ немесе аздап сарғыш түсті болуы керек. Сөйлем мәтіндері қағаздың екінші беттегі сөйлем жолдарынан көрініп тұрмауы керек. Қағаз беті тегіс және жарықтың шағылысуына кедергі келтірмейтіндей өте жылтырамауы керек.



- №1 типографиялық және №1, №2 офсет қағаздары гигиена тұрғысынан ең жақсы болып есептеледі. №2 типографиялық қағазды қолдануға болмайды. Оқулықтарды №3 типографиялық қағазда және газетке арналған қағаздарға басып шығаруға тиым салынады.

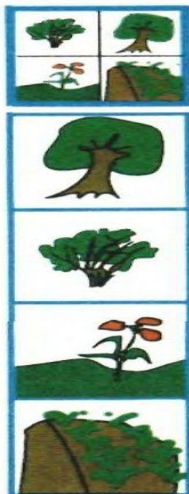


ПРЕДМЕТОВ



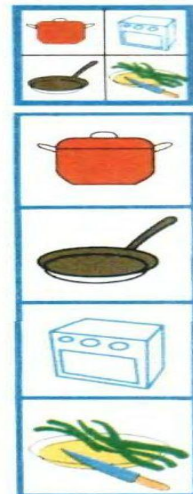
ГДЕ РАСТЕТ

- НА ДЕРЕВЕ
- НА КУСТЕ
- НА ТРАВЕ
- ПОД ЗЕМЛЁЙ



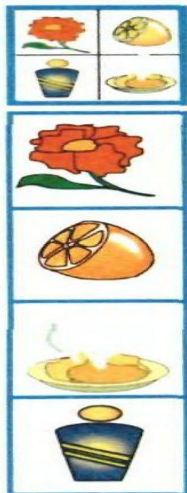
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В ПИЦУ

- В ВАРЁНОМ ВИДЕ
- В ЖАРЕНОМ ВИДЕ
- В ПЕЧЁНОМ ВИДЕ
- В СЫРОМ ВИДЕ



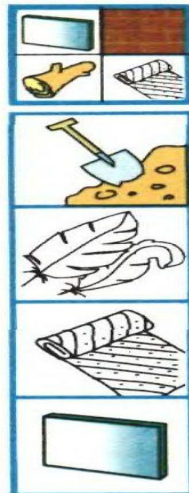
ЗАПАХ

- ЗАПАХ ЦВЕТОВ
- ЗАПАХ ФРУКТОВ
- ЗАПАХ ПИЦЦИ
- ЗАПАХ ДУХОВ



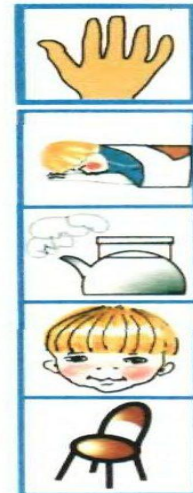
МАТЕРИАЛ

- ГЛИНА
- ПЕРО
- ТКАНЬ
- СТЕКЛО



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКОМ

- НА НЁМ СПЯТ
- ИЗ НЕГО ПЬЮТ ЧАЙ
- НАДЕВАЮТ НА ГОЛОВУ
- НА НЁМ СИДЯТ



- Азбука әріптерінің әліппе әріптерінен айырмашылығы штрихтары өте жуан және әріптер аралықтарының жақын орналасуында. Бірінші сынып оқушыларының оқулықтары мен әліппесі үшін, әліппелік немесе журналдық кертiктік гарнитурасын алған жөн. Кейiнгісін бiрiншi сыныптан он бiрiншi сыныпқа дейiн арналған оқулықтарға да қолдануға болады.



Екінші сыныптан бастап оныншы сыныпқа дейінгі оқушыларға арналған оқулықтарға мектептік (школьная) гарнитура қолданылады. Оның кертiктік гарнитурадан айырмашылығы штрихтарының жіңішкелiгiнде және әрiптердiң аяқ жағында онша анық емес кертiк таңбалары болатындығында. Әрiптердiң шрифтерi мектеп гарнитурасынан жіңішкелеу келедi.



- Үшінші сыныптан бастап және одан жоғары сыныптарға арналған оқулықтарда қосымша мәтіндерді (ескертпе, түсініктеме, көрсеткіштер, сөздіктер және т.б.) басу үшін көлбеу типографиялық шрифтті (курсивті) қолдануға рұқсат етіледі. Өрнектелген шрифттерді оқулықтардың мәтінін басуда (жазу үлгісінен басқа) қолдануға болмайды.



- Бірақ, бұдан кейінірек жүргізілген зерттеулер, шрифтің биіктігін жас мөлшеріне байланысты бөлу қажеттігін көрсетті, және бұл ұсыныстардың бәрі ересектерге де арналатындығы анықталды. Шрифтің биіктігі мм немесе кегльмен белгіленеді (кегль типографиялық пунктпен өлшенетін литер ауданының биіктігі)



Одан ұсақ шрифтермен - петитпен (8 кегль) орта және жоғары сынып оқушыларының оқулықтарында қосымша мәтіндерді басуға рұқат етіледі. Петитті оқулықтар тізімін жазғанда, сөздіктер, нұсқауларды басқанда кеңінен қолдануға болады. 7-8 сыныптардағы тақырыптарға арналған мәтіндерді петит қолдану арқылы 4 жолдан ар-тық басуға болмайды; ал 9-10 сыныптарға арналған оқулықтарда бір бетте 16 жолдан артық болмауы керек. 8-9 сыныптарға арналған оқулықтарға сұрақтар мен тапсырмаларды, әрбір сұрақтың мәтіні екі жолдан, ал петиттің барлық мәтіні - 16 жолдан аспаған жағдайда баспаға петитті қолдануға рұқсат етіледі.

Сондықтан оқу дағдысы аз төменгі сынып оқушылары үшін 20, 16, 14 кегльден тұратын ірі шрифтармен басылған оқулықтарда сөйлем жолдарының ұзындығының ең қолайлы мөлшері 126-130 мм болып есептеледі, 5 сыныптан бастап 10 кегльден тұратын шрифтармен басылған кітаптарда сөйлем жолдарының ұзындығы 113 мм бастап, 98-95 мм дейін азайтылады.

Әріп штрихтарының биіктігі сөйлем жолындағы "Н" - әрпінің биіктігімен өлшенеді. Әліппеде ол 48 бен 20 кегль арасында болады, немесе 8 ден 3,5 мм дейін, бірінші сынып оқушыларының оқулықтарында - 16 кегль (2,8 мм), екінші сынып оқулықтары 16-14 кегль (2,3 мм) үшінші және төртінші сыныптар үшін 14-12 кегль (2,0 мм). Бесінші сыныптан бастап жоғары қарай оқулықтың негізгі текстiнің шрифтері 10 кегль (1,75 мм) болып келеді.





- Осыған байланысты бастауыш және орта сыныптардағы мектеп оқушыларына арналған оқулықтарға екі бағаннан тұратын текст жиынтықтарын қолдануға рұқсат етілмейді. Бір сөйлем жолынан екіншісіне жиі көңіл аудару мектеп оқушыларында жылдам қажу пайда болғызады.



- Кон пластинкасымен өлшенген баспа жиынтығының тығыздығы шрифтін биіктігіне байланысты 1 см² орында 10-15 белгіден көп болмауы керек.
- "Мектеп оқулықтарын өңдеудің санитарлық ережелері" оқулықтардың эксперименттік және сынамаға арналған түрлерінен басқа барлық түріне арналды. Оның талаптарының сақталуын бақылап отыру, оқулықтар басып шығаратын баспасы бар территорияға қызмет ететін санитарлық-эпидемиологиялық станцияға міндеттеледі.



МЕКТЕПТІҢ ЖАЗУҒА АРНАЛҒАН ҚҰРАЛДАРЫНА ҚОЙЫЛАТЫН ТАЛАПТАР

- Мектептің жазу құралдары (қалам, қарындаш, дәптер, сия) балалардың көру органдары мен олардың жастарына сәйкес өте әлсіз келетін қолдарының ұсақ бұлшық еттеріне өте көп жүктеме түсірмеуі керек. Сондықтан, жуан немесе өте жіңішке қаламдарды қолдану әріптердің дұрыс жазылуына кедергі келтіреді.



STABILO® LeftRight

Учим
писать
правильно



Моя первая ручка!



1 stock Vector

Different Stationery



- Өзегі шариктен тұратын немесе сиясы автоматты түрде берілетін қаламдардың ұзындығы 142-150 мм, диаметрі 8-10 мм, салмағы 10 граммнан артық болмауы керек. Осындай қаламдарды қолдану ыңғайлы болып келетіні гигиенистік зерттеулер нәтижесінде дәлелденген. Гигиеналық тұрғыдан алғанда қаттылығы орташа (М,ТМ) ұзындығы 170-180 мм, диаметрі 7-8 мм қарындаштар мақсатқа сәйкес келеді. Мектеп жасына дейінгі және мектеп жасындағы балаларға қырлы қарындаштарды қолдануға болмайды.



Қазіргі қолданып жүрген нормалық құжаттар бойынша мектеп дәптерінің ені 170 мм, ұзындығы 250 мм болып келеді. Дәптердің беттеріне түзу жолақтар сызылады және ені 25-30 мм жиектік жолақ қалдырылады.





- Қиғаштау келген қисық сызықтар қолдың ұсақ бұлшық еттерінің қызметін жеңілдетеді және жазу жылдамдығының азаймауына мүмкіндік жасайды деп есептелінеді. Дәптердің қағазы тығыз, кедір-бұдырсыз жазық, ақ түсті және жазу екінші жағынан көрініп тұрмайтындай болуы керек. Оның бетіне жазғанда сия жайылып кетпейтіндей болуы керек. Сияның түсі күңгірт-күлгін түсті немесе қара түсті болғаны дұрыс.





semejnyj-dosug.ru



- Кітаптар мен дәптерлерін тасу үшін оқушылар портфельдер мен папкаларды пайдаланады, бірақ, гигиеналық тұрғыдан ранецтер (арқаға асылатын сөмке) дұрыс болып есептеледі. Ранецтерды пайдаланғанда жүктеме біркелкі түсіп, оқушының қолы бос жүреді және дененің симметриялық жағдайы сақталады.



Бастауыш мектептің бала-лары міндетті түрде ранецтерды пайдаланғаны дұрыс. Олар, материалдарына, өлшеміне, өңделуіне қойылатын гигиеналық талаптарды ескере отырып жасалады. Ранецтың салмағы - 500 гр, ені - 360 мм, ременнің ұзындығы - 85 см және олардың жоғарғы бөлігінің кеңдігі 35 мм кем болмауы керек.



Назарларыңызға
Рахмет

