**СИЛЛАБУС**

**Кәсіби қазақ тілі пәні бойынша, коды KRYa 1104**

## Мамандығы - 5В110200 Қоғамдық денсаулық сақтау (электив)

**Қазақ тілі кафедрасы**

**Курсы: 2 Семестр:1, 2**

**Тәжірибелік сабақ –30**

**Оқытушының жетекшілігімен студенттің өздік**

**жұмысы (ОСӨЖ) - 14**

**Барлығы - 44**

**Бақылау түрі: емтихан**

\

**Алматы, 2012**

Силлабус жұмыс бағдарламасы негізінде құрастырылды.

Силлабусты құрастырушы, аға оқытушы Қ.С.Бураханова

Жұмыс бағдарламасы кафедра мәжілісінде қаралды.

№\_\_\_\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2012 ж.

Кафедра меңгерушісі,

ф.ғ.к., доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**Жалпы мағлұмат:**

**1.1 Жоғары оқу орнының атауы:** С.Ж.Асфендияров атындағы Қазақ ұлттық медицина университеті

**1.2 Кафедра:**  Қазақ тілі кафедрасы

**1.3 Пән коды коды– KRYa 1104**

## 1.4 Мамандық: – 5В110200 Қоғамдық денсаулық сақтау

**1.5 Оқу сағатының көлемі - 54сағат**

## Курсы, семестрі: 2 - курс, Ісеместр

* 1. **Оқытушылар туралы мәлімет:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Аты-жөні** | **Қызметі,** | **дәрежесі** |
| 1. | Суатай С.Қ. | Кафедра меңгерушісі доцент | ф.ғ.к. |
| 2. | Доскеева Б.Ж. | доцент | ф.ғ.к. |
| 3. | Исаева Ж.Т. | доцент | ф.ғ.к. |
| 4. | Дәрменқұлова Р.Н. | доцент | ф.ғ.к. |
| 5. | Абдуллина З.А. | доцент | ф.ғ.к. |
| 6. | Зайсанбаев Т.Қ. | аға оқытушы | ф.ғ.к. |
| 7. | Қожахметова Ф.Б. | оқытушы | ф.ғ.к. |
| 8. | Тұңғышбаева Ғ.Ж. | аға оқытушы |  |
| 9. | Рахымбаева А.Т. | аға оқытушы |  |
| 10. | Тәттібаева А.Е. | аға оқытушы |  |
| 11. | Қастеева Т.Б. | аға оқытушы |  |
| 12. | Дәулетбекова Ж.С. | аға оқытушы |  |
| 13. | Бураханова Қ.С. | аға оқытушы | ф.м. |
| 14. | Жақсыбаева Э.О. | оқытушы | ф.м. |
| 15. | Канленова Б.Н. | оқытушы |  |

1.7 Кафедраның мекен-жайы.

Бөгенбай батыр көшесі 88,

1. №2 оқу ғимараты, 2 қабат

**1.8 Пәннің саясаты:**

**-** Профессорлық-оқытушылар құрамымен мәдениетті қарым – қатынаста болу.

- Міндетті түрде сабаққа қатысу.

- Сабаққа белсенділік таныту

- Сабаққа үнемі дайындықпен келу.

- Берілген тапсырмаларды уақытында орындау, өткізу.

- Аралық бақылау жұмысын өткізу.

- СӨЖ тапсырмаларын орындау.

- Жіберлген сабақтарды тапсыру, оқу үрдісі бойынша деканаттың рұқсатымен қабылданады.

- Кейбір түсініспеушіліктер, кемшіліктер болса кафедра меңгерушісі және оқу ісі меңгерушісінің

қатысуымен талқыланады.

**Тыйым салынады:**

- сабаққа кешігуге, сабақтан рұқсатсыз кетуге;

- сабақ үстінде ұялы телефонды пайдалануға;

- сабақ үстінде басқа сабақтардың тапсырмаларын жасап отыруға;

## 2. Бағдарлама:

## 2.1 Кіріспе

Тәуелсіз Қазақ елінің соңғы он жылдағы қарқынды даму үрдісі мен әлеуметтік жағдайы, шетелдермен халықаралық байланысының нығаюы, әлемдік қауымдастықтағы беделінің артуы, біліктілік деңгейі әлемдік стандарттарға сәйкес келетін, бәсекеге қабілетті жоғары білімді сапалы мамандарды даярлаудың қажеттілігін туғызып отыр. Мамандардың бәсекеге қабілеттілігінің негізгі көрсеткіштерінің бірі – олардың мемлекеттік тілді толық меңгеруі мен оны тәжірибе жүзінде қолдана алуы.

Ұсынылып отырған типтік оқыту бағдарламасы ЖОО-дағы қазақ тілінің қолданыс аясын барынша кеңейтіп, мемлекеттік тіл ретінде өмірлік қажеттілікке айналдыру мақсатында білім беру жүйесінде жасалып жатқан реформаларды басшылыққа алып, бүгінгі күннің талаптарына толық жауап беруді нысан етіп отыр. Кәсіби лексиканы өз мамандығына байланысты қатысымдық тұрғыда меңгеру - олардың өздерінің сөздік қорын тұрмыс-тіршілікте, қоғамдық-әлеуметтік салада және оқу үрдісінде еркін пайдаланып, сауатты жаза білуіне көмектеседі.Бағдарламада қоғамдық денсаулық сақтау, медико-профилактика мамандығына қатысты ең қажетті деген тақырыптар берілген. Яғни касіби лексиканы меңгертуге бағытталған.

Қазіргі таңда тілдік құзіреттілікті қалыптастыру коммуникативті-функционалдық грамматика тұрғысынан қарастырылуда. Тіл бірліктерінің қолданыстағы қызметтері, белгілі бір мағына түрлерін жеткізу функционалды грамматика арқылы жүзеге асады. Осы тұрғыдан алғанда, ең басты мақсат – тұрмыстық, әлеуметтік тақырыптардағы мәтіндер негізінде тіл үйренушілерлің сөйлеу біліктілігін жетілдіру, лексикалық қорын, грамматикалық білік-дағдыларын қалыптастыру, қазақ тілі грамматикасы туралы білімін дамыту.

Тілді меңгертудің стратегиясы мен тактикасы:

* тілдік білім берудің негізгі құзіреттілігі және оның нәтижелі болуы;
* коммуникативті-функционалдық бағыт; пән мазмұны мен оның нәтижесінің белгіленген типтік стандарт бойынша оқытылу мен тілді меңгертуі;
* пән мазмұнының сала, тақырып, шағын мәтін және қатысымдық-типтік жағдаяттарынан құралған когнитивті-лингвомәдени кешен түрінде берілуі;
* тілдік құзіреттілікті анықтаудың параметрлік өлшем бірліктерін көрсету.

**2.2. Пәннің мақсаттары:**

Кәсіби лексиканы мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйрету. Өз ойын ауызша және жазбаша еркін жеткізе алатындай дәрежеге жеткізу.

Қоғамдық денсаулық сақтау мамандығына сәйкес білімді игеруде үйренушінің жалпы дүниетанымын кеңейту.

Дайын күйіндегі сөйлесім мен қатысымды төмендегідей әрекеттер арқылы жүзеге асыру; Өнер мен мәдениет (театр, фильм, кітап, музыка және т.б) мәселелеріне байланысты өтілген тақырыпарды баяндау, мақұлдау, алған мәліметтерге өз көзқарасын білдіру, дәлелдеу;

Белгілі бір тақырыпты (әлеуметтік-тұрмыстық, әлеуметтік-мәдени сала) талқылауға өз қабылдауы бойынша баға беру;

Күнделікті тұрмыстық сөйлеу жағдаятарында әңгімені қолдау және талқылау (нақты, өзіне таныс жағдаяттарға дайындықсыз араласып, әңгімені қолдау, қажет жағдайда қайта сұрау, өз көңіл-күйін білдіру (өкіну, мұңаю, қызығушылық таныту немесе танытпау);

Ауызша және жазбаша қатысым түрлерінде:

Мәліметтерді беруге дайындығы мен қабілеттілігі, әңгімелесушіге жеткізе алуы; қызығушылық танытуы, мәліметтерді сұрау, қайталап сұрау; кеңес беру, нұсқау беру; байқампаздық таныту; көңілі толуы-толмауын, қызығушылығын немқұрайдылығын білдіру.

**2.3. Міндеттері:**

*1. Когнитивті – білім компетенциясы* бойынша тіл жүйесін, кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша лексикалық – грамматикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру, терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша ғылыми мәліметтерді, әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыру.

*4. Құқықтық компетенция* бойынша Қазақстан республикасының «Тіл туралы заңы» және «Білім туралы заңын» білу.

*5. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырып, жазу мәдениетін, дағдысын дамыту.

* Кәсіби бағытта сауатты жазуға дағдыландыру;
* Студенттердің болашақ мамандықтарына байланысты кәсіби терминдерді түсініп, қатысымға түсу ниетін қалыптастыру;
* Кәсіби лексиканы болашақ мамандығына сәйкес пайдалануды үйрету;
* Медицинада, әлеуметтік ортада, жеке тұрмыста, өндіріс орындарында дұрыс қарым-қатынас жасауға үйрету,
* Кәсіби сөздердің ерекшелігіне, қолдану аясын білуге машықтандыру

**2.4.Оқытудың соңғы нәтижелері:**

**Студенттердің білуі және меңгеруі керек:**

* Кәсіби лексиканы;
* кәсіби терминдерді;
* терминдердің жазылу үлгісін, талаптарын;
* ауызекі сөйлеу тілін;
* сөздердің байланысу түрлері мен тәсілдерін;
* мамандыққа байланысты сөздер мен сөз тіркестерін;
* сөздікпен дұрыс жұмыс жасауды;
* мәтінді дұрыс айта алуды;
* негізгі ойды қорытындылай алуды;
* сөйлем құрауды;
* дұрыс сұрақ қоя білуді;
* дұрыс жауап беруді;

**2.5. Пәннің пререквизиті:**

Қазақ тілі, психология, анатомия т.б.

**2.6. Пәннің постреквизиті**

Жалпы гигиена, физиология, микробиология т.б.

2.7 Тәжірибелік сабақтар мен студенттердің өз бетінше атқаратын жұмыстарының (СӨЖ) және оқытушының жетекшілігімен студенттің өз бетінше атқаратын жұмыстарының (ОСӨЖ) тақырыптық жоспары

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Апта** | **Сабақтардың тақырыптары** | **Өткізу түрі** | **Сағат саны** |
| 1 | **1** | Адам және табиғат. | тәжірибелік | **2** |
| 2 | **2** | Адам денсаулығын нығайтатын негізгі жағдайлар. | тәжірибелік | 2 |
| 3 | **3** | Ас әзірлеу гигенасы. | тәжірибелік | 2 |
| 4 | **4** | Тұрғын үй гигиенасы. | тәжірибелік | 2 |
| 5 | **5** | Қазақстандағы экологиялық дағдарыс | тәжірибелік | 2 |
| 6 | **6** | Қазақтың хадық медицинасы мен гиенасы | тәжірибелік | 2 |
| 7 | **7** | **Аралық бақылау.** | тәжірибелік | 2 |
| 8 | **8** | Атмосфералық ауа тазалығының гигиеналық маңызы. | тәжірибелік | 2 |
| 9 | **9** | Арал тағдыры – адам тағдыры | тәжірибелік | 2 |
| 10 | **10** | Шылым шегу – ақыл-ойды күйзелтеді. | тәжірибелік | 2 |
| 11 | **11** | Тазалық – денсаулық кепілі. | тәжірибелік | 2 |
| 12 | **12** | Судың адам ағзасы үшін маңызы. | тәжірибелік | 2 |
| 13 | **13** | Дұрыс тамақтану – денсаулықтың басты шарты | тәжірибелік | 2 |
| 14 | **14** | Ұйқының гигиеналық маңызы. | тәжірибелік | 2 |
| 15 | **15** | Топырақтың гигеналық маңызы.  **Аралық бақылау** |  | **2** |
| **Барлығы** | | |  | **30** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | Апта | Сабақтың тақырыптары | **Өткізу түрі** | **Сағат саны** |
| 1. | **1** | Ағзаның қорғаныс қабілеті | ОСӨЖ | **1** |
| 2 | **2** | Тағамтану ғылымының іргетасын қалаушы - Төрегелді Шарманов | ОСӨЖ | **1** |
| 3 | **3** | Ауыз су әсерінен болатын аурулардың алдын алу | ОСӨЖ | **1** |
| 4 | **4** | Ибн-Сина гигена ғылымының негізін қалаушы | ОСӨЖ | **1** |
| 5 | **5** | Қазақстанның қалалары | ОСӨЖ | **1** |
| 6 | **6** | Қазақтың ұлттық ойындары | ОСӨЖ | **1** |
| 7 | **7** | Қазақстан экологиясы | ОСӨЖ | **1** |
| 8 | **8** | Жастар - біздің болашағымыз. | ОСӨЖ | **1** |
| 9 | **9** | Мемлекеттік тіл –қазақ тілі | ОСӨЖ | **1** |
|  |  | Қоғам және жастар |  | **1** |
| 10 | **10** | Шипагер, ғалым Өтебойдақ Тілеуқабылұлы | ОСӨЖ | **1** |
| 11 | **11** | Дене тәрбиесі – дәрісіз ем. | ОСӨЖ | **1** |
| 12 | **12** | Медицина атасы Гиппократ және оның қанатты сөздері. | ОСӨЖ | **1** |
| 13 | **13** | Тұздың емдік қасиеті | ОСӨЖ | **1** |
| 14 | **14** | Уақытты бағалай білейік | ОСӨЖ | **1** |
| **Барлығы** | | | | **14** |

**2.8 Студенттің өз бетінше атқаратын жұмыстарының (СӨЖ)**

**тақырыптық жоспары**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Студенттің өз бетінше атқаратын жұмыстарының (СӨЖ)**  **тақырыптары мен тапсырмалары** | **Бақылау нысандары** | **Сағат саны** |
| 1 | Ақпарат көздерімен (оқулықтар, ғылыми әдебиет, зерттеулер, интернет т.б) өздігімен немесе студенттердің шағын тобы құрамында жұмыс жасау. | Конспект, реферат, эссе, баяндама, беріліген сұрақтарға жауап, талдау, глоссарий құрастыру, талдау (аналитикалық) шолуын жазу, бақылау жұмысы | 33 |
| 2 | Студенттердің бір-бірімен ұйымдастырған іскерлік ойын (рөлдік ойын) өткізу. | Жазбаша есеп (ақпарат)  Сценарий | 30 |
| 3 | Белгілі бір тақырып бойынша ақпарат жинақтау:  Орта ғасыр ойшылдары.  Ұлылардан қалған сөз.  Медицина жаңалықтары т.б. | Ақпарат көздерінің тізімін дайындау (презентация) | 30 |
| 4 | Қандай да бір пікір алуандығын туғызатын мәселе бойынша мамандар (студенттер, тұрғындар, тұтынушылар, дәрігерлер т.б) арасында сауалнама құрастыру. | Сауалнама.  Сауалнама нәтижелерін талдау. | 45 |
|  | Сағат саны | | **138** |

**2.9 Пайдаланылатын әдебиеттердің тізімі:**

**Негізгі:**

1. Ақыжанова А.Т. «Қазақ тілі мәтіндер мен жаттығулар». Алматы, 2005 ж.

3. Бектұров Ш.К. Қазақ тілі для начинающих. Алматы, 2004 ж.

4. Бектұров Ш.К. Қазақ тілі для начинающих. Алматы, 1994 ж.

5. Беріков Н. Қазақ тілі сабақтары. Алматы, «Ана тілі», 1994 ж

6. Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы, 2001 ж.

7. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Алматы, 2002 ж.

8. Жиенбаев С. Қазақ тілі. Алматы, Мектеп, 1987 ж.

9. Жапбарова А. Основы методики изучения стилистики казахского языка. 1991.ж.

10. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі сабақтары, Алматы, 2011 ж

11. Искаков А. Современный казахский язык. Алматы, 1991ж.

12. Қалиев Б. Лаб. работы по современному каз. языку. Алматы, 1992ж.

13. Құлмағамбетова Б. Қазақ тілі. Алматы, 1990 ж.

14. Құлмағамбетова Б. Уроки казахского языка для взрослых. Алматы, 1990ж.

15. З.Күзекова Қазақ тілі. «Таным». Астана 2003ж.

16.

**Қосымша:**

1. Оралбаева Н. Изучаем казахский язык. Алматы, 1989 ж.

2. Хабдин Қ.Е., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі сабақтары. Алматы, 2004ж.

3. Медицина білімі-мемлекеттік тіл аясында. Алматы, 2009ж.

**Сөздіктер:**

1. Ақыжанова А.Т. Қазақша –орысша сөздік. Алматы, 2000 ж.

2. Қазақша-орысша, орысша-қазақша терминологиялық сөздік. Алматы, «Рауан» 2000, 344 б.

2.10. Сабақ беру және оқыту әдістері:

Тәжірибелік сабақты өткізу түрі: мәтінмен жұмыс, жағдайлық есептер беру, презентациялар жасау, пікірталас, сұхбаттасу, тест тапсырмаларымен жұмыс жүргізу, сұрақ-жауап, әңгімелесу т.б.

Аралық бақылауды өткізу түрі: тест жұмыстары, сұрақтарға жауап беру, мәтінмен жұмыс, ауызша баяндау т.б.

ОСӨЖ-ді өткізу түрі: мәтінмен жұмыс түрлері, терминологиялық, түсіндірмелі сөздікпен жұмыс, жаттығу жұмыстарын орындау т.б.

СӨЖ-ді ұйымдастыру түрі

Өздік жұмыс – оқу танымдық әрекеттің ерекше түрі. Оны орындау барысында оқытушы тек кеңес беруші, бағыттаушы қызмет атқарады. Өзіндік жұмыс студенттің өз біліміне деген жауапкершілігін арттырып, оны өз білімінің траекториясын анықтауға және қолданатын білім әдістерін таңдауға баулиды. Сөйтіп оның еркін әрекет жасау дағдысын қалыптастырады.

Оқу үрдісіндегі СӨЖ-дің мазмұны мынадай талаптарға сай болу қажет:

* тапсырма мазмұны тіл үйренушінің ерекшеліктерін ескере отырып жасалуы керек;
* бұған дейін қамтылған білімге сай құрылу керек,
* берілген тапсырма түсінікті, мазмұны қызығушылық танытатындай болу керек;
* тапсырма мазмұны мен орындау тәртібі бірте-бірте күрделене берілуі керек;

2.11 Білімдерін бағалау белгілері және ережелері:

1. Когнитивті - білім компетенциясы (тақырыптық материалды білу) – 100 балл

2. Операционалды – дағды компетенциясын білу – 100 балл

3. Коммуникативті компетенцияны қолдану – 100 балл

4. Құқықтық компетенция – 100 балл

5. Өзін – өзі дамыту – 100 балл

Ағымдық бақылау t- құзыреттілік қалыпты деңгейлік бағасы

**t=(Z+N+K+P+S)/n**

**n-барлық құзыреттілік бойынша саны**

**Z: z1 + z2+... zn –** білімді бағалау

**N: n1+ n2+... nn –** дағдыны бағалау

**K: k1+ k2+... kn –** коммуникативті құзыреттілікті бағалау

**P: p1+p2+...pn –** құқықтық құзыреттілікті бағалау

**S: s1+s2+...sn –** СӨЖ бағалау

**Әрбір құзыреттілік 100 балмен бағаланады.**

Бағалау формасы, әрбір құзыреттілік бойынша тапсырма саны жұмыс бағдарламасында (п 2.9 білімдерін және оқыту дағдыларын бағалау әдістері) және Силлабус (п 2.10 білімін бағалау ережесі және критериі).

**Аралық бақылау r-коллоквиум**

Пән саясаты саны және өткізу түрі бойынша анықталады.

**Рейтингіге жіберу**

Рейтингіге жіберу студенттің қорытынды бағасы 60% кем болмау керек,

**0.6** формуласымен анықталады.



– ағымдық бақылау



– бірінші рейтинг



– екінші рейтинг



**Қорытынды бақылау**

Қорытынды бақылау: Емтихан 2 кезеңнен тұрады. 1) тестілеу 2) ауызша (билет бойынша).



- 1 кезеңдегі емтихан балы



- 2 кезеңдегі емтихан балы



**Қорытынды баға**

Қорытынды баға – рейтингіге жіберу және қорытынды бақылауды қосумен анықталады.

**І R\*0.6+E\*0.4**



**I** – қорытынды баға

**R** – рейтингіге жіберу бағасы

**Е** – пән бойынша емтиханның қорытынды бағасы

Қорытынды рейтингі – рейтингіге жіберу 60% және қорытынды бақылау бағасы 40% тұрады.

* **Ағымдық бақылау:** тәжірибелік сабақтың уақытында іске асырылады.
* **Аралық бақылау**: әр семестр сайын оқу тақырыптарын игеру деңгейін анықтау мақсатында

іске асырылады. Оқу жылында 2 аралық бақылау тапсырады.

* **Қорытынды бақылау** - емтихан (ауызша және тест әдісі).

Қорытынды бақылау, аралық бақылау және кеңес беру уақыты.

1. Кеңес беру уақыты, оқу бөлімінің кестесімен сәйкес өтіледі.
2. Аралық бақылау уақыты: 7-14 аптада.
3. Қорытынды бақылау уақыты – семестрдің соңында ОҮБжЖБ-ң сабақ кестесі бойынша.

Тәжірибелік сабақты бағалау критериі

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Әріптік жүйе бойынша | Цифрлік эквиваленті | % | Бағалау критериі |
| А | 4.0 | 95-100 | Оқу бағдарламасы бойынша барлық тақырыптарды толық меңгеру. Компетенциялар бойынша игеру. Сұрақтарға логикалық түрде дұрыс жауап беру. Жұмыстарды жауапкершілікпен орындап, тапсырмаларды жоғарғы деңгейде дайындау. Сөздік қоры мол, шығармашылық, ғылыми қабілеті жоғары болу. |
| А- | 3.67 | 90-94 | Тақырыпты толық меңгеру. Лексиканы қолдану арқылы ойын толық жеткізу. Сөйлеу мәдениетін қалыптастыру. Керекті ақпаратты табу. Жауап беруінде мағыналық және грамматикалық қателердің болмауы. Сабақ барысында әр түрлі қызығушылықпен көзге түсу. |
| В+ | 3.33 | 85-89 | Оқу бағдарламасын толық білу. Берілген сұрақтарға сенімді, жауап беру. Сабақ барысында берілген тапсырмаларды орындай білу. Айтылған сөздердің қателерін тауып, өз бетімен жұмыс істеу. |
| В | 3.0 | 80-84 | Сабақ барысында берілген сұрақтарға жауап бере білу. Сөйлемді дұрыс құрастыра білу. Тапсырмалардағы берілген қателерді тауып, олармен жұмыс жасау. Шығармашылық жұмыстарды толық орындау. |
| В- | 2.67 | 75-79 | Оқу бағдарламасын толық біле тұра, тапсырмаларды толық, түсінікті түрде орындамауы. Жауап беруінде грамматикалық, лексикалық қателердің болуы. |
| С+ | 2.33 | 70-74 | Оқу бағдарламасын толық білмеуі. Лексиканы толық қолдана білмеуі. Ойын толық жеткізе алмауы. Сөздердің дұрыс айтылмауы. Қойған сұрақтарға дұрыс жауап бере алмауы. |
| С | 2.0 | 65-69 | Оқу бағдарламасын толық білмеуі. Коммуникативтік дағдыларды қолдана алмауы. Сабаққа деген қызығушылығы толық болмауы. |
| С- | 1.67 | 60-64 | Оқу бағдарламасын меңгере алмауы. Логикалық, лингвистикалық қателердің көп болуы. |
| D+ | 1.33 | 55-59 | Оқу бағдарламасын толық білмеуі. Тақырып бойынша сөйлей алмауы. Жіберген қателерін дамыта алмауы. |
| D | 1.0 | 50-54 | Тәжірибелік сабақтарға деген белсенділігі мүлдем төмен. Коммуникативтік дағдыларды толық меңгермеуі. |
| F | 0 | 0-49 | Білім, дағды, коммуникативтік, өзін-өзі дамыту компетенциялары бойынша тақырыптарды толық білмеуі, игермеуі. Шығармашылық қабілеті жоқ, ынтасы төмен. |

Аралық бақылауды бағалау критериі

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Әріптік жүйе бойын-ша | Цифрлік эквиваленті | % | Бағалау критериі |
| А | 4.0 | 95-100 | Тапсырмаларды жоғарғы деңгейде орындау. Сұрақтарға логикалық түрде дұрыс жауап беру, жазу. Тест жұмыстарын толық орындай білу. Лексикалық, грамматикалық тақырыпты толық біліп, айту. Компетенция бойынша игеру. |
| А- | 3.67 | 90-94 | Мәтінмен жұмыс түрлерінің толық болуы. Аударма жұмыстарын жасау, сұрақтарға жауап беру. Берілген тапсырмаларды дұрыс орындау. |
| В+ | 3.33 | 85-89 | Берілген тапсырмаларды толық, түсінікті орындай білу. Берілген сөздер мен сөзтіркестердің қателерін тауып, өз бетімен жұмыс істеу. |
| В | 3.0 | 80-84 | Берілген сұрақтарға жауап бере білу. Сөйлемді дұрыс құрастыра білу. Тапсырмалардағы берілген қателерді тауып олармен жұмыс жасау. |
| В- | 2.67 | 75-79 | Тапсырмаларды біле тұра, түсінікті түрде орындамауы. Жауап беруінде грамматикалық, лексикалық қателердің болуы. Сұрақтарға толық жауап бермеуі. |
| С+ | 2.33 | 70-74 | Лексикалық, грамматикалық тапсырмаларды толық қолдана білмеуі. Ойын толық жеткізе алмауы. Сөздердің дұрыс айтылмауы. |
| С | 2.0 | 65-69 | Лексикалық, грамматикалық тапсырмаларды толық қолдана білмеуі, меңгермеуі. Коммуникативтік дағдыларды қолдана алмауы. |
| С- | 1.67 | 60-64 | Тақырыпты меңгере алмауы. Логикалық, лингвистикалық қателердің көп болуы. |
| D+ | 1.33 | 55-59 | Тақырып бойынша сөйлей алмауы. Жіберген қателерін дамыта алмауы. Сөздік қорларының нашар болуы. |
| D | 1.0 | 50-54 | Тақырыптарды білмеуі. Коммуникативтік дағдыларды толық меңгермеуі. |
| F | 0 | 0-49 | Білім, дағды, коммуникативтік, өзін-өзі дамыту компетенциялары бойынша тақырыптарды толық білмеуі. Пәнге деген қызығушылығы төмен. |

СӨЖ-ді бағалау критерийі

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Әріптік жүйе бойынша | Цифрлік эквивален-ті | % | Бағалау критерийі |
| А | 4.0 | 95-100 | Білім, дағды, коммуникативтік, өзін-өзі дамыту компетенциялары бойынша тақырыптарды толық біліп, меңгеруі. Грамматикалық заңдылықтарды, дыбыс жүйесін, сөз жүйесін т.б. қолдана алуы. Ғылымға деген ынтасы жоғары және белсенділік танытуы. Сөздік қорының мол болуы. |
| А- | 3.67 | 90-94 | Сөйлеу мәдениетін қалыптастыру. Керекті ақпаратты табу. Жауап беруінде мағыналық және грамматикалық қателердің болмауы. Ғылыми шығармашылығы толық. Тұсаукесердің мағынасы өте жақсы деңгейде болуы. |
| В+ | 3.33 | 85-89 | Жұмысын толық меңгеру. Берілген сұрақтарға сенімді, жауап беру. Өз бетімен жұмыс түрлерін орындау. |
| В | 3.0 | 80-84 | Тапсырмалардағы берілген қателерді тауып, олармен жұмыс жасау. Шығармашылық жұмыстарды толық орындау. Тұсаукесердің мағынасы жақсы деңгейде болуы. |
| В- | 2.67 | 75-79 | Тапсырмаларды толық біле тұра, мағынасыз, түсініксіз орындауы. Жауап беруінде грамматикалық, лексикалық қателердің болуы. |
| С+ | 2.33 | 70-74 | Ойын толық жеткізе алмауы. Сөйлем құрылысы мен сөздердің дұрыс айтылмауы. Сұрақтарға дұрыс жауап бере алмауы. Ғылыми шығармашылығы орта. |
| С | 2.0 | 65-69 | Жұмысты толық меңгермеуі және білмеуі. Сөздік қоры нашар. Ғылыми тақырыптың мағынасы түсініксіз болуы. |
| С- | 1.67 | 60-64 | Тақырыпты меңгере алмауы. Логикалық, лингвистикалық қателердің көп болуы. |
| D+ | 1.33 | 55-59 | Тақырыпты толық білмеуі және сөйлей алмауы. Жіберген қателерін дамыта алмауы. |
| D | 1.0 | 50-54 | Ғылыми жұмысының белсенділігі мүлдем төмен, сапасы мен мағынасы нашар. |
| F | 0 | 0-49 | Ғылыми, шығармашылық қабілеті жоқ, ынтасы төмен. Қызығушылығы нашар. |

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР №1**

Қазақ тілі кафедрасы

Кәсіби қазақ тілі пәні бойынша, коды KRYa 1104

Мамандығы – 5В110200 Қоғамдық денсаулық сақтау (электив)

**Құрастырушы:** аға оқытушы Бураханова Қ.С.

2012 ж.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№1 тақырып:** Адам және табиғат

2012 ж.

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы:**[**А**](http://45minut.kz/?p=2836)**дам және табиғат.**

**2.Сабақтың мақсаты:**Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету. Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру. «[А](http://45minut.kz/?p=2836)дам және табиғат» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға үйрету.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы.* Студенттердімаман ретінде адам мен табиғаттың қаншалықты маңызды екенін қазақша айта білуге үйрету. Адам және табиғаттуралы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру. «[А](http://45minut.kz/?p=2836)дам және табиғат» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру. Терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру, лексикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша медициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету. Қажетті әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыру.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту,

тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырыу.,

**4. Негізгі ұғымдар:**

Табиғат- тіршілік сәні, Табиғат, Жер Ана, Атамекен, Туған жер, өсімдіктер мен жануарлар әлемі, биік таулар мен сарқыраған өзендер, денеге қуат,бойға күш, көңілге шабыт беруі, адамның ауасыз, сусыз өмір сүре алмауы, тіршіліктің қайнар көзі, табиғат пен қоғамның арасындағы қарым-қатынас, табиғаттағы барлық нәрсенің өзара тығыз байланыстылығы, табиғатты қорғау, оның байлықтарын ұқыпты пайдалану,   табиғаттың адамға баға жетпес байлығы,  адамзаттың табиғатқа тигізетін әсері,ауа мен судың өзгеріске ұшырауы,уланған табиғатта өмір сүрген адамзат, жас балалардың ауруға шалдығуы.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:**Мәтінмен, жаңа сөздермен, сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тестілік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма. «Табиғат-адамзаттың өмір нәрі, қажетіңнің табылар содан бәрі», «Жері байдың – елі бай», «Туған жер – алтын бесік», «Жеміс – жерде, жеңіс – ерде», «Ауа – өмір тынысың», «Судың да сұрауы бар»** деген мақалдар мен қанатты сөздердің мағынасын кеңінен түсіндіріңіз.

**2-тапсырма. Мәтінге байланысты тірек сөздер мен сөз тіркестерін аударыңыздар.**

Табиғат- тіршілік сәні, Табиғат, Жер Ана, Атамекен, Туған жер, өсімдіктер мен жануарлар әлемі, биік таулар мен сарқыраған өзендер, денеге қуат,бойға күш, көңілге шабыт беруі, адамның ауасыз, сусыз өмір сүре алмауы, тіршіліктің қайнар көзі, табиғат пен қоғамның арасындағы қарым-қатынас, табиғаттағы барлық нәрсенің өзара тығыз байланыстылығы, табиғатты қорғау, оның байлықтарын ұқыпты пайдалану,   табиғаттың адамға баға жетпес байлығы,  адамзаттың табиғатқа тигізетін әсері,ауа мен судың өзгеріске ұшырауы,уланған табиғатта өмір сүрген адамзат, жас балалардың ауруға шалдығуы.

**3-тапсырма. Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.**

нәр-питание

қуат-сила, энергия

шабыт-охота, желание

тіршілік-существование

аялау-беречь

ұқыпты-аккуратно

қолайсыз-неудобный, неприемлемый

көрік-красота

**4-тапсырма. Мәтінді оқып, түсінгеніңізді айтыңыз.**

[**А**](http://45minut.kz/?p=2836)**дам және табиғат**

  Табиғат- тіршілік атаулының құтты қонысы, түлеп өсуіне қажетті нәрі, жер бетіне көрік берген сәні. Табиғат, Жер Ана, Атамекен, Туған жер, Ауылым деген ұғымдар бір-бірімен тығыз байланысты.

  Табиғат- адам тәрбиешісі. Оның құрамдас бөлігі болып саналатын өсімдіктер мен жануарлар әлемі, биік таулар мен өзендер, кең дала барлығы да адам баласына ой салып, денесіне қуат,бойына күш, көңіліне шабыт береді. Адам да, қоғам да-табиғаттың төл баласы, жалғасы. Тіпті, адам ауасыз, сусыз өмір сүре алмайды дейтін болсақ, сол ауа мен судың өзі жан-жануарлар, адамзатқа табиғаттың берген ғажайып сыйы.

Басқаша айтқанда, табиғат барлық уақытта да адамзаттың өмір сүретін ортасы, тіршіліктің қайнар көзі болған және солай болып қала бермек.Адам мен табиғаттың, табиғат пен қоғамның арасындағы қарым-қатынас өмір сүрудегі аса қажетті алғы шарт және географиялық орта болып саналады.

Табиғат пен адамның мінезі де ұқсас. Табиғаттағы барлық нәрсе өзара тығыз байланысты. Адам да табиғаттың бір бөлшегі. Табиғат пен адам егіз әлем ретінде бірін-бірі күтуге, аялауға міндетті. Тіршілікте төрт құдірет – Күн-ана, Жер-ана, ауа мен су болса, олардың біреуінсіз тіршілік тоқтайды.

   Қазіргі кезде барлық адамзат алдында тұрған күрделі міндеттердің бірі-табиғатты қорғау, оның байлықтарын ұқыпты пайдалану.   Табиғат- адамға баға жетпес байлық**.**

  Табиғаттың тазалығын сақтайтын да, оны улайтын да адам. Қазіргі таңда экологиялық проблема ғаламдық мәселеге айналып отыр.Экология- табиғат пен қоғам байланысы туралы ғылым.Соңғы ондаған жылдар ішінде табиғат ресурстарын пайдаланудың артуына байланысты адамзаттың табиғатқа тигізетін әсері өте күшейді. Ластану дегеніміз- ауаның, жер мен судың біз қаламайтын қолайсыз өзгерістерге ұшырауы, ол қазір немесе болашақта өсімдіктердің, жануарлардың, адамның өміріне қолайсыз ықпалын тигізуі мүмкін.Ауа мен судың өзгеріске ұшырауы салдарынан адам баласына және жануарлар мен өсімдіктер дүниесіне үлкен зиян келтіруде. Улар ең алдымен ауаға қосылады, ауадан-суға, судан-топыраққа, топырақтан өсімдіктерге, өсімдіктерден- малдарға, малдардан- адамдарға тарайды. Осындай уланған табиғатта өмір сүрген адамзаттың ұрпақтарының денсаулықтары  жылдан-жылға нашарлай түсуде.  Соның ішінде өзімізідің Қызылорда өңірінде туберкулез, қатерлі ісік, сарыауру, вирусты гепотит, жас балалардың ауруға шалдығуы жиі кезедеседі.

**5-тапсырма. Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіз.**

1. Табиғат байлықтарына нелер жатады?

2. Табиғат пен адам арасында қандай байланыс бар?

3. Табиғатты қалай қорғау керек?

4. Табиғатты қорғамасақ, қандай қиындыққа душар боламыз?

**1-жаттығу. Сөйлемдерді оқып, аударыңыз.**

Я.А.Коменский «Тәрбиенің негізі – табиғат, ал адам – табиғаттың бір бөлігі және оның заңдылықтарына бағынушы» деп сипаттаған. Табиғатты қорғау қарапайым істен басталады. Бөлме өсімдіктерін күту, оны өсіру, мектеп ауласына гүл, ағаш отырғызу, баптау т.б. Ата-бабамыздың аялап келген кереметтерге толы туған жердің топырағын тыңайтып, суын тұнықтап, өсімдігін өркендету – әрбір адамның қажетті борышы.

**1-жаттығу. Мәтін бойынша бірнеше сұрақтар дайындаңыз және тақырып қойыңыз.**

Экология- табиғат пен қоғам байланысы туралы ғылым.Экология- тірі организмдердің бір-бірімен қарым-қатынасын қоршаған ортамен байланыстырып зерттейтін ғылым. Бүгінгі таңда табиғат қорғау мәселесі, қоршаған ортаның тазалығы үшін күрес дүние жүзі елдерін, халықтарын қамтып отырған ғаламдық мәселеге айналды. Экологиялық тәрбиені жүйелі негізге қою да-уақыт талабы, экологиялық мәдениетке ие болып, табиғатқа туған анасындай аяулы сезіммен қарау- бүгінгі таңда әрбір азамматтың абыройлы борышы.

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

Коммуникативті компетенция бойынша

**1-тапсырма. Сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды, ұсынысыңызды айтыңыз.**

1. Маман ретінде еліміздегі табиғатты қорғау мәселесі қандай деңгейде?

2. Табиғаттың бізге берер сыйы қандай?

3. Табиғатты қорғау ең бірінші неден басталады?

4. Маман ретінде табиғатты қорғау үшін қандай шара қолданар едіңіз?

*Когнитивті – білім компетенциясы бойынша*

**1-жаттығу. Мәтінге байланысты сөздер мен сөз тіркестерімен сөйлем құраңыздар.**

Табиғат, Жер Ана, Атамекен, Туған жер, өсімдіктер мен жануарлар әлемі, биік таулар мен сарқыраған өзендер, денеге қуат,бойға күш, көңілге шабыт беруі, адамның ауасыз, сусыз өмір сүре алмауы, тіршіліктің қайнар көзі, табиғат пен қоғамның арасындағы қарым-қатынас, табиғаттағы барлық нәрсенің өзара тығыз байланыстылығы, табиғатты қорғау, оның байлықтарын ұқыпты пайдалану,   табиғаттың адамға баға жетпес байлығы,  адамзаттың табиғатқа тигізетін әсері,ауа мен судың өзгеріске ұшырауы,уланған табиғатта өмір сүрген адамзат, жас балалардың ауруға шалдығуы.

*Операционалды – дағды компетенциясыбойынша*

**2-жаттығу. Мәтінді аударып, мәтін бойынша сұрақтар дайындаңыз.**

Экология- табиғат пен қоғам байланысы туралы ғылым.Экология- тірі организмдердің бір-бірімен қарым-қатынасын қоршаған ортамен байланыстырып зерттейтін ғылым. Бүгінгі таңда табиғат қорғау мәселесі, қоршаған ортаның тазалығы үшін күрес дүние жүзі елдерін, халықтарын қамтып отырған ғаламдық мәселеге айналды. Экологиялық тәрбиені жүйелі негізге қою да-уақыт талабы, экологиялық мәдениетке ие болып, табиғатқа туған анасындай аяулы сезіммен қарау- бүгінгі таңда әрбір азамматтың абыройлы борышы.

**11. Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 155б.

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 121б

3. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж. 86б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 83б.

5. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 98б

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№2тақырып:*Адам денсаулығын нығайтатын негізгі жағдайлар*.**

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы:** *Адам денсаулығын нығайтатын негізгі жағдайлар*

**2.Сабақтың мақсаты:**Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету. Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру. «Адам денсаулығын нығайтатын негізгі жағдайлар» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға дағдыландыру.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы* Адам денсаулығын жақсартатын жағдайлар жайлы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру. Студенттергеденсаулыққа жағымды әсер ететін факторларды маман ретінде қазақша айта білуге үйрету. «Адам денсаулығын нығайтатын негізгі жағдайлар» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша лексикалық – грамматикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру, терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру. Өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша ғылыми мәліметтерді, әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыруМедициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырып, жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту.

**4. Негізгі ұғымдар:**

Еңбек ету, тұрмыстық жағдайлар,салауатты өмір сүру салты, дұрыс ұйымдастыра білу, түрлі қимыл-қозғалыстар, қозғалыс белсенділігі, жұмыс істеу қабілеті, түрлі ауруларға қарсы тұру,еңбек пен демалысты дұрыс ұйымдастыру,шектен тыс еңбек ету, ағзаның әлсіреуі, мүшелердің жұмысын жақсартады,адамның ұзақ өмір сүруі,дұрыс тамақтана білу, артық салмақ – аурудың белгісі, ағзаны қажетсіз заттардан тазартау, денсаулықты сақтау.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:**Жаңа сөздермен, сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тесттік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма. Мәтінді оқып, аударыңыз.**

Салауатты өмір тіршілігінің негізгі бағыттарының бірі – қимыл-қозғалыс деңгейі. Адам тіршілігіне ауа,су, тамақ қандай керек болса, белгілі деңгейдегі қозғалыстың да маңызы сонша, оны өмір сүрудің ең басты шарттарының бірі ретінде есептейді. Табиғаттың өзі адамның қолында физиологиялық теңдесі жоқ, денсаулық тәсілін беріп отыр, ол – қимыл – қозғалыс, дене жаттығулары. Бәрі де адамның ынтасына, ықыласына, жігеріне, әркімнің өз басына, жауапкершілігіне тікелей байланысты. Адам ағзасы атадан атаға, бір адамның даму кезеңдеріне қимыл қозғалыстың әсерінен қалыптасады. Қимыл –қозғалыстың аздығы (гипокенезия) денсаулықты бұзатын себептердің бірі.

**2-тапсырма. Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.**

қолайсыздық – неудобство

нашарлау – ухудшение

ұйымдастыру – организовать

қабілет – способность

арттыру – улудшить

маңызды – важный

қажетті – нужный

даму – развитие

шектеу – ограничовать

нығайту – укрепить

**Мәтінге байланысты тірек сөздер:**

Тұрмыстық жағдайлар,салауатты өмір сүру салты, дұрыс ұйымдастыра білу, түрлі қимыл-қозғалыстар, қозғалыс белсенділігі, жұмыс істеу қабілеті, түрлі ауруларға қарсы тұру,еңбек пен демалысты дұрыс ұйымдастыру,шектен тыс еңбек ету, ағзаның әлсіреуі, мүшелердің жұмысын жақсартады,адамның ұзақ өмір сүруі,дұрыс тамақтана білу, артық салмақ – аурудың белгісі, ағзаны қажетсіз заттардан тазартау, денсаулықты сақтау.

**3-тапсырма. Мәтінді оқып, түсінгеніңізді айтыңыз.**

**Адам денсаулығын нығайтатын негізгі жағдайлар**

Кейде еңбек етудің қолайсыздығы, тұрмыстық жағдайлардың нашарлауы денсаулыққа кері әсер етеді. Салауатты өмір сүру салтын дұрыс ұйымдастыра білмеу, медициналық жәрдемнің дұрыс көрсетілмеуі де әсерін тигізеді.

Денсаулыққа жағымды әсер ететін факторлар бірнеше топқа бөлінеді.

1. **Бұлшық ет қимылдарының белсенділігі.** Адамның барлық тіршілік әрекеті түрлі қимыл-қозғалыстар жиынтығынан тұрады. «Қозғалыс - тіршілік тірегі» деген ұғымда зор мән бар. Қозғалыс белсенділігі жұмыс істеу қабілетін арттырады, түрлі ауруларға қарсы тұруына көмектеседі. Тынысалу мүшелерінің жұмысын жақсартып, жүрек бұлшықеттерін шынықтырады, зат алмасудың қалыпты жүруін қамтамасыз етеді. Әсіресе дене шынықтыру жаттығулары қозғалыс белсенділігін арттырады.

2. **Еңбек пен демалысты дұрыс ұйымдастыру.** Бұлардың денсаулық үшін маңызы зор. Адам өмірінде еңбек басты орын алады. Еңбек ету арқылы адам өзіне қажетті жағдайларды жасап алады. Шектен тыс еңбек ету ағзаның әлсіреуіне әкеп соқтырады. Сондықтан да еңбек ету мен демалысты дұрыс үйлестіре білу қажет. Бұл адам ағзасындағы барлық мүшелердің жұмысын жақсартады. Адамның ұзақ өмір сүруіне де септігін тигізеді.

3. **Дұрыс тамақтана білу.** Дұрыс тамақтанудың нәтижесінде асқорыту мүшелерінің жұмысы жақсарады. Адамның дұрыс өсіп дамуына, зат алмасудың қалыпты жүруіне жағдай жасайды және т. б. Адамның ұзақ өмір сүруінде дұрыс тамақтана білудің рөлі зор. Көбіне [көкөніс](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D3%A9%D0%BA%D3%A9%D0%BD%D1%96%D1%81), жеміс-жидектерді пайдалану, тамақтану ережелерін мұқият сақтау. Майлы етті тағамдарды шектеп пайдалануды естен шығармау қажет. Дұрыс тамақтану адамның дене салмағының бірқалыпта болуына жағдай жасайды. Артық салмақ аурудың пайда болуына әсер етеді. **«Артық салмақ - аурудың белгісі»** деген ұғым соны білдіреді. Адам денсаулығына халықтың ғасырлар бойы қалыптасқан салт-дәстүрлері де жағымды әсер етеді. Мысалы, ораза ұстау - адам ағзасын қажетсіз заттардан тазартады. Балаларды сүндетке отырғызу - терінің таза болуына септігін тигізеді. Әрбір адам өз денсаулығын сақтап, үнемі көңіл бөліп отыруы тиіс.

Ұзақ өмір сүрудің негізі - денсаулықты сақтау мен нығайту екенін естен шығармауымыз керек.

**4-тапсырма**. Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіз.

1. Денсаулыққа жағымды әсер ететін қандай факторлар бар?

2. Қозғалыс белсендігінің қандай маңызы бар?

3. Шектен тыс еңбек етудің қандай зияны бар?

4. Еңбек пен демалысты ұйымдастырудың қандай пайдасы бар?

5. Дұрыс тамақтана білудің маңызы қандай?

6. Ұзақ өмір сүрудің негізі неде?

**1-жаттығу.**Көп нүктенің орнына қажетті сөздерді көрсетіп, сөйлемді толықтырыңыз.

Салауатты өмір сүру салтын дұрыс ... білмеу, медициналық жәрдемнің дұрыс ... де денсаулыққа зиянын тигізеді.Адамның барлық тіршілік әрекеті түрлі қимыл-қозғалыстар жиынтығынан ... . Демалысты дұрыс ұйымдастыра білу - адамның ұзақ өмір сүруіне ... тигізеді.Дұрыс тамақтанудың нәтижесінде асқорыту мүшелерінің ... жақсарады.Әрбір адам өз денсаулығын сақтап, үнемі ... бөліп отыруы тиіс. Артық салмақ аурудың ... болуына әсер етеді.

**2-жаттығу. Берілген сөз тіркестерін аударып, сөйлем құраңыз.**

Салауатты өмір сүру салты, дұрыс ұйымдастыра білу, түрлі қимыл-қозғалыстар, қозғалыс белсенділігі, жұмыс істеу қабілеті, түрлі ауруларға қарсы тұру,еңбек пен демалысты дұрыс ұйымдастыру,шектен тыс еңбек ету, ағзаның әлсіреуі, мүшелердің жұмысын жақсарту,адамның ұзақ өмір сүруі,дұрыс тамақтана білу, артық салмақ – аурудың белгісі, ағзаны қажетсіз заттардан тазартау, денсаулықты сақтау.

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

Коммуникативті, өзін-өзі дамыту компетенциясы бойынша

1-тапсырма. Сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды, ұсынысыңызды айтыңыз.

1. Өз денсаулығыңызды қалай күтесіз?

2. Адам денсаулығын жақсартуға қандай әсерлердің маңызы зор?

3. Адам өмірін ұзартуға қандай маңызды жағдайларды атар едіңіз?

4. Өзіңіз қалай тамақтанасыз, қандай дене жаттығуларымен айналысасыз?

5. Демалысыңызды қалай ұйымдастырасыз? Алдын-ала жоспарлайсыз ба?

*Операционалды – дағды компетенциясыбойынша*

**2-жаттығу. Мәтінді аударып, мәтін бойынша сұрақтар дайындаңыз.**

Экология- табиғат пен қоғам байланысы туралы ғылым.Экология- тірі организмдердің бір-бірімен қарым-қатынасын қоршаған ортамен байланыстырып зерттейтін ғылым. Бүгінгі таңда табиғат қорғау мәселесі, қоршаған ортаның тазалығы үшін күрес дүние жүзі елдерін, халықтарын қамтып отырған ғаламдық мәселеге айналды. Экологиялық тәрбиені жүйелі негізге қою да-уақыт талабы, экологиялық мәдениетке ие болып, табиғатқа туған анасындай аяулы сезіммен қарау- бүгінгі таңда әрбір азамматтың абыройлы борышы.

*Когнитивті – білім компетенциясы бойынша*

**2-тапсырма. Сөйлемдердің мағынасын кеңінен түсіндіріңіз.**

Қозғалыс - тіршілік тірегі,**а**ртық салмақ - аурудың белгісі, салауатты өмір салты – денсаулық кепілі, ұзақ өмір сүрудің негізі - денсаулықты сақтау мен нығайту.

**2-тапсырма. Сөйлемдерді аударыңыз.**

Қозғалыс белсенділігі жұмыс істеу қабілетін арттырады, түрлі ауруларға қарсы тұруына көмектеседі. Тынысалу мүшелерінің жұмысын жақсартып, жүрек бұлшықеттерін шынықтырады, зат алмасудың қалыпты жүруін қамтамасыз етеді.Еңбек ету мен демалысты дұрыс ұйымдастыру - адам ағзасындағы барлық мүшелердің жұмысын жақсартады. Дұрыс тамақтану - асқорыту мүшелерінің жұмысы жақсарады, адамның дұрыс өсіп дамуына, зат алмасудың қалыпты жүруіне жағдай жасайды.

**11. Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 152б

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 120б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 95б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж.78-83

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж. 29 бб

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№3 тақырып: *Ас әзірлеу гигиенасы*.**

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы:** *Ас әзірлеу гигиенасы.*

**2.Сабақтың мақсаты:**Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету. Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру. «Ас әзірлеу гигиенасы» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға үйрету.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы.*Ас әзірлеу гигиенасытуралы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру. Олардымаман ретінде ас әзірлеудің гигиенасы адам үшін қаншалықты маңызды екенін қазақша айта білуге үйрету. «Ас әзірлеу гигиенасы» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру, лексикалық – грамматикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру. Өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыруМедициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту,

тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырыу.,

**4. Негізгі ұғымдар:**

Ас әзірлеу гигиенасы,ас әзірлеуші адам гигиенасы, қолды сабындап жуу, тамақ дайындаушының арнайы бас киімі, сақталмаған гигиеналық ережелер, адамның ағзасына микробтар жұғады, тазалықта дайындалған ас, адам энергиясын, қуаттылығын нығайту, ауру-сырқаттардың тамақпен байланыстылығы, дайындалып жатқан тағамның сапасы, құндылығы, мерзімі, жуылмаған  тағамдар, ас әзірленетін ыдыстың таза болуы,  тағамның бұзылып кеткен жерін кесіп тастау, денсаулық үшін қауіпсіз емес, әртүрлі ауруларға шалдығу, ішек жұқпалы ауруы, ауру қоздыратын микробтар, қайнатылмаған су ішкенде, ағзаны улайды, құрамында улы заттары бар азық-түліктер, ет өнімдерінен және пісірілмеген сүттен жасалған тағамдар, сапасыз салаттарды пайдалану, сальмонеллаза ауруына шалдығуы, қаздың және үйректің жұмыртқалаларында,уланудың алдын алу үшін санитариялық ережелерді сақтау, аспаздық өнімдерді ыстық өңдеуден өткізу.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты, минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:** Коммуникативтік қарым-қатынас, жаңа сөздермен, сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тестілік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма. Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.**

назар аудару – обратить внимание

арнайы – специальный

жұғады – заразить

нығайту – укрепить

сапасы – качество

құндылығы – ценность

тиым салу – запретить

бұзылып кеткен (бұзылған)- испорченный

**2-тапсырма. Мәтінге байланысты тірек сөздер мен сөз тіркестерін аударыңыздар.**

Ас әзірлеуші адам гигиенасы, қолды сабындап жуу, тамақ дайындаушының арнайы бас киімі, сақталмаған гигиеналық ережелер, адамның ағзасына микробтар жұғады, тазалықта дайындалған ас, адам энергиясын, қуаттылығын нығайту, ауру-сырқаттардың тамақпен байланыстылығы, дайындалып жатқан тағамның сапасы, құндылығы, мерзімі, жуылмаған  тағамдар, ас әзірленетін ыдыстың таза болуы,  тағамның бұзылып кеткен жерін кесіп тастау, денсаулық үшін қауіпсіз емес, әртүрлі ауруларға шалдығу, ішек жұқпалы ауруы, ауру қоздыратын микробтар, қайнатылмаған су ішкенде, ағзаны улайды, құрамында улы заттары бар азық-түліктер, ет өнімдерінен және пісірілмеген сүттен жасалған тағамдар, сапасыз салаттарды пайдалану, сальмонеллаза ауруына шалдығуы, қаздың және үйректің жұмыртқалаларында,уланудың алдын алу үшін санитариялық ережелерді сақтау, аспаздық өнімдерді ыстық өңдеуден өткізу.

**3-тапсырма. Мәтінді оқып, түсінгеніңізді айтыңыз.**

**Ас әзірлеу гигиенасы**

***Ауру – астан.***

Ас әзірлеуде әзірлеуші адам өзінің жеке басының гигиенасына да басты назар аударуы тиіс. Ас әзірлеуші адам жұмысына кіріспестен бұрын, қолын сабындап жууы қажет және тамақ дайындаушының басында арнайы бас киім болғаны жөн. Себебі, ас дайындау барысында сақталмаған гигиеналық ережелердің нәтижесіне тамақ қабылдаушы адамның ағзасына микробтар жұғады. Ал тазалықта дайындалған астың адам денсаулығына әсері мол. Ас қабылдау арқылы адам энергиясын, қуаттылығын нығайтып отырады. дұрыс тамақ ішудің тәртібі, рационалды тамақтану — ол тамақтың қуаты мен сапалық химиялық құрамын, қоректік заттардың деңгейлік арақатынастарының тұрақтылығын, қортылуын және гигиеналық жағынан тазалығын ескертуді қажет етеді. Адамзат тарихында кездесетін ауру-сырқаттардың барлығы тамақпен байланысты. Сондықтан ас әзірлеуден бұрын дайындалып жатқан тағамның сапасына, құндылығына, мерзіміне және оның тазалығына  баса назар аударған жөн. Сапасы төмен (бұзылып кеткен), пайдалану мерзімі уақытынан асып кеткен, жуылмаған  тағамдарды пайдалануға болмайды. Сонымен қатар ас әзірленетін ыдыс та таза болуы керек,  жуылмаған ыдыста бірнеше рет ас дайындауға тиым салынады.  Кейбір кездерде тағамның бұзылып кеткен жерін кесіп тастап, асты әзірлей беретін кездер болады. Бұл әдіс денсаулық үшін қауіпсіз емес. Осындай қарапайым ережелерді сақтамаудың салдарынан адамдар әртүрлі ауруларға шалдығып жатады. Мысалы, ішек жұқпалы ауруын алайық. Ішек аурулары ауру қоздыратын микробтар арқылы пайда болады. Бұл микробтар қайнатылмаған су ішкенде, жуылып-тазартылмаған көкөніс пен жемістерді пайдаланғанда, сондай-ақ лас ыдыстар мен кір қолдан жұғады. Микробтар ішекте көбейіп, у бөледі, сөйтіп ағзаны улайды.   
Кейбір саңырауқұлақтарды (боз арамқұлақ, шыбынжұт, жерқұлақ – улы саңырауқұлақтар), сондай-ақ құрамында улы заттары бар азық-түліктерді тамаққа пайдаланғанда  да адам ағзасы уланады. Ауру тудыратын тірі микроб қоздырғыштары адам ағзасына тамақ арқылы түседі. Ет өнімдерінен және пісірілмеген сүттен жасалған тағамдар мен сапасыз салаттарды пайдаланғанда адам сальмонеллаза ауруына шалдығуы мүмкін. Сальмонеллалар қаздың және үйректің жұмыртқалаларында да кездеседі. Уланудың алдын алу үшін санитариялық ережелерді, әсіресе жеке бастың гигиенасын қатаң сақтау керек. Сонымен қатар аспаздық өнімдерді керек мөлшерде ыстық өңдеуден міндетті түрде өткізген дұрыс.

**4-тапсырма. Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіз.**

1. Ас әзірлеуші адам тазалығына қандай талап қойылады?

2. Ас әзірлеуде гигиеналық ереже сақталмаса, ас қабылдаушы адам қандай жағдайға ұшырайды?

3. Ас әзірлеуден бұрын неге көңіл аудару керек? Нені басты назарда ұстау керек?

4. Ішек аурулары не арқылы пайда болады?

5. Микробтар не арқылы жұғады?

**1-жаттығу. Көп нүктенің орнына қажетті сөзді көрсетіңіз.**

Ас әзірлеуші адам жұмысына кіріспестен бұрын, қолын сабындап ... қажет және тамақ дайындаушының басында арнайы бас киім ...керек.Тазалықта дайындалған астың адам ... әсері мол. Пайдалану мерзімі уақытынан ..., жуылмаған  ... пайдалануға болмайды. Ас әзірленетін ыдыс та ... болуы керек.  Гигиеналық ережелерді ... салдарынан адамдар әртүрлі ауруларға шалдығып жатады. Ішек аурулары ауру қоздыратын ... арқылы пайда болады. Микробтар ... су ішкенде, ... көкөніс пен жемістерді пайдаланғанда, сондай-ақ ... ыдыстар мен ... қолдан жұғады. Микробтар ішекте көбейіп, у бөледі, сөйтіп ... улайды.

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

*Коммуникативтік және өзін-өзі дамыту компетенциясы бойынша*

**1-тапсырма. Сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды, ұсынысыңызды айтыңыз.**

1. Өзіңіз маман ретінде тамақтануда, ас әзірлеуде нені басты назарда ұстайсыз?

2. Ас әзірлеу гигиенасы, ас әзірлеуші гигиенасы дегенді қалай түсінесіз?

3. Маман ретінде қазір тамақ ішетін орындардың тазалығына көңіліңіз тола ма? Қандай мәселелерге көңіліңіз толмайды?

4. Маман ретінде тазалық сақталмаған жерлерде тамақтанып отырған адамдардың денсаулығы сізді мазалай ма? Қай жағынан? Сіз болашақта қандай шара қолданар едіңіз?

*Когнитивті-білім компетенциясы бойынша*

**1-жаттығу. Мәтінге байланысты сөздер мен сөз тіркестерімен сөйлем құраңыздар.**

Гигиеналық ережелердіңсақталмауы, ас әзірлеуші адам гигиенасы, ас әзірлеу гигиенасы, қолды сабындап жуу, тамақ дайындаушының арнайы бас киімі, адамның ағзасына микробтар жұғады, тазалықта дайындалған ас, адам энергиясын, қуаттылығын нығайту, ауру-сырқаттардың тамақпен байланыстылығы, дайындалып жатқан тағамның сапасы, құндылығы, мерзімі, жуылмаған  тағамдар, ас әзірленетін ыдыстың таза болуы,  тағамның бұзылып кеткен жерін кесіп тастау, әртүрлі ауруларға шалдығу, ішек жұқпалы ауруы, ауру қоздыратын микробтар, қайнатылмаған су ішкенде, ағзаны улайды, құрамында улы заттары бар азық-түліктер, ет өнімдерінен және пісірілмеген сүттен жасалған тағамдар, сальмонеллаза ауруына шалдығуы, қаздың және үйректің жұмыртқалаларында,уланудың алдын алу үшін санитариялық ережелерді сақтау, аспаздық өнімдерді ыстық өңдеуден өткізу.

*Операционалды – дағды компетенциясыбойынша*

**2-жаттығу. Мәтін бойынша бірнеше сұрақ дайындаңыз.**

Кейбір саңырауқұлақтарды (боз арамқұлақ, шыбынжұт, жерқұлақ – улы саңырауқұлақтар), сондай-ақ құрамында улы заттары бар азық-түліктерді тамаққа пайдаланғанда  да адам ағзасы уланады. Ауру тудыратын тірі микроб қоздырғыштары адам ағзасына тамақ арқылы түседі. Ет өнімдерінен және пісірілмеген сүттен жасалған тағамдар мен сапасыз салаттарды пайдаланғанда адам сальмонеллаза ауруына шалдығуы мүмкін. Сальмонеллалар қаздың және үйректің жұмыртқалаларында да кездеседі. Уланудың алдын алу үшін санитариялық ережелерді, әсіресе жеке бастың гигиенасын қатаң сақтау керек. Сонымен қатар аспаздық өнімдерді керек мөлшерде ыстық өңдеуден міндетті түрде өткізген дұрыс.

**11. Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 142б

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 112б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 42б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 55б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж. 87б.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 86б.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№4 тақырып: *Тұрғын үй гигиенасы*.**

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы:***Тұрғын үй гигиенасы.*

**2.Сабақтың мақсаты:**Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету. Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру. «Тұрғын үй гигиенасы» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға үйрету.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы.*Тұрғын үйдің гигиенасытуралы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру. Олардымаман ретінде тұрғын үйдің гигиенасы адам үшін қаншалықты маңызды екенін қазақша айта білуге үйрету. «Тұрғын үй гигиенасы» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру, лексикалық – грамматикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру. Өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыруМедициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту,

тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырыу.,

**4. Негізгі ұғымдар:**

Тұрғын үйдің гигиеналық маңызы,үй - адамдарды қолайсыз әсерлерден қорғайды, топырағы құрғақ, жер асты суы жоқ жерде салынуы, күн сәулесі жақсы түсіп тұруы және жақсы желдетілуі тиіс, табиғи жарықпен және ауа алмасуымен қамтамасыз етілуі,көп қабатты үйлердің ара қашықтығы,үлкен қалаларда жерді үнемдеу, көп қабатты үйлерде тұрғындардың тығыздығы, үйдің биіктігі, тұрғындардың таза ауада ұзақ уақыт жүруіне мүмкіндік бермеуі, қоқыс құбырларынан шыққан заттармен ластануы, қолайлы тұрғын үй құрылыстарының ұтымды жолдары.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:**Мәтінмен, жаңа сөздермен, сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тестілік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма. Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.**

қолайсыз әсер - неудобные влияние

қорғайды – защищает

айналысу – заниматься

еңбекке қабілеттілігі – трудоспособность к труду

мүмкіндік береді – дает возможность

құрғақ – сухой

қамтамасыз ету – обеспечивать

үнемдеу – экономить

құбыр – труба

жайлы – удобный

**2-тапсырма. Мәтінге байланысты тірек сөздер мен сөз тіркестерін аударыңыздар.**

Тұрғын үй,гигиеналық маңызы, қолайсыз әсерлерден қорғау, топырағы құрғақ, жер асты суы жоқ жерде салынуы, күн сәулесінің жақсы түсуі, желдетілуі тиіс, табиғи жарықпен, ауа алмасуымен қамтамасыз етілуі,көп қабатты үйлер, ара қашықтығы, жерді үнемдеу тұрғындардың тығыздығы, үйдің биіктігі, таза ауада ұзақ уақыт жүруі, қоқыс құбырларынан шыққан заттар, ластануы, қолайлы тұрғын үй, құрылыстарының ұтымды жолдары.

**3-тапсырма. Мәтінді оқып, түсінгеніңізді айтыңыз.**

**Тұрғын үй гигиенасы**

Адам өмірінің көп бөлігін үйінде өткізеді, сондықтан адам үшін тұрғын үйдің маңызы ерекше. Үй - адамдарды климаттық факторлардың (ыстықтан, суықтан, жауын-шашыннан) қолайсыз әсерлерінен қорғайды, оның ой еңбегімен, бала тәрбиесімен айналысуына, демалуына, еңбекке қабілеттілігін қалпына келтіруіне және жеке басының гигенасын сақтауына мүмкіндік береді.

Тұрғын үй топырағы құрғақ, жер асты суы жоқ жерге салынуы тиіс. Тұрғын үйлерге күн сәулесі жақсы түсіп тұруы және жақсы желдетілуі тиіс, соның нәтижесінде бөлмелер қажетті табиғи жарықпен және ауа алмасуымен қамтамасыз етіледі. Қалалардағы көп қабатты үйлердің ара қашықтығы олардың қабат санына сәйкес болады. 2-3 қабатты үйлердің ара қашықтығы 15 метрден кем болмауы тиіс, ал 4 және одан да көп қабатты ғимараттардың арасы 20 метрден асуы керек.

Үлкен қалаларда жерді үнемдеу мақсатында көп қабатты тұрғын үйлер көптеп салынуда. Мұндай үйлерді санитарлық-техникалық тұрғыдан, орталық су құбырларымен және электр желілерімен қамтамасыз ету оңайырақ болғанымен, олардың қолайсыз жақтары да көп. Көп қабатты үйлерде тұрғындардың тығыздығы жоғары болады, үйдің орналасуына және оның ішкі ортасына көптеген факторлар (көшелерді жоспарлау, көрші үйлер) әсер етеді. Үйдің биіктігі жоғары қабаттағы тұрғындардың таза ауада ұзақ уақыт жүруіне мүмкіндік бермейді. Бөлмелерде жылу режимі, ауа алмасуы жиі бұзылады, бөлмелердің ауасы желдеткіш шахталар мен қоқыс құбырларынан шыққан заттармен ластанады.

Қазіргі кездерде қолайлы тұрғын үй құрылыстарының ұтымды жолдары қарастырылуда. Ғимарттар қиғаш т.б. түрінде салынуда, яғни пәтерлер бірінің үстіне бірі кемерленіп орналасуда. Мұндай үйлердегі пәтерлердің тұрғындары кез келген қабатта өздерін жайлы сезініп, биіктен қорқу сезімінен арылады, жоғары қабаттары төменгі қабаттарын көлеңкелемейтіндіктен, барлық пәтерлерге күн сәулесі біркелкі түседі.

Тұрғын үй гигиенасы адам денсаулығына негізгі әсер етуші фактор ретінде бағаланатындықтан, оған ерекше назар бөлуіміз керек. Осы себептен қазіргі кезде елімізде жаңа бағдарлама тұрғын үйлерді барлық жағынан жауап беретін «Еуро 4» үлгісінде салу қолға алынып жатыр. Бұл бағдарламаның тиімділігі Қазақстанның сейсмикалық аймақтарына маңызды болмақ.

**4-тапсырма**. Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіз.

1. Тұрғын үйдің маңыздылығы неде?

2. Тұрғын үй адамды қандай қолайсыз әсерлерден қорғайды?

3. Тұрғын үй қандай жерлерде салынуы тиіс?

4. Қалалардағы көп қабатты үйлердің ара қашықтығы қандай болуы керек?

5. Көп қабатты үйлер не үшін салынуда?

6. Тұрғын үйдің қандай қолайсыз жақтары бар?

7. Қазіргі кезде тұрғын үй құрылыстарының қандай ұтымды жолдары қарастырылуда?

**1-жаттығу.***Мәтінді оқып, аудырыңыз және тақырып қойыңыз.*

Тұрмыс гигиенасының негізі — [пәтерді](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9F%D3%99%D1%82%D0%B5%D1%80&action=edit&redlink=1)күтіп, таза ұстау. [Бөлмеге](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%91%D3%A9%D0%BB%D0%BC%D0%B5&action=edit&redlink=1)[жиһазды](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D0%B8%D2%BB%D0%B0%D0%B7) толтырып жинай беруге болмайды. Себебі ол [шаңның](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A8%D0%B0%D2%A3&action=edit&redlink=1) көп жиналуына жол беріп, үйді таза ұстауды қиындатады. Тазалық сақтау үшін күн сайын шаңды сүртіп, еденді дымқыл щеткамен сыпыру, аптасына кемінде 1 рет жуып отыру керек. [Терезені](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B7%D0%B5) кірлетпей уақтылы сүрткен абзал. Жұмсақ [жиһаз](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D0%B8%D2%BB%D0%B0%D0%B7) бен [кілемдерді](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D1%96%D0%BB%D0%B5%D0%BC)[шаңсорғыш](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B0%D2%A3%D1%81%D0%BE%D1%80%D2%93%D1%8B%D1%88) пен тазалаған жөн. Бөлменің ауасын тазарту үшін механикалық желдеткіштер де пайдаланылады. [Ас үйде](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%81_%D2%AF%D0%B9), [ваннада](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D0%B0), [дәретханада](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%94%D3%99%D1%80%D0%B5%D1%82%D1%85%D0%B0%D0%BD%D0%B0&action=edit&redlink=1) желдетуге арналған ауа тартқыштар болады. Пәтерді жинастырған кезде торды жиналған шаңнан тазалаған жөн. Қабырға арқылы да аздап ауа алмасады. Бөлмені салқындату үшін [терезеге](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B7%D0%B5) орнатылған [кондиционерлерді](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B5%D1%80)пайдалануға болады. [Кондиционер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B5%D1%80)тұрақты [температураны](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B0) сақтай отырып, ауаны бір мезгілде шаң мен [ылғалдан](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%AB%D0%BB%D2%93%D0%B0%D0%BB%D0%B4%D1%8B%D0%BB%D1%8B%D2%9B)тазартады. Үйді күтіп ұстамаған жағдайларда пешті жүйелі түрде жақпағанда, бөлме үнемі желдетілмегенде, үй ішіне кір жуып, кептіргенде бөлмеде сыз пайда болып, [ауа](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%83%D0%B0) ылғал тартады. Сыз адамды [науқасқа](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%83%D2%9B%D0%B0%D1%81)шалдықтырады, үй қабырғасы мен [жиһаздарының](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D0%B8%D2%BB%D0%B0%D0%B7)бүлінуіне әкеп соқтырады. Сондықтан кірді ваннада жуып, [балконда](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B0%D0%BB%D0%BA%D0%BE%D0%BD) немесе аулада (оған арнайы бөлінген жерлерде) кептірген жөн. Адам көбірек бас қосатын бөлмелердің таза болуына ерекше мән берген дұрыс. Әсіресе, ас үйді таза ұстау қажет. Бөлмелерде шыбын, тарақан, кеміргіштер пайда болмау үшін тамақты ашық, ыдыс-аяқты жуылмаған күйінде қалдырмай, тағам қалдықтарын жабылатын шелекке салып, уақытында шығарып отырған жөн.

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

*Коммуникативтік және өзін-өзі дамыту компетенциясы бойынша*

**1-тапсырма.** *Сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды, ұсынысыңызды айтыңыз.*

1. Жер үйдің көп қабатты үйден гигиналық тұрғыдан қандай айырмашылығы бар?

2. Көп қабатты үйдің қандай қолайлы, қолайсыз жақтары бар?

3. Жер үйдің қандай қолайлы, қолайсыз жақтары бар?

4. Өзіңіз қандай үйде тұрғанды қалайсыз? Не үшің?

*Операционалды-дағды компетенциясы бойынша*

**1-жаттығу.** *Мәтін бойынша бірнеше сұрақ дайындаңыз.*

Тұрмыс гигиенасының негізі — [пәтерді](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9F%D3%99%D1%82%D0%B5%D1%80&action=edit&redlink=1)күтіп, таза ұстау. [Бөлмеге](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%91%D3%A9%D0%BB%D0%BC%D0%B5&action=edit&redlink=1)[жиһазды](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D0%B8%D2%BB%D0%B0%D0%B7) толтырып жинай беруге болмайды. Себебі ол [шаңның](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A8%D0%B0%D2%A3&action=edit&redlink=1) көп жиналуына жол беріп, үйді таза ұстауды қиындатады. Тазалық сақтау үшін күн сайын шаңды сүртіп, еденді дымқыл щеткамен сыпыру, аптасына кемінде 1 рет жуып отыру керек. [Терезені](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B7%D0%B5) кірлетпей уақтылы сүрткен абзал. Жұмсақ [жиһаз](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D0%B8%D2%BB%D0%B0%D0%B7) бен [кілемдерді](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D1%96%D0%BB%D0%B5%D0%BC)[шаңсорғыш](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B0%D2%A3%D1%81%D0%BE%D1%80%D2%93%D1%8B%D1%88) пен тазалаған жөн. Бөлменің ауасын тазарту үшін механикалық желдеткіштер де пайдаланылады. [Ас үйде](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%81_%D2%AF%D0%B9), [ваннада](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D0%B0), [дәретханада](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%94%D3%99%D1%80%D0%B5%D1%82%D1%85%D0%B0%D0%BD%D0%B0&action=edit&redlink=1) желдетуге арналған ауа тартқыштар болады. Пәтерді жинастырған кезде торды жиналған шаңнан тазалаған жөн. Қабырға арқылы да аздап ауа алмасады. Бөлмені салқындату үшін [терезеге](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B7%D0%B5) орнатылған [кондиционерлерді](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B5%D1%80)пайдалануға болады. [Кондиционер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B5%D1%80)тұрақты [температураны](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B0) сақтай отырып, ауаны бір мезгілде шаң мен [ылғалдан](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%AB%D0%BB%D2%93%D0%B0%D0%BB%D0%B4%D1%8B%D0%BB%D1%8B%D2%9B)тазартады. Үйді күтіп ұстамаған жағдайларда пешті жүйелі түрде жақпағанда, бөлме үнемі желдетілмегенде, үй ішіне кір жуып, кептіргенде бөлмеде сыз пайда болып, [ауа](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%83%D0%B0) ылғал тартады. Сыз адамды [науқасқа](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%83%D2%9B%D0%B0%D1%81)шалдықтырады, үй қабырғасы мен [жиһаздарының](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D0%B8%D2%BB%D0%B0%D0%B7)бүлінуіне әкеп соқтырады. Сондықтан кірді ваннада жуып, [балконда](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B0%D0%BB%D0%BA%D0%BE%D0%BD) немесе аулада (оған арнайы бөлінген жерлерде) кептірген жөн. Адам көбірек бас қосатын бөлмелердің таза болуына ерекше мән берген дұрыс. Әсіресе, ас үйді таза ұстау қажет. Бөлмелерде шыбын, тарақан, кеміргіштер пайда болмау үшін тамақты ашық, ыдыс-аяқты жуылмаған күйінде қалдырмай, тағам қалдықтарын жабылатын шелекке салып, уақытында шығарып отырған жөн.

*Когнитивті-білім компетенциясы бойынша*

**2-жаттығу.** *Тақырыпқа байланысты сөздер мен сөз тіркестерінен сөйлем құраңыз***.**

Тұрғын үй гигиенасы, гигиеналық маңызы, қолайсыз әсерлерден қорғау, топырағы құрғақ, жер асты суы жоқ жерде салынуы, күн сәулесінің жақсы түсуі, желдетілуі тиіс, табиғи жарықпен, ауа алмасуымен қамтамасыз етілуі,көп қабатты үйлер, ара қашықтығы, жерді үнемдеу тұрғындардың тығыздығы, үйдің биіктігі, таза ауада ұзақ уақыт жүруі, қоқыс құбырларынан шыққан заттар, ластануы, қолайлы тұрғын үй, құрылыстарының ұтымды жолдары.

**11. Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 164б

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 126б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 83б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 41 б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 112б.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№5тақырып: *Қазақстандағы экологиялық дағдарыс*.**

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы:***Қазақстандағы экологиялық дағдарыс.*

**2.Сабақтың мақсаты:**Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету. Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру. «Қазақстандағы экологиялық дағдарыс» мәтіні арқылы медициналық терминдерді үйрету, түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға дағдыландыру.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы* Қазақстанның экологиясы жайлы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру. Студенттергеқазіргі экологияның қиын жағдайда екенін, одан шығу жолдарын болашақ маман ретінде қазақша айта білуге үйрету. «Қазақстандағы экологиялық дағдарыс» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша лексикалық – грамматикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру, терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру. Өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша ғылыми мәліметтерді, әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыруМедициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырып, жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту.

**4. Негізгі ұғымдар:**Экология мәселесі, болашақ ұрпақ, өндірістің зияны, адам өмірі, адам денсаулығы, өндіріс орындары, химиялық, радиациялық улардың ауаға таралуы, қауіпсіздік ережесі, қоршаған ортаны қорғау, еңбек гигиенасы, улы заттар, аурудың пайда болуы, зиянды заттармен ластануы.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7.Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:**Жаңа сөздермен, сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тесттік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма. Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.**

мәселе – проблема

ұрпақ – поколение

зиян – вредный

ағза – организм

арқылы – через

сақталады – храниться

үміт – надежда

нашарлату – ухудшать

**Мәтінге байланысты тірек сөздер:**

Экология мәселесі, экологиялық дағдарыс, болашақ ұрпақ, өндірістің зияны, адам өмірі, адам денсаулығы, өндіріс орындары, химиялық, радиациялық улар, ауаға таралу, қауіпсіздік ережесі, қоршаған ортаны қорғау, еңбек гигиенасы, улы заттар, аурудың пайда болуы, зиянды заттармен ластану.

**2-тапсырма.** *Мәтінді оқып, түсінгеніңізді айтыңыз.*

*Қазақстандағы экологиялық дағдарыс*

Экология мәселесі өте өзекті, бірақ оған өте аз көңіл бөлінді. Қазіргі кезде экологиялық мәселенің көптігі сонша, біз болашақ ұрпаққа не қалдырамыз деп ойлау керек. Қазіргі заманды дамыған өндіріссіз көзге елестету мүмкін емес. Бұлар адамзат өмірін жеңілдетуге зор ықпалын тигізгенімен, оның денсаулығына аса көп зиянын тигізуде. Өндіріс орындары әртүрлі химиялық, радиациялық уларды ауаға таратады.

Орман және ерекше көл, өзен жағалауларына салынған өндірістік обьектілердің зияны туралы көп айтылады, бірақ кейде құрылыс жалғаса береді.

Өнеркәсіптік еңбек іс-әрекеті үрдісінде қауіпсіздік ережесі мен еңбек гигиенасын сақтамаған жағдайда жұмысшылар улануы мүмкін. Өнеркәсіптік улар газ, бу немесе сұйық, сондай-ақ шаң, түтін түрінде де кездеседі.

Улы әсер ететін заттар өндіріс жағдайларында адам ағзасына тыныс алу, ас қорыту жолдары арқылы, сондай-ақ тері арқылы да енеді. Улы заттардың ағзаға түсу жолдары заттың агрегаттық күйіне (аэрозольдар, булар, газдар, сұйықтар) және технологиялық үрдістің сипатына байланысты болады.

Тыныс алу жолдары арқылы түскен улар алдымен өкпеге енеді де, одан қан айналу жүйесіне өтеді. Қан арқылы улы заттар бүкіл денеге таралады. Бейорганикалық заттар мен көптеген органикалық улы заттар әртүрлі мүшелер мен тіндерде жиналып, ұзақ уақыт сақталады. Олар бірте-бірте мүшелер мен ағзалардың жұмысын нашарлатып, оны мүлде істен шығару да мүмкің.

Улардың ағзаға бір мезгілде әртүрлі жолдармен түсуі (су, тамақ, ауа арқылы) улардың кешенді әсері деп аталады. Қоршаған ортаның зиянды заттармен ластануы күннен-күнге артып бара жатқан бүгінгі күндері бұл шешуін табуды қажет ететін мәселе болып тұр.

Біздің жеріміз бай, бірақ оның ресурстары шексіз емес. Қазір экологиялық дағдарыс бар, бірақ біз дағдарыстан шығуға үмітімізді жоғалтпаймыз.

**3-тапсырма.***Тақырыпқа байланысты сұрақтарға жауап беріңіздер.*

1. Өндіріс орындары әртүрлі химиялық, радиациялық уларды қайда таратады?

2. Өнеркәсіптік еңбек іс-әрекетінде қауіпсіздік ережесі мен еңбек гигиенасын сақтамаған жағдайда жұмысшылар неге ұшырауы мүмкін?

3. Өнеркәсіптік улар не түрінде кездеседі?

4. Улы әсер ететін заттар өндіріс жағдайларында адам ағзасына қандай жолдар арқылы енеді?

5.Улардың ағзаға бір мезгілде әртүрлі жолдармен түсуі (су, тамақ, ауа арқылы) улардың қандай деп аталады?

**2-жаттығу.***Жақша ішіндегі орысша сөздердің қазақша баламасын*

*көрсетіп, сөйлемді толықтырыңы*

Қазіргі кезде экологиялық (проблема) көптігі сонша, біз болашақ (поколение) не қалдырамыз деп ойлау керек.Бұл адам(здоровья) аса көп зиянын тигізуде.Улы әсер ететін заттар өндіріс жағдайларында адам (организм) тыныс алу, ас қорыту жолдары (через), сондай-ақ тері арқылы да енеді.Органикалық улы заттар (разные) мүшелер мен тіндерде жиналып, (долго) уақыт сақталады.

Қазір экологиялық дағдарыс бар, бірақ біз дағдарыстан шығуға (надежду) жоғалтпаймыз.

**4-тапсырма.** Қосымша мәтіндіоқып, аударыңыз.

Адамдардың қоршаған ортаға қамқорлығы - экологиялық дағдарыстан шығуға көмектеседі.Завод, фабрикалар өзендер мен көлдерге өте үлкен мөлшерде өндірістік қалдықтарын тастау арқылы қоршаған ортаны ластайды. Табиғат ластанғандықтан көптеген өсімдіктер мен жануарлар біздің жерде өмір сүре алмайды. Теңіздер мен көлдерде көптеген балықтар, жалпы тіршілік атауы жойылуда. Экологиялық дағдарыстың алдын алу үшін завод, фабрикаларда тазалағыш қондырғылар орнату керек.Әсіресе үлкен қалаларда ауаның ластану адам денсаулығына айтарлықтай әсер етеді және көптеген белгісіз аурулардың пайда болуына себепкер болады. Егер ғалымдар, билік басындағылар дұрыс шешім қабылдамаса, әлем экологиялық апатқа ұшырайды. Себебі табиғат ресурстары шектеулі.

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

*Коммуникативтік, өзін-өзі дамыту компетенциясы бойынша*

**5-тапсырма.** Сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды, ұсынысыңызды айтыңыз.

1. Біздің еліміздегі экология мәселесіне қандай сипаттама берер едіңіз?

2. Экология зардаптары адамдарға қандай зиян келтіруде?

3. Экология зардаптарының алдын алу үшін қандай шара қолданар едіңіз?

4. Экология зардаптарынан жапа шеккендерге қандай көмек қажет?

*Операционалды-дағды компетенциясы бойынша*

**3-жаттығу.** *Сөздер мен сөз тіркестерін пайдаланып, сөйлем құрастырыңыз.*

Экология мәселесі, экологиялық дағдарыс, болашақ ұрпақ, өндірістің зияны, адам өмірі, адам денсаулығы, өндіріс орындары, химиялық, радиациялық улар, ауаға таралу, қауіпсіздік ережесі, қоршаған ортаны қорғау, еңбек гигиенасы, улы заттар, аурудың пайда болуы, зиянды заттармен ластану.

*Когнитивті-білім компетенциясы бойынша*

**Тест сұрақтары.**

**1. Көп нүктелердің орнына қойылатын сөздерді көрсетіңіз**

Табиғат ... көптеген өсімдіктер мен жануарлар біздің жерде өмір сүре алмайды.

а) экология

ә) ластанғандықтан

б) зиян

в) болғанда

г) немесе

**2. Сөйлемді дұрыс аяқтаңыз.**

Өндіріс орындары әртүрлі химиялық, радиациялық уларды ауаға ... .

а) жаман

ә) көшеді

б) таратады

в)сыйлайды

г) болмайды

**3. Сұрақтың дұрыс жауабын көрсетіңіз.**

Не істеу керек?

а) қорғау керек

ә) керекке қорғау

б) зиянды зат

в) экология мәселесі

г) орманға баруға

**4. Көп нүктенің орнына жақша ішіндегі сөздің дұрыс аудармасын көрсетіңіз.**

Улы заттар денеген тарап, ағзалардың жұмысын (ухудщаеть).

а) сақтайды

ә) қорғайды

б) тарайды

в) нашарлатады

г) барады

**5. «Вредные вещество» тіркесінің аудармасын көрсетіңі.**

а) жаман әдет

ә) зиянды заттар

б) кері әсер

в) жақсы хабар

г) сулы жер

**11. Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 187б.

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 119б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 84б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 80 б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 141б.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№6тақырып: *Қазақтың халық медицинасы мен гигиенасы*.**

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы: Қазақтың халық медицинасы мен гигиенасы**

**2.Сабақтың мақсаты:**«Қазақтың халық медицинасы мен гигиенасы» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға үйрету. Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету. Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы.*Халық медицинасы, емдері мен гигиенасы туралы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру. Олардымаман ретінде қазақтың халық медицинасы мен гигиенасы туралы қазақша айта білуге үйрету. «Қазақтың халық медицинасы мен гигиенасы» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша лексикалық – грамматикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру, терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру. Өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша ғылыми мәліметтерді, әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыру. Медициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырып, жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту.

**4. Негізгі ұғымдар:**

Қазақтың емдері, тиімді тәсілдер, көшпенді халық, өмір салтын ұстану, денсаулықты сақтау, аурудың алдын алу, тұзды суға шомылдыру,, қойдың майымен сылау, ысқымақ (массаж) жасау, бесікке бөлеу,халық емшілері, шешек, оба,тырысқақ, оңашалау, басқа жаққа көшіп кеткен, науқастарды күту үшін,жұқпалы аурудан өлген, сүйегі мен заттарын өртеу, ауылға кіруге болмайды, емдеудің жолдары.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:** сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тестілік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма.** *Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.*

ұшықтау (тітіркендіру) – раздражение

уқалау, сылау - массаж

ыстық өткізу – согреть горячим

суық басу – холодный компресс

күйдіру – обжигать

оңашалау – карантин (изоляция)

шешек – оспа

оба – чума

тырысқақ – холера

емдеу - лечить

**Мәтінге байланысты тірек сөздер:**

Халық емдері, тиімді тәсілдер, көшпенді халық, өмір салтын ұстану, денсаулықты сақтау, аурудың алдын алу, тұзды суға шомылдыру,, қойдың майымен сылау, ысқымақ (массаж) жасау, бесікке бөлеу,халық емшілері, шешек, оба,тырысқақ, оңашалау, басқа жаққа көшіп кеткен, науқастарды күту үшін,жұқпалы аурудан өлген, сүйегі мен заттарын өртеу, ауылға кіруге болмайды, емдеудің жолдары.

**2-тапсырма.** *Мәтінді оқып, түсінгеніңізді айтыңыз.*

**Қазақтың халық медицинасы мен гигиенасы**

Қазақтың дәрі-дәрмектен өзге емдері: ұшықтау (тітіркендіру), уқалау, сипалау, суық басу, оңашалау (карантин) т.б. әдістері әлі күнге дейін ең тиімді тәсілдер болып отыр.

Қазақстан аумағында гигиена мен медицинаның пайда болуы ғасырлар тереңіне кетеді және өзіндік ерекшеліктері бар. Қазақтардың негізгі бөлігі көшпенді болғандықтан, өздері мекендейтін ортаның физикалық-географиялық ерекшелікке бейімделуін қажет ететін өмір салтын ұстанатын. Бұл денсаулықты сақтаудың және аурудың алдын алудың өзіндік әдістерін қалыптастырды. Көшпенді өмірге лайықталып жасалған киіз үйді жыл мезгілдеріне байланысты өзгертіп отыруға болатын еді. Жазда күн ыстық кезде киіз үйдің керегесін кең етіп тігіп, түндікті, іргені түру арқылы оны салқындататын болған. Ал қыста керегеге, уыққа екі қабат киіз жауып, іргесін қымтап, ортаға от жағу арқылы үйді жылытқан.

Аурулардың алдын алуда халықтың салтының, әдет-ғұрыптарының маңызы зор болды. Мысалы, ұл балалар сүндетке отырылғызды, жеті атадан аспай некелесуге рұқсат етілмеді т.б. Жаңа туған баланы тұзды суға шомылдырған, қойдың майымен сылап, ысқымақ (массаж) жасап отырған. Шала туған балаларды температурасы тұрақты сақталатын түлкі тұмаққа салып жылытқан. Ал денсаулығы қалыпты, уақытында дүниеге келген балаларды бесікке бөлеген. Бесікте баланың үлкен және кіші дәреттері түсетін арнайы тесік пен түтік болғандықтан, бала әр уақытта құрғақ жататын болған.

Халық емшілері аурудың ауа арқылы және науқас адам тұтынған заттар арқылы жұғатынын білген. Сондықтан, шешек, оба,тырысқақ сияқты жұқпалы аурумен ауырғандарды оңашалаған. Қажет болған жағдайда мұндай ауру шыққан ауылдың адамдары басқа жаққа көшіп кетіп, науқастарды күтуге бұрын осындай аурумен ауырып жазылған адамдарды қалдырған. Жұқпалы аурудан өлген адамның сүйегі мен заттары өртелген. Ауру кең көлемде жайылып кеткен ауылдың сыртына қара мата байланған. Бұл ауылға кіруге болмайды дегенді білдіретін белгі болған. Халық мұндай жұқпалы аурулардан сақтана алғанмен, оны емдеудің жолын білмеген.

**3-тапсырма**. *Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіз.*

1. Қазақтың әлі күнге дейін қолданылып келе жатқан қандай емдік тәсілдерін білесіз?

2. Көшпенді халық қандай үйде отырған?

3. Жазда киіз үйді қалай салқындатып, таза ауа кіргізген?

4. Аурудың алдын алуға қазақ халқының қандай әдет-ғұрыптарының маңызы зор болған?

5. Ол кезде жаңа туған нәрестелерді қалай күткен?

6. Нәрестені бесікке бөлеудің қандай гигиеналық маңызы бар?

7. Олар жұқпалы аурулардан қалай сақтанған?

8. Ол кезде қандай аурулар көп кездесетін еді?

**1-жаттығу.***Мәтінді оқып, орыс тіліне аударыңыз*.

Қазақтың халық медицинасы үлкен үш салаға бөлінген. Табибия – диагностика, дәрігерлік – фармакалогия, емшілік – терапия, дәрі қолдану немесе басқа да әдістер арқылы ем жүргізуші екендігін ұғынуға болады. «Тәуіп» - дәрігер, ауруды анықтаушы (диагноз қоюшы) деп атайтын. Сондай-ақ сақтар күйдіру жолымен емдеуді бірінші орынға қойған. Бабаларымыз медицинаны – денсаулық сақтауға қатысты білімдер жиынтығы деп атаған. Олар науқасты организміндегі өзгерістеріне байланысты салқын, ыстық, құрғақ, ылғал деп төрт топқа бөлген.

**2-жаттығу.** *Көп нүктенің орнына қажетті сөздерді көрсетіңіз.*

Аурулардың алдын алуда халықтың салтының, әдет-ғұрыптарының ... зор болды. Мысалы, ұл балалар сүндетке ... , жеті атадан аспай некелесуге рұқсат .... Жаңа туған баланы тұзды суға ..., қойдың майымен ... , ысқымақ (массаж) жасап отырған. Уақытында дүниеге келген балаларды ... бөлеген. Халық емшілері аурудың ауа арқылы және науқас адам тұтынған заттар ... жұғатынын білген. шешек, оба,тырысқақ сияқты жұқпалы аурумен ... оңашалаған. Мұндай жағдайда ауру шыққан ауылдың адамдары басқа жаққа ... . Жұқпалы аурудан өлген адамның сүйегі мен заттары ... . Ауру кең көлемде жайылып кеткен ауылдың сыртына қара мата ... . Халық мұндай жұқпалы аурулардан сақтана алғанмен, оны емдеудің жолын жақсы ... .

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

*Коммуникативтік компетенция бойынша*

**4-тапсырма.** *Сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды, ұсынысыңызды айтыңыз.*

1. Қазақтың халық медицинасының маңызы қандай болды?

2. Бұрынға халық емшілері қолданған тәсілдердің қайсысы тиімді деп ойлайсыз, өзіңіз қайсысын қолданып жүрсіз?

3. Қазақтың денсаулыққа, гигиенаға байланысты әдет-ғұрып, салт-дәстүрлерінің маңызы қандай?

4. Сол кезде олар аурудан қалай сақтанған, қандай аурулармен ауырған?

*Өзін-өзі дамыту компетенциясы бойынша*

**3-жаттығу.** *Сөйлемдерді оқып, аударыңыздар.*

Аяқ-қол ауруларын, қабыну үрдістерін халық шипалы балшықпен («қара сор»), минералды сулармен (балшықпен) емдеген. Сынықшылық, оташылық, жарықшылық ел арасында кең тараған. Көшпенді ел індеттен сақтана білген: ауру адамды жеке қарау, індет шығысымен қоныс аудару (көшіп кету) әдетке айналған.

Оталық Қазақстаннан табылған археологиялық мәліметтерге қарағанда емдеу мақсатымен бас сүйекті тесу, аяқ, қолды кесу тәсілдері ежелден (V ғ.) белгілі болған.

*Операционалды-дағды компетенциясы бойынша*

**5-тапсырма.** *Тақырыпқа байланысты сөз тіркестерін аударып, сөйлем құраңыз.*

Халық емдері, тиімді тәсілдер, көшпенді халық, өмір салтын ұстану, денсаулықты сақтау, аурудың алдын алу, тұзды суға шомылдыру, қойдың майымен сылау, ысқымақ (массаж) жасау, бесікке бөлеу,халық емшілері, шешек, оба,тырысқақ, оңашалау, басқа жаққа көшіп кеткен, науқастарды күту үшін,жұқпалы аурудан өлген, сүйегі мен заттарын өртеу, ауылға кіруге болмайды, емдеудің жолдары.

*Когнитивті-білім компетенциясы бойынша*

**Тестер:**

*1. «Холодный компресс» тіркесінің аудармасын көрсетіңіз.*

а) ыстық басу

ә) суық басу

б) емдеу

в) ыстық болды

г) суық әкелді

*2. Көп нүктенің орнына қажетті сөз тіркесін көрсетіңіз.*

Халық емшілері аурудың ... жұғатынын білген.

а) көз арқылы

ә) тауға шығу

б) ауа арқылы

в) халық емі

г) ежелгі

*3. «Тәуіп» сөзінің дұрыс анықтамасын көрсетіңіз.*

а) емшілік, емдеу

ә) фармакология, дәрі

б) диагноз қоюшы, ауруды анықтаушы

в) халық медицинасы

г) ежелгі әдіс

*4. Жақша ішіндегі сөздің дұрыс аудармасын көрсетіңіз.*

Нәрестені қойдың майымен сылап, (массаж) жасап отырған.

а) күйдіру

ә) шомылдыру

б) суық басу

в) ысқымақ

г) байлау

*5. Жақша ішіндегі сөздің дұрыс аудармасын көрсетіңіз.*

Сақтар (обжигать) жолымен емдеуді бірінші орынға қойған.

а) ыстық басу

ә) алысқа апару

б) күйдіру

в) майлау

г) өртеу

*6. Сұрақтың дұрыс жауабын көрсетіңіз.*

Көшпенді халық қандай үйде отырған?

а) Көшпенді халық кірпіш үйде отырған.

ә) Көшпенді халық әдет-ғұрыпты сақтаған.

б) Көшпенді халық киіз үйде отырған.

в) Көшпенді халық ауылда орналасқан.

г) Көшпенді халық жыл мезгіліне байланысты өзгертіп отырған.

*2. Дұрыс аударылан сөздер мен сөз тіркестерін көрсетіңіз.*

а) народные целители – халық емшілері

ә) шырғанақ майы – вредные привычки

б) шипалы заттар - восполительные процессы

в) бас сүйек - ребро

г) індет - ожог

**11. Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 187б.

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 119б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 84б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 80 б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 141б.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№7тақырып: *Аралық бақылау*.**

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1. Тақырыбы: Аралық бақылау.**

#### 2. Мақсаты: Өтілген лексикалық және грамматикалық материалдарды қайталай отырып, студенттердің алған білімін анықтау, қорыту, бекіту.

**3. Міндеті:**

*1. Когнитивті – білім компетенциясы* бойынша қазақ тілінің медицинаға және күнделікті

өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесінқаншалықты үйренгенін бақылау. Дұрыс оқуын айтуын, жазуын тексеру. Ерекшеліктері мен айырмашылықтарын салыстыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша лексикалық ерекшеліктердің қолдану аясын, терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалай қалыптастырғанын бақылау.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша ғылыми мәліметтерді, әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымғақатысуын тексеру.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын бақылау.

Аралық бақылау (когнитивті-білім, операционалды-дағды, коммуникативтік, өзін өзі дамыту компетенциялары бойынша сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

1. **Аралық бақылау бойынша негізгі сұрақтар:**
   1. Адам мен табиғат арасында қандай байланыс бар?
   2. Адамның денсаулығын нығайтып, пайдасын тигізетін негізгі жағдайларды атаңыз.
   3. Ас әзірлеу гигиенасы дегенді қалай түсінесіз?
   4. Тұрғын үй гигиенасы дегеніміз не?
   5. Қазақстандағы экологиялық дағдарыс туралы не айтасыз?
   6. Қазақтың халық медицинасы мен гигиенасы туралы айтыңыз.

**І нұсқа**

**1-тапсырма**. *Өтілген мәтіндер бойынша берілген сөздер мен сөз тіркестерін пайдаланып, сөйлем*

*құрастырыңыздар*

Адам, табиғат, ауа, су, жер, орман, табиғатты қорғау, адам денсаулығы, қазақстандағы экологиялық дағдарыс, экология, өзекті мәселе, болашақ ұрпақ, өндірістің зияндылығы, улы заттар, қоршаған орта, экология, ластануы, түрлі аурулар, халық медицинасы, халық емдері, емдік тәсілдер, аурудың алдын алу, емшілер, сақтану, оңашалау, сылау, бесік, көшпенді, гигиена.

**2 – тапсырма.** *Берілген мәтінді қазақ тіліне аударыңыз.*

Табиғат адамзаттың өмір сүретін ортасы. Адам ауасыз, сусыз өмір сүре алмайды. Бұл табиғатты адам баласына тарту еткен баға жетпес сыйы. Біздің міндетіміз осы табиғаттың берген сыйын қастерлеп, қорғау, ұқыпты пайдалану. Әр нәрсенің сұрауы, шегі болатынын ұмытпауымыз керек. Экология табиғат пен қоғам байланысы туралы ғылым. Табиғат пен экологияны сақтайтын да, улайтын да адам. Қоршаған ортаның зиянды заттармен ластануы күннен-күнге артып отыр. Бұл адам ағзасына үлкен зиян келтіріп отыр. Осы ластанулардың әсерінен адамдар әртүрлі ауруларға шалдығып жатыр. Табиғатты, экологияны қорғау мәселесі – қазіргі кезде күрделі мәселелердің бірі болып отыр. Экологиялық мәдениетке ие болып, экологиялық тәрбиені сақтап, табиғатқа туған анасындай қарау – бүгінгі күні әрбір азаматтың борышы болуы керек.

**3 – тапсырма*.****Өтілген мәтіндер бойынша берілген сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды,*

*ұсынысыңызды айтыңыз.*

* + 1. Адам мен табиғат арасындағы байланысты қалай түсіндіресі?
    2. Қазіргі кезде экологиялық дағдарыстан шығу үшін қандай жұмыстар атқарылып жатыр?
    3. Экология неліктен ластанып жатыр? Оның адамдарға қандай зияны бар?
    4. Табиғатты қорғау үшін қандай шаралар ұйымдастыруға болады?
    5. Халық медицинасының бұрын қолданған тәсілдерінің қайсысы қазір қолданылып жүр?
    6. Өзіңіз халық емдерінің тәсілдерін қолданасыз ба?
    7. Бұрын көшпелі халық арасында қандай аурулар кең тарады?
    8. Халық аурулардан қалай сақтанған?
    9. Аурудың алдын алуда қазақтың қандай салт-дәстүр, әдет-ғұрыптарының маңызы зор?

**ІІ нұсқа**

**1-тапсырма.** *Өтілген мәтіндер бойынша берілген сөздер мен сөз тіркестерімен сөйлем*

*құраңыздар.*

Ас әзірлеу гигиенасы, қолды жуу, ас дайындау, тазалық, гигиеналық ережелер, жуылмаған ыдыс, пайдалану мерзімі, тамақққа байланысты, ас әзірлеушіге байланысты, түрлі аурулар, микробтар, көкөністерді жуу, салауатты өмір салты, дене шынықтыру, қимыл-қозғалыс, денсаулық үшін, маңызды, арттырады, дұрыс тамақтану, еңбекті және демалысты ұйымдастыру, артық салмақ, денсаулықты сақтау, тұрғын үй гигиенасы, қажетті, қолайсыз, таза ауа, күннің түсуі, қолайлы, ауласы.

**2 – тапсырма.** *Берілген сөйлемдерді қазақ тіліне аударыңыз.*

Қозғалыс белсенділігі, еңбек пен демалысты дұрыс ұйымдастыру және дұрыс тамақтану - адам денсаулығын нығайтуға жағдай жасайды.Қозғалыс белсендігі адамның жұмыс істеу қабілетін арттырып, түрлі ауруларға қарсы тұруға көмектеседі. Адам уақытында жұмысты аяқтап, уақытында демалуы қажет. Тым көп жұмыс істеу адамды әлсіретеді. Адамның өсіп-дамуына, ұзақ өмір сүруіне дұрыс тамақтанудың маңызы зор. Дұрыс тамақтану адамның дене салмағының бірқалыпта болуынажағдай жасайды.

**3 – тапсырма*.****Көп нүктенің орнына қажетті сөздерді қойып, сөйлемді толықтырыңыз.*

Ас әзірлеуші адам өзінің жеке басының ... сақтауы қажет. Адамда кездесетін аурулардың барлығы ... байланысты. Тазалықта дайындалған астың адам ... әсері мол. Ішек аурулары ауру қоздыратын микробтар ... пайда болады. Микробтар лас ыдыстар мен кір қолдан ... .

**4-тапсырма**. *Өтілген мәтіндер бойынша сұрақтарға жауап беріңіз*

Ас әзірлеу гигиенасына қандай талаптар қойылады?

Ас әзірлеу гигиенасын сақтамаудан қандай зардаптар шегеміз?

Ұзақ өмір сүрудің мәні неде?

Адам денсаулығын нығайтатын негізгі жағдайларға нелер жатады?

Салауатты өмір салтын ұстанасыз ба?

Тұрғын үй гигиенасы не үшін қажет?

Өзіңіз қандай үйде тұрасыз?

Сіз үшін жер үй қолайлы ма, әлде, көпқабатты үй қолайлы ма?

**Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 180б.

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 120б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 81б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 79б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж. 45б.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 116б.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№8тақырып: *Атмосфералық ауа тазалығының гигиеналық маңызы.***

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы:** *Атмосфералық ауа тазалығының гигиеналық маңызы*

**2.Сабақтың мақсаты:**«Атмосфералық ауа тазалығының гигиеналық маңызы» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға үйрету. Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету. Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы.* Ауа тазалығының гигиеналық маңызы туралы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру. Олардымаман ретінде қазақтың атмосфералық ауа тазалығының гигиенасы туралы қазақша айта білуге үйрету. «Атмосфералық ауа тазалығының гигиеналық маңызы» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша лексикалық – грамматикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру, терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру. Өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыру. Медициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырып, жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту.

**4. Негізгі ұғымдар:**

Атмосфералық ауаның ластануы, өндірістік және шаруашылықтық әрекеттер, қауіпті деңгей,химиялық ластаушылар, жасанды қосылыстар, канцерогенді және мутогенді әсер, ауаның сапасын нашарлату, химиялық заттар, адам денсаулығы, қоршаған ортаға зиян, аурулардың пайда болуы, лас ауа, зиянды заттар, адама ағзасы, ірі кәсіп орындар, жағымсыз әсер ету, улы заттар, зардап шеккен адамдар, денсаулықтарын қалпына келтіру.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:**Мәтінмен, **ж**аңа сөздермен, сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тестілік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма. Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.**

Өндіріс-прозводство

шаруашылық – хозяйственный

қарқынды – интенсивный

созылмалы ауру – хронические болезни

зиянды заттар – вредные вешество

біртіндеп – постипенно

ірі – крупные

айыппұл - штраф

**Мәтінге байланысты тірек сөздер:**

Атмосфералық ауаның ластануы, өндірістік және шаруашылықтық әрекеттер, қауіпті деңгей,химиялық ластаушылар, жасанды қосылыстар, канцерогенді және мутогенді әсер, ауаның сапасын нашарлату, химиялық заттар, адам денсаулығы, қоршаған ортаға зиян, аурулардың пайда болуы, лас ауа, зиянды заттар, адама ағзасы, ірі кәсіп орындар, жағымсыз әсер ету, улы заттар, зардап шеккен адамдар, денсаулықтарын қалпына келтіру.

**2-тапсырма.** *Мәтінді оқып, түсінгеніңізді айтыңыз.*

**Атмосфералық ауа тазалығының гигиеналық маңызы**

Атмосфералық ауаның ластануы қазіргі замандағы ең күрделі мәселенің бірі болып отыр. Халық санының өсуі мен өндірістік және шаруашылықтық әрекеттердің қарқынды жүруі ауаның қауіпті деңгейде ластануына әкеп соғуда. Қазіргі уақытта адамға әсер ететін химиялық ластаушылардың саны 500000-ға дейін жетіп қалды. Табиғи ластаушылардан басқа атмосфераға бұрын табиғатта болмаған, синтетикалық жасанды қосылыстар түсуде. Қазір мұндай қосылыстардың 65 мыңға жуығы бар. Олардың ішінде 200-ден астамы канцерогенді және мутогенді әсер береді. Атмосфералық ластаушылар мемлекеттердің шекараларынан кедергісіз өтіп, өндірістік орындары жоқ аумақтардың да ауасының сапасын нашарлатады. Ауаға түскен химиялық заттар басқа заттармен реакцияға түсіп, адам денсаулығына да, қоршаған ортаға да зиян келтіруде.

Атмосфераның негізгі ластаушы көздеріне өндіріс орындары, автокөліктер, жылу-энергетика өндірісі, ауыл шаруашылығы жатады. Атмосфераны ластаушы заттардың 90%-ы газ және бу түрінде болады, ал 10%-ы қатты және сұйық агрегат күйінде болады.

Атмосфераны ластаушы заттар адам ағзасында жедел және созылмалы аурулардың пайда болуына себеп болады. Жедел аурулар өндірістік орындарда болатын апат әсерінен болса, созылмалы аурулар атмосфераның үздіксіз ластануының нәтижесінде пайда болады. Лас ауаның құрамындағы зиянды заттар адама ағзасына біртіндеп жинала береді де түрлі аурулардың пайда болуына негіз болады.

Қазір әлемнің барлық мемлекеттері ауаның ластануын азайту мақсатында бірігіп жұмыс істеуге тырысуда. Дегенмен, пайда табу жолында ірі кәсіп орындар табиғатқа орасан зиян келтіріп жатқандарын жасырып қалуға тырысады. Барлық мемлекеттерде табиғатқа зиян келтіріп, адам ағзасына жағымсыз әсер ететін улы заттарды атмосфераға шығарып жатқан өндіріс орындарына айыппұл салады. Бұл айыппұлдардан түскен қаржыны табиғатты және зардап шеккен адамдар денсаулықтарын қалпына келтіруге жұмсайды.

***Табиғат-Ана жіберген қателігімізді кешірмейді.***

**3-тапсырма.** *Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіз.*

1. Атмосфералық ауаның ластануына не әсер етуде?

2. Ауаның ластануынан адам денсаулығы мен қоршаған ортаға қандай зиян келуде?

3. Ауаның негізгі ластаушы көздеріне нелер жатады?

4. Атмосфералық ауаның ластануы нәтижесінде адамдар қандай ауруларға ұшырауда?

5. Табиғатқа зиян келтірген өндіріс орындарына қандай шара қолданылуда?

6. Олардан түскен айыппұл қаражаты қайда жұмсалуда?

**4-тапсырма.** *Сұрақтарды дұрыс жауабымен сәйкестендіріңіз.*

|  |  |
| --- | --- |
| Халық санының өсуі мен өндірістік және шаруашылықтық әрекеттердің қарқынды жүруі неге әкеліп соғуда? | Бұл айыппұлдардан түскен қаржыны табиғатты және зардап шеккен адамдар денсаулықтарын қалпына келтіруге жұмсайды |
| Атмосфераның негізгі ластаушы көздеріне нелер жатады? | Улы заттарды атмосфераға шығарып жатқан өндіріс орындарына айыппұл салады. |
| Атмосфераны ластаушы заттар адам ағзасында қандай аурулардың пайда болуына себеп болады? | Ауаның қауіпті деңгейде ластануына әкеп соғуда. |
| Улы заттарды атмосфераға шығарып жатқан өндірістерге қандай шара қолданылуда? | Олар ауаны ластап, адам денсаулығына да, қоршаған ортаға да зиян келтіруде. |
| Атмосфералық ластаушылар қандай зиян әкелуде? | Оған өндіріс орындары, автокөліктер, жылу-энергетика өндірісі, ауыл шаруашылығы жатады |
| Улы заттарды атмосфераға шығарып жатқан өндіріс орындарынан түскен айыппұлдар қайда жұмсалуда?. | Атмосфераны ластаушы заттар адам ағзасында жедел және созылмалы аурулардың пайда болуына себеп болады. |

**2-жаттығу**. *Көп нүктенің орнына қажетті сөздерді көрсетіңіз.*

Қазір әлемнің барлық мемлекеттері ауаның ластануын азайту ... бірігіп жұмыс істеуге тырысуда.

Атмосфералық ластаушылар ... шекараларынан кедергісіз өтуде.Ауаға түскен химиялық заттар басқа заттармен реакцияға түсіп, адам денсаулығына да, қоршаған ортаға да ... келтіруде.

Жедел аурулар өндірістік орындарда болатын апат әсерінен болса, созылмалы аурулар атмосфераның үздіксіз ластануының ... пайда болады.Лас ауаның құрамындағы зиянды заттар адама ағзасына біртіндеп жинала береді де түрлі ... пайда болуына негіз болады.

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

*Коммуникативтік және өзін-өзі дамыту компетенциясы бойынша*

**1-тапсырма.** *Сұрақтарға жауап беру арқылы, өз ойыңызды, ұсынысыңызды айтыңыз****.***

1. Атмосфералық ауаны ластатпау үшін қандай шара қолданар едіңіз.
2. Біздің елімізде ауаның ластануы қандай деңгейде?
3. Атмосфералық ауа тазалығын сақтаудың алдын алу үшін не істер едіңіз?
4. Атмосфералық ауа тазалығын сақтамаудан қандай зардап көреміз?
5. Атмосфералық ауа тазалығын ластаушыларға қандай шара қолданар едіңіз.
6. Атмосфералық ауа тазалығынан зардап шеккендерге қандай көмек көрсетер едіңіз.

*Когнитивті-білім және операционалды-дағды компетенциясы бойынша*

**2-тапсырма.** *Тақырыпқа байланысты сөз тіркестерін аударып, сөйлем құраңыз.*

Қауіпті деңгей,химиялық ластаушылар, жасанды қосылыстар, канцерогенді және мутогенді әсер, ауаның сапасын нашарлату, химиялық заттар, адам денсаулығы, қоршаған ортаға зиян, аурулардың пайда болуы, лас ауа, зиянды заттар, адама ағзасы, атмосфералық ауаның ластануы, өндірістік және шаруашылықтық әрекеттер, ірі кәсіп орындар, жағымсыз әсер ету, улы заттар, зардап шеккен адамдар, денсаулықтарын қалпына келтіру.

**Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 180б.

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 120б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 81б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 79б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж. 45б.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 116 б.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№9тақырып: *Арал тағдыры – адам тағдыры.***

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы:***Арал тағдыры – адам тағдыры.*

**2.Сабақтың мақсаты:**«Арал тағдыры – адам тағдыры» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға үйрету. Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру.Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы.*«Арал тағдыры – адам тағдыры» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.Студенттергемаманаретінде арал тағдырының қасіреті туралы қазақша айта білуге үйрету. Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру. Арал теңізі жайлы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру. Терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру, лексикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша медициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету. Қажетті әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыру.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту,

тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырыу.,

**4. Негізгі ұғымдар:**

Ең ірі экологиялық апат, Арал теңізінің тағдыры, ақ тұздар, шаң-тозаң,тұз бен құм, таралып жатыр, зардабын тарту,теңізді құтқару, Теңіз суының тартылуы, өзекті мәселелер, нысандардың қаңқасы,қайта өрлеу, үміті оянып, тіршілігі жандану, тоқтап қалған кәсіпорындар, балық өнімдерін шығаратын, жаңа зауыт, ата кәсіпті жандандыру, барша жұртты алаңдатып, табиғаттың ғажайып сыйы, іс-әрекетінің салдарынан, адам тіршілігіне, шаруашылыққа тигізер зардабы, апатты дереу тоқтату, теңіз бен көлді аман сақтап қалу,су ресурстарын ұтымды пайдалану, су үнемдейтін,назар аударылды, санитарлық және эпидемологиялық жағдай, сауықтыру, әлеуметтік маңызы бар,медициналық қызмет көрсету, сапасын арттыру, денсаулық сақтау мекемелері, сумен жабдықтау объектілері, жүзеге асыру, жағдайын жақсарту, қол жеткізу.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:**Мәтінмен, жаңа сөздермен, сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тестілік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма.** *Мәтінге байланысты тірек сөздер мен сөз тіркестерін аударыңыздар.*

Ең ірі экологиялық апат, Арал теңізінің тағдыры, ақ тұздар, шаң-тозаң,тұз бен құм, таралып жатыр, зардабын тарту,теңізді құтқару, Теңіз суының тартылуы, өзекті мәселелер, нысандардың қаңқасы,қайта өрлеу, үміті оянып, тіршілігі жандану, тоқтап қалған кәсіпорындар, балық өнімдерін шығаратын, жаңа зауыт, ата кәсіпті жандандыру, барша жұртты алаңдатып, табиғаттың ғажайып сыйы, іс-әрекетінің салдарынан, адам тіршілігіне, шаруашылыққа тигізер зардабы, апатты дереу тоқтату, теңіз бен көлді аман сақтап қалу,су ресурстарын ұтымды пайдалану, су үнемдейтін,назар аударылды, санитарлық және эпидемологиялық жағдай, сауықтыру, әлеуметтік маңызы бар,медициналық қызмет көрсету, сапасын арттыру, денсаулық сақтау мекемелері, сумен жабдықтау объектілері, жүзеге асыру, жағдайын жақсарту, қол жеткізу.

**2-тапсырма.** *Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.*

экологиялық апат – экологические катастрофа

тағдыры – судьба

шаң-тозаң –пыль

таралу–распостранить

зардабын тарту – испытывать последствие

үміті ояну – надееться, возлагать надежды

тіршілігі жандану – жизнь, существование

өнімдерін – продукцию

жандандыру –оживить

ұтымды - выгодно

дереу – быстро, немедленно

сақтап қалу – беречь, хранить

үнемдейтін – экономить

назар аударылды – обратить внимание

сауықтыру – выздороветь, поправиться

жабдықтау – обеспечить

жүзеге асыру – осуществить

қол жеткізу –достичся

**3-тапсырма.** *Мәтінді оқып, түсінгеніңізді айтыңыз.*

### Арал тағдыры - адам тағдыры

Әлем халқы 20 ғасырдағы ең ірі экологиялық апат деп таныған Арал теңізінің тағдыры 21 ғасырда да өзекті тақырыптардың бірі болып отыр. Көлемi жағынан көлдердiң ішінде әлем бойынша төртiншi тұрған Арал теңiзi қайғылы ойпатқа айналды. Картада көкпен белгіленіп көрсетілгенмен, онда теңіздің тек сарқыншағы ғана қалды. Бұрындары аққу ұшып, қаз қонған, шағаласы шаңқылдағын шалқардан қазір ақ тұздар мен шаң-тозаң ғана көкке көтеріледі. Жылына 120 миллион тонна тұз бен құм жел арқылы жер-жаһанға таралып жатыр. Аралдың залал-зардабын айналасындағы ел-жұрт тартты. Бүгінде Арал теңізін құтқару шаруасы қарқынды жүріп жатыр. «Арал теңізін құтқару» қорын құрды. Теңіз суы түбегейлі тартылып кетпей, бүгінге жетіп отырғаны да сол қордың арқасы. 40 мың тұрғыны бар шаһардың дегенмен өртеніп тұрған өзекті мәселелері әлі де жетерлік.

Көк теңізге кіндігімен байланған Арал қаласының ғасырлық тарихы бар. Теңіздің орны бүгінде шағыл құм жапқан төбелерге айналды. Бір кездегі балық аулау флотилиясы, кеме жөндейтін, балық өңдейтін, шыны шығаратын зауыттар мен тігін фабрикасы жұмыс істеді. Тіпті, су бетінде қалқып тұратын мейрамхана болған деседі. Ал, қазір осы нысандардың қаңқасы ғана қалған.

Арал бүгінде қайта өрлеу дәуіріне қадам басты. Осыдан он жыл бұрынғы жағдайымен салыстыруға келмейді. Кіші Арал теңізі ернеуіне жеткен сайын елдің де үміті оянып, тіршілігі жанданып келеді. Кезінде тоқтап қалған кәсіпорындар қайтадан жұмысын бастады. Бұл - 47 түрлі балық өнімдерін шығаратын жаңа зауыт. Ата кәсіпті жандандырып жатқан бірнеше өндіріс орындарында қазір бас-аяғы 300 адам жұмыс істейді.

Арал – Балқаш тағдыры бүгін барша жұртты алаңдатып, толғандырып отыр. Табиғаттың ғажайып сыйы, ботаның көзіндей мөлдіреген қос айдын бұл күндері адамның жөн-жосықсыз, парықсыз іс-әрекетінің салдарынан құрып, дүниеден көшіп барады. Бүгін адам тіршілігіне, шаруашылыққа тигізер зардабы орасан зор бұл апатты дереу тоқтатып теңіз бен көлді аман сақтап қалу мәселесі бар маңызымен алға қойылып отыр.

Су ресурстарын ұтымды пайдаланудың, егіншіліктің су үнемдейтін прогресті жүйелерін практикаға енгізудің бірінші дәрежелі маңызы бар екеніне айырықша назар аударылды.   
Арал өңіріндегі санитарлық және эпидемологиялық жағдайды сауықтыру орасан зор саяси және әлеуметтік маңызы бар міндет болып табылатыны атап өтілді. Барынша қысқа мерзім ішінде халыққа медициналық қызмет көрсету сапасын арттыру, денсаулық сақтау мекемелерін, сумен жабдықтау объектілерін салуды жүзеге асыру, поселкелердің, аудан орталықтарының, қалалардың санитарлық жағдайын жақсартуға қол жеткізу қажет.   
Арал теңізін құтқару жөнінде бірнеше ғылыми болжамдар мен жобалар бар. Олар:

1. Сібір өзендерін Қазақстанға бұру.

2. Әмудария мен Сырдария өзендерінің суын реттеу арқылы суды молайту.

3. Арал теңізін жартылай сақтап қалу.

4. Каспий теңізінің суын жасанды канал арқылы әкелу.

5. Жер асты суларын пайдалану.

6. Арал теңізінің өздігінен табиғи реттелуін немесе толысуын күту.

Әрине, бұл жобалар болашақтың ісі болғанымен, уақыт талабы оны күттірмейді. Бәрі де қаражатқа тірелуі мүмкін. Ал оның іске асуы адамзат кауымының білімі мен біліктілігіне байланысты екені анық. Қазіргі кезде Аралды құтқару бағытында батыл да жоспарлы түрде ғылыми негізде жұмыстар жасалуда. "Арал тағыдыры - адам тағдыры" болғандықтан оны сақтап қалу барлығымыздың міндетіміз.

**4-тапсырма.** *Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіз.*

1. Арал теңізі неліктен мұндай күйге түсті?

2. Арал теңізі бұрын қандай еді?

3. Арал теңізінің қазіргі жағдайы қандай?

4. Халық қандай зардаптар шегіп жатыр?

5. Арал теңізін қалпына келтіру үшін қандай шаралар атқарылып жатыр?

**1-жаттығу**. *Көп нүктенің орнына қажетті сөзді көрсетіп, сөйлемді толықтырыңыз*.

Арал аймағының ... жағдайы экономиканың дәстүрлі бағыттарының дамуының мүмкін болмауына әкеліп, бірқатар әлеуметтік және саяси мәселелерді туғызады.  
Қоршаған ... бұза отырып, кез келген қазіргі заманғы қоғам өзінің болашағын жояды. Болашақ ұрпақтардың ... үшін экологиялық тұрақты сақтап қалу қажет. Экологиялық тұрақты болашақты сақтау үшін ... ортаның жағдайын бақылап, өнеркәсіптік қалдықтарды жою, қалдықсыз және ресурстарды тиімді ... технологияларды жасап, іске қосу керек.

**5-тапсырма.***Мәтінді оқып, аударыңыз.*

Аралды сақтап қалу мүмкін бе? Судың деңгейі 13 метрге төмендеп, су жағалаудан жүздеген километрге шегінді. Кеуіп қалған теңіз түбінен құмды-тұзды дауылдар көтерілуде.  
Арал теңізі Орта Азияның шөлді белдеуінде oрналасқан. Көлемі бойынша Арал дүние жүзінде ішкі су қоймаларының ішінде төртінші орында болған. Бұл проблеманың тууына себепші болған - адам әрекеті. Ұзақ жылдар бойы Аралға құятын ірі өзендер [Амудария](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D3%98%D0%BC%D1%83%D0%B4%D0%B0%D1%80%D0%B8%D1%8F) мен [Сырдарияның](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D1%8B%D1%80%D0%B4%D0%B0%D1%80%D0%B8%D1%8F) суын теңізге жеткізбей, түгелдей дерлік егістіктерді ([мақта](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B0%D2%9B%D1%82%D0%B0), [күріш](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D2%AF%D1%80%D1%96%D1%88)) суландыруға пайдаланылып келді. Буланушылық дәрежесі жоғары болатын шөл зонасында орналасқан теңіз суының көбірек булануы оның тартылуына әкеп соқты. Қазіргі кезде Арал теңізі екі су айдынына үлкен және кіші теңізгебөлінген. Ғалымдардың есептеуі бойынша, теңіз табанынан атмосфераға жылына 200 млн тоннаға дейін тұзды шаң-тозаң ұшады. Теңіз суының шегінуінен оның жағалауындағы 800 гектар тоғай, жануарлар дүниесі жойылып, теңіз айналасы бұл күнде тіршілігі жоқ құмды, сортаң жарамсыз жерлерге айналды. Бұл өзгерістер өз кезегінде сол аймақ тұрғындарының денсаулығына кері әсерін тигізді. Аралды сақтап қалуға арналған Халықаралық қордың құрылғанына 15 жыл толды. Осы жылдар аралығында аткарылған жұмыстар аз емес. Аралды қалпына келтіру үшін көптеген іс-шаралар қаралып, жобалар жасалды. Кіші аралдың оңтүстігіне ұзындығы 12 км болатын Көкарал бөгені салынды. Соның салдарынан Кіші Аралдың (Солтүстік) деңгейі 42 метрге, аумағы 800 шаршы километрге ұлғайды. Суы тартылып қалған тұзды көлдін табанын жауып, көлге тіршіліктің нышаны енді. Ғалымдардың айтуынша Аралдан ұшқан тұзды дауылдың бір ұшы [Гренландия](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D1%8F) мұздықтары мен [Норвегияның](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%BE%D1%80%D0%B2%D0%B5%D0%B3%D0%B8%D1%8F) орманды алқабына да жеткенін дәлелдеген еді.

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

*Коммуникативтік және өзін-өзі дамыту компетенциясы бойынша*

**6-тапсырма.** *Төмендегі сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды, ұсынысыңызды*

*айтыңыз.*

1. Арал теңізінің жағдайы сізді қаншалықты алаңдатады?

2. Арал теңізін қалпына келтіру үшін қандай шара қолданар едіңіз?

3. Арал теңізінің мұндай күйге түсуіне кімдер кінәлі деп ойлайсыз?

4. Арал теңізінің зардабын тартқан адамдарға қандай көмек көрсетер едіңіз?

*Операционалды-дағды компетенциясы бойынша*

**2-жаттығу.***Берілген сөйлемдерді оқып, орыс тіліне аударыңыз.*

60 жылдардан бастап Арал теңізінің ауданы кеми бастайды. Суды ауыл шаруашылық дақылдарын суару үшін қолдану Тянь-Шань тауларымен ағып келетін табиғи су ағысын 90%-дан астам қысқартып жіберді. Теңіз ауданы 2,6 млн. га-ға кеміп, өзінің 60% көлемін жоғалтты. Судың деңгейі 12-ден 2 м-ге түсіп кетті, тұздылығы 2 еседен астам артты. Күн сайын 200 тонна тұз бен құм желмен 300 км ара қашықтыққа таралады. Шөлдену, топырақтың тұздануы, өсімдіктер мен жануарлар дүниесінің кедейленуі, климаттық өзгеруі одан әрі жалғасуда. Халықтың денсаулығы күрт төмендеп кетті.

*Когнитивті-білім компетенциясы бойынша*

**3-жаттығу. Төменде берілген сөздер мен сөз тіркестерінен сөйлем құраңыздар.**

Ең ірі экологиялық апат, Арал теңізінің тағдыры, ақ тұздар, шаң-тозаң,тұз бен құм, таралып жатыр, зардабын тарту,теңізді құтқару,теңіз суының тартылуы, өзекті мәселелер, нысандардың қаңқасы,қайта өрлеу, үміті оянып, тіршілігі жандану, тоқтап қалған кәсіпорындар, балық өнімдерін шығаратын, жаңа зауыт, ата кәсіпті жандандыру, барша жұртты алаңдатып, табиғаттың ғажайып сыйы, іс-әрекетінің салдарынан, адам тіршілігіне, шаруашылыққа тигізер зардабы, апатты дереу тоқтату, теңіз бен көлді аман сақтап қалу,су ресурстарын ұтымды пайдалану, су үнемдейтін,назар аударылды, санитарлық және эпидемологиялық жағдай, сауықтыру, әлеуметтік маңызы бар,медициналық қызмет көрсету, сапасын арттыру, денсаулық сақтау мекемелері, сумен жабдықтау объектілері, жүзеге асыру, жағдайын жақсарту, қол жеткізу

**11. Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 180б.

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 120б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 81б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 79б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж. 45б.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 116 б.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№10тақырып: *Шылым шегу – ақыл-ойды күйзелтеді.***

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы:***Шылым шегу – ақыл-ойды күйзелтеді.*

**2.Сабақтың мақсаты:**«Шылым шегу – ақыл-ойды күйзелтеді*.*» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға үйрету. Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру.Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы.*«Шылым шегу – ақыл-ойды күйзелтеді» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.Студенттергемаманретінде темекінің зияндылығы туралы қазақша айта білуге үйрету. Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру. Темекінің адам денсаулығына зияны туралы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру. Терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру, лексикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша медициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету. Қажетті әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыру.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту,

тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырыу.,

**4. Негізгі ұғымдар:**

|  |
| --- |
| Салауатты өмір салты, зиянды әдеттерден бас тарту, темекі, алкоголь (ішімдік), есірткі, психикалық және тәндік тәуелділік, зиянды заттар, әуестену, аурулар, зардаптарын білу, күресу,3 миллион адам, темекінің улы әсері, адам өледі,шылымға үйрену, ұмытшақ, нашарлайды, ақыл-ойы кемиді, темекі тарту, нашақорлықтың бір түрі, темекі түтіні, адам организмі, асқазан қышқылдығы, қан қысымы арту,жүйке жүйесі мен жүрек қызметінің бұзылуы, темекі тартатын әйелдер,бронхитпен ауыру, аяғы ауыр кезде, шылым шеккендер, талма аурулары,ақыл-ой дамуы, артта қалады, жастардың арасында, жиі кездеседі, қыз-балалардың темекі шеккені,алаңдатарлық нәрсе,жасөспірімдердің темекі тартуы, денсаулықтың жағдайы, жетістікке жетуге, мүмкіндік бермейді. тез үйренеді, шылым шегуден бас тарту, қиын болады, денсаулықты сақтау, темекіге әуестенбеу, бойды аулақ ұстау, дұрыс. |

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:**Мәтінмен, жаңа сөздермен, сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тестілік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма. Мәтінге байланысты тірек сөздер мен сөз тіркестерін аударыңыздар.**

Салауатты өмір салты, зиянды әдеттерден бас тарту, темекі, алкоголь (ішімдік), есірткі, психикалық және тәндік тәуелділік, зиянды заттар, әуестену, аурулар, зардаптарын білу, күресу,3 миллион адам, темекінің улы әсері, адам өледі,шылымға үйрену, ұмытшақ, нашарлайды, ақыл-ойы кемиді, темекі тарту, нашақорлықтың бір түрі, темекі түтіні, адам организмі, асқазан қышқылдығы, қан қысымы арту,жүйке жүйесі мен жүрек қызметінің бұзылуы, темекі тартатын әйелдер,бронхитпен ауыру, аяғы ауыр кезде, шылым шеккендер, талма аурулары, ақыл-ой дамуы, артта қалады, жастардың арасында, жиі кездеседі, қыз-балалардың темекі шеккені,алаңдатарлық нәрсе, жасөспірімдердің темекі тартуы, денсаулықтың жағдайы, жетістікке жетуге, мүмкіндік бермейді. тез үйренеді, шылым шегуден бас тарту, қиын болады, денсаулықты сақтау, темекіге әуестенбеу, бойды аулақ ұстау, дұрыс.

**2-тапсырма.** *Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.*

Салауатты өмір салты – здоровый образ жизни

зиянды әдеттер – вредные привычки

бас тарту –отказаться

тәуелділік – зависимость

зиянды заттар – вредные вещество

зардаптары – последствие

күресу – бороться

үйрену – привыкать

жүйке жүйесі – нервная система

нашарлау – ухудшаться

қан қысымы – давление

бұзылуы – нарушение

дамуы – развития

денсаулықтың жағдайы – положение здоровья

мүмкіндік бермейді – не дает возможность

тез үйренеді– привыкает быстро

денсаулықты сақтау – сохранит, беречь здоровье

**3-тапсырма.** *Мәтінді оқып, түсінгеніңізді айтыңыз.*

**Шылым шегу – ақыл-ойды күйзелтеді**

**Арақ ішіп, темекі шеккен,Денсаулығының түбіне жеткен**

**(Халық даналығы).**

Салауатты өмір салтын қалыптастыру үшін зиянды әдеттерден бас тарту қажет. Зиянды әдеттерге темекі, алкоголь (ішімдік), есірткі және уытты заттар жатады. Бұл заттарды ұзақ уақыт, ал кейде тіпті аз ғана уақыт пайдаланғанда организмде психикалық және тәндік тәуелділік дамиды. Зиянды заттарға әуестенудің барлық түрі ақырында ауыр науқасқа шалдықтырады. Бұл аурулар ұзақ әрі арнайы емдеуді қажет етеді. Адам зиянды заттарды пайдаланудан сақтану үшін олардың кейінгі зардаптарын білу керек. Зиянды әдеттермен күресу осы құбылыстың себептері белгілі болған жағдайда ғана табысты болады.

Жыл сайын жер бетінде темекіден 3 миллион адам, яғни темекінің улы әсерінен әрбір 13 секунд сайын бір адам өледі екен.Жастай шылымға үйренген жастар ұмытшақ келеді. Оқу үлгерімі нашарлайды, тіпті ақыл-ойы кемиді.

Темекі тарту, яғни, никотинизм – зиянды әдет және нашақорлықтың бір түрі.

Статистикалық мәліметтер бойынша планетада ересектердің 40 пайызы темекі тартады. Оның ішінде 60 пайызы ер азаматтар, 20 пайызы әйелдер екен.

|  |
| --- |
| Темекі түтіні адам организмі үшін зиянды және улы заттардың жиындысы болып табылады. Олардың ең бастылары – никотин, синиль қышқылы, көмір қышқылы, сірке қышқылы, азот, эфир майы және өкпе рагіне душар ететін әртүрлі радиобелсенді элементтер болып табылады. Олардың ішіндегі ең улысы – никотин. Темекі тартатын адамда никотиннің ықпалынан асқазан қышқылдығы төмендейді,қан қысымы артады. Орталық жүйке жүйесі мен жүректің қызметі бұзылады. Елу жасқа дейін темекі тартатын әйелдерде миокард инфаркті темекі тартпайтындарға қарағанда 20-есеге жиірек кездеседі екен. Бронхитпен ауыратындардың 75 пайызы темекі тартушылар болып табылады. Аяғы ауыр кезінде шылым шеккендердің балаларында талма аурулары болады. Шылым шегетін аналардан туған балалар, өз құрдастарынан ақыл-ой дамуы жағынан біршама артта қалады. |
| Темекі шегушілік - студент жастардың арасында жиі кездесетін болып жүр. Әсіресе, қыз-балалардың темекі шеккені көңіл алаңдатарлық нәрсе.  Жасөспірімдердің темекі тартуы, бірінші кезекте жүйке және жүрек-қан тамырларының жүйесінде білінеді. Шылым шегумен бұзып алған денсаулықтың жағдайы, көңілден шығатын жұмыстың түрін таңдауға, жетістікке жетуге мүмкіндік бермейді.  Жасөспірімдер, жас жігіттер, қыздар қаншалықты шылым шегумен ертерек танысып шылым шеге бастаса, соншалықты олар оған тез үйренеді, және болашақта шылым шегуден бас тарту олар үшін өте қиын болады. Сондықтан жас кезден денсаулықты сақтап, темекіге әуестенбей, темекі шегушілерден бойды аулақ ұстап жүрген дұрыс.  **4-тапсырма.** *Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіз.*  1. Зиянды әдеттерге нелер жатады?  2. Олардың ағзаға қандай зияны бар?  3. Шылым шегудің зияндылығы қандай?  4. Шылым шегуден құтылудың қандай жолдары бар?  5. Жастарға, аяғы ауыр әйелдерге шылым шегудің қандай зияны бар? |

**5-тапсырма.***Мәтінді оқып, тақырып қойыңыз.*

Никотинге дағдылануды қалыптастыратын үш кезең бар:

          I  кезең - жүйелі темекі шекпеу (күніне 5 темекі), никотинге дағдылану жоқ. Денсаулықта өзгерістер болмайды немесе темекі шегуді тоқтатқан кезде толық орнына келеді, аз мөлшердегі өзгерістер болуы мүмкін.

           II  кезең - әдетті, әрдайым темекі шегу (күніне 5-15 темекі), аздап никотинге дағдыланудың пайда болуы, ішкі органдар айтарлықтай зақымданбайды, темекі шегуді тоқтатқан кезде біршама деңгейде орнына келеді.

     III  кезең - құмартушылықпен темекі шегу (күніне 1-1,5 қорап темекіні шегу), никотинге дағдыланушылық, үнемі темекі шегуді қажет етеді, аш қарынға, тамақ ішкеннен кейін және түн ортасында темекі шегуге әдеттену. Ішкі органдар мен жүйке жүйесінің айтарлықтай зақымдануы байқалады. Темекі шегудің зардабы өте тез білінеді. Дауыс қырылдап, жуандай бастайды, тіс тез арада сарғаяды, деміңмен айналаға жағымсыз иіс таратасың. Шын мәнінде бұның бәрі өңеш, кеңірдек, бронхылардың сілекейлі қабықшалар клеткаларының өзгеруімен өтетін ағзаның тез қартаюмен салыстырғанда ұсақ-түйек сияқты. Күніне 15 рет тіс тазалап, «Орбит», «Дирол» сағыздарын килограммдап шайнауыңа болады, бірақ темекі шегушілердің 80%-нің «темекі шегушінің бронхит» ауруымен ауыратынын не істейсің?

         Әрі қарай не болатынын білесің бе? Сілекейде езілген темекі түтінінің элементтері асқазанға түсіп, сілекейлі қабықшасын тітіркендіреді де, ақырындап сен өзіңе гастрит немесе асқазан жарасы ауруларын тауып аласың. Асқазан ауруы темекі шегушілерде, темекі шекпейтіндерге қарағанда 12 есе жиі кездеседі. Осылайша өкпеге соққы беріп, асқазанды отырғызады, сондай-ақ жүректі де құрбандыққа шалады. Жүрек және қан-тамыр аурулары мен темекі шегудің арасындағы байланыс көптеген зерттеулер барысында дәлелденген.

**1-жаттығу**. *Берілген сөйлемдерді аударыңыз.*

Темекі шегудің зардабы өте тез білінеді. Дауыс қырылдап, жуандай бастайды, тіс тез арада сарғаяды, деміңмен айналаға жағымсыз иіс таратасың. Шын мәнінде бұның бәрі өңеш, кеңірдек, бронхылардың сілекейлі қабықшалар клеткаларының өзгеруімен өтетін ағзаның тез қартаюмен салыстырғанда ұсақ-түйек сияқты. Асқазан ауруы темекі шегушілерде, темекі шекпейтіндерге қарағанда 12 есе жиі кездеседі. Осылайша өкпеге соққы беріп, асқазанды отырғызады, сондай-ақ жүректі де құрбандыққа шалады. Жүрек және қан-тамыр аурулары мен темекі шегудің арасындағы байланыс көптеген зерттеулер барысында дәлелденген.

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

*Операционалды-дағды компетенциясы бойынша*

**6-тапсырма.** *Берілген сөздер мен сөз тіркестерімен сөйлем құраңыздар.*

Зиянды әдеттерден бас тарту,салауатты өмір салты, темекі, алкоголь (ішімдік), есірткі, психикалық және тәндік тәуелділік, зиянды заттар, әуестену, аурулар, зардаптарын білу, күресу,3 миллион адам, темекінің улы әсері, адам өледі,шылымға үйрену, ұмытшақ, нашарлайды, ақыл-ойы кемиді, темекі тарту, нашақорлықтың бір түрі, темекі түтіні, адам организмі, асқазан қышқылдығы, қан қысымы арту,жүйке жүйесі мен жүрек қызметінің бұзылуы, темекі тартатын әйелдер,бронхитпен ауыру, аяғы ауыр кезде, шылым шеккендер, талма аурулары, ақыл-ой дамуы, артта қалады, жастардың арасында, жиі кездеседі, қыз-балалардың темекі шеккені,алаңдатарлық нәрсе, жасөспірімдердің темекі тартуы, денсаулықтың жағдайы, жетістікке жетуге, мүмкіндік бермейді. тез үйренеді, шылым шегуден бас тарту, қиын болады, денсаулықты сақтау, темекіге әуестенбеу, бойды аулақ ұстау, дұрыс.

*Когнитивті-білім компетенциясы бойынша*

**2-жаттығу***. Көп нүктенің орнына қажетті сөзді көрсетіп, сөйлемді толықтырыңыз.*

Темекі түтіні адам организмі үшін зиянды және улы ... жиындысы. Олардың ішіндегі ең улысы – .... Темекі тартатын адамда ... ықпалынан асқазан қышқылдығы төмендейді,қан қысымы артады. Орталық жүйке жүйесі мен жүректің қызметі ... . Елу жасқа дейін темекі тартатын әйелдерде миокард инфаркті темекі .... қарағанда 20-есеге жиірек кездеседі екен. Бронхитпен ... 75 пайызы темекі тартушылар болып табылады.Аяғы ауыр кезінде ... балаларында талма аурулары болады. Шылым шегетін аналардан туған балалар, өз құрдастарынан ақыл-ой дамуы жағынан біршама ... қалады.

*Коммуникативтік компетенция бойынша*

**7-тапсырма.** *Төмендегі сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды, ұсынысыңызды*

*айтыңыз.*

1. Қазіргі жастар арасында шылым шегу қандай деңгейде?

2. Аяғы ауыр әйелдерге шылым шегу қаншалықты зиян?

3. Болашақ ұрпақты улап жатырмыз ба?

4. Шылым шегудің алдын алу үшін қандай шаралар қолдануға болады?

**11. Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 127б.

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 128б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 52б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 91б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж. 57б.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 94б.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№11тақырып: *Тазалық – денсаулық кепілі.***

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы:Тазалық – денсаулық кепілі.**

**2.Сабақтың мақсаты:**«Тазалық – денсаулық кепілі» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға үйрету. Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету. Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы.* Студенттердімаман ретінде тазалықтың адам үшін қаншалықты маңызды екенін қазақша айта білуге үйрету. Тазалық денсаулық кепілітуралы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру. «Тазалық – денсаулық кепілі» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру. Терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру, лексикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша медициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету. Қажетті әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыру.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту,

тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырыу.,

**4. Негізгі ұғымдар:**

Жалпы тазалық және жеке адам гигиенасы, дене гигиенасы, киім мен төсек орын, тіс, ауыз тазалығын сақтау, еңбек пен тынығуды дұрыс ұйымдастыру, жұқпалы тері аурулары, кесілген жер арқылы инфекцияныңенуі, теріні таза ұстап, сыртқы жарақаттан сақтау аптасына бір рет моншаға түсіп, мойынды, аяқты күнде жуу,қолдың тырнақтарын аптасына 1 рет алса, аяқ саусақтарының тырнақтарын екі аптада бір рет немесе айына бір рет алу,тері құрғақ, жарылған болса, вазелин немесе глицирин жағу, аяқ тазалығы, тырнақты және шашты өсірмей таза күтіп ұстау,жататын орын, киім-кешек тазалығын қатаң сақтау,тбасында бір адам ауырып қалса, оның ыдыс-аяғын бөлек ұстап, ол жататын бөлменің таза болуы.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:**Мәтінмен, жаңа сөздермен, сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тестілік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма.** *Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.*

тырнақ- ноготь

қоғамдық – общественный

күнделікті – ежедневный

ұйымдастыру – организовать

жарақаттанған - раненный

апта – неделя

сергек – бодро

**2-тапсырма.** *Мәтінге байланысты тірек сөздер мен сөз тіркестерін аударыңыздар.*

Жалпы тазалық және жеке адам гигиенасы, дене гигиенасы, киім мен төсек орын, тіс, ауыз тазалығын сақтау, еңбек пен тынығуды дұрыс ұйымдастыру, жұқпалы тері аурулары, кесілген жер арқылы инфекцияныңенуі, теріні таза ұстап, сыртқы жарақаттан сақтау аптасына бір рет моншаға түсіп, мойынды, аяқты күнде жуу,қолдың тырнақтарын аптасына 1 рет алса, аяқ саусақтарының тырнақтарын екі аптада бір рет немесе айына бір рет алу,тері құрғақ, жарылған болса, вазелин немесе глицирин жағу, аяқ тазалығы, тырнақты және шашты өсірмей таза күтіп ұстау,жататын орын, киім-кешек тазалығын қатаң сақтау,отбасында бір адам ауырып қалса, оның ыдыс-аяғын бөлек ұстап, ол жататын бөлменің таза болуы.

**3-тапсырма.** *Сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды, ұсынысыңызды айтыңыз.*

1. Өзіңіз маман ретінде тазалық жағынан ұстанымыз қандай?

2. Жеке бас тазалығынан басқа, қандай орындардың тазалығына көңіл бөлесіз? Адам тек жеке бас тазалығымен шектелуі керек пе?

3. Маман ретінде қоғамдық орындардағы, көшедегі тазалыққа көңіліңіз тола ма? Толмаса, сіз қандай шара қолданар едіңіз?

4. Тазалық болмаған жерде өмір сүріп жатқан адамдардың денсаулығы сізді мазалай ма? Қай жағынан?

**4-тапсырма.** *Мәтінді оқып, түсінгеніңізді айтыңыз***.**

**Тазалық – денсаулық кепілі**

Адамның денсаулығы – қоғам байлығы. Кез-келген адам өз денсаулығының мықты болу жолдарын қарастыру керек. Дені сау адамның көңіл-күйі көтеріңкі болып, еңбекке әрқашан құлшына кіріседі.

Әрбір адам қоғамдық және күнделікті өмірде гигиена ережелерін сақтауы қажет. Жеке адам гигиенасына дене гигиенасы, киім мен төсек орын, тіс, ауыз тазалығын сақтау, еңбек пен тынығуды дұрыс ұйымдастыру т.б. жатады.Адам тіршілігінде терінің атқаратын қызметі зор. Кір теріге микробтар еніп, түрлі жұқпалы тері аурулары пайда болады. Әсіресе тері жарақаттанғанда,жырылған, кесілген жер арқылы инфекция өтіп, денеде іріңді жаралар пайда болуы мүмкін. Сондықтан теріні өте таза ұстап, сыртқы жарақаттан сақтау қажет. Ол үшін аптасына бір рет моншаға түсіп, мойынды, аяқты күнде жуу керек. 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. Қолдың тырнақтарын аптасына 1 рет алса, аяқ саусақтарының тырнақтарын екі аптада бір рет немесе айына бір рет алады.Қолды таза ұстап, түрлі жарақаттан, жарылудан сақтау керек. Қолдың терісі жарылса немесе жарақаттанса жуып, йод жаққан өте пайдалы. Тері құрғақ, жарылған болса, вазелин немесе глицирин жағу керек. Сондай-ақ, аяқ тазалығы, тырнақты және шашты өсірмей таза күтіп ұстау - дене гигиенасының басты шарты.

Жататын орын, киім-кешек тазалығын қатаң сақтау әрбір адамның міндеті. Моншадан кейін таза іш киім кию, тырнақ, шашты уақытымен алып отыру - жеке адам гигиенасының негізгі шарттарының бірі. Отбасында бір адам ауырып қалса, оның ыдыс-аяғын бөлек ұстап, ол жататын бөлменің таза болуын қадағалаған жөн.

Тән сұлулығының, саулығының тамыры – тазалықта.

А.Байтұрсынов

**1-жаттығу.** *Мәтін бойынша бірнеше сұрақтар дайындаңыз және тақырыпша қойыңыз.*

Жеке бас гигиенасын сақтамаған жағдайда педикулез ауруына шалдығуы мүмкін. Педикулез– бұл биттердің кесірінен болатын ауру. Көбінесе бит жеке гигиена ережесін бұзғаннан, бөтен адамның затын пайдаланып, киімін киюден жұғады. Соның әсерінен педикулез пайда болып, биттер мекендеген жер қыши бастайды. Сондай-ақ, биттер көптеген жұқпалы аурулардың тасымалдаушылары (бөртпе, сүзек және т.б.) болып табылады.

Битпен күресудің, оны алдын алудың шаралары – жеке бас тазалығы мен санитариялық талаптарды қатаң сақтау. Шаш пен денеге гигиеналық күтім керек. Жуынған соң төсек пен ішкиімді ауыстырып тұру қажет.Бит түскен жағдайда тез арада дәрігерге қаралған жөн. Емдеу шараларын кешіктірмей жүргізу қажет.

**2-жаттығу.** Сөйлемдерді аударыңыз**.**

Руки могут явиться местом накопления грязи, микроорганизмов и яиц гельминтов. С рук загрязнения могут переноситься на другие участки тела, на посуду, пищевые продукты и др. Поэтому руки следует тщательно обмывать водой с мылом. Особенно после выполнения грязных работ или после посещения уборной, а также перед приемом пищи и т.п.

**3-жаттығу. *«Мәдениеттің белгісі – тазалық. Тазалық – денсаулық кепілі*»** *деген ұғымдарды*

*кеңінен түсіндіріп, өз ойыңызды айтыңыз.*

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

*Коммуникативтік компетенция бойынша*

**1-тапсырма.** *Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіздер.*

1. Тазалықтың қандай маңыздылығы бар?

2. Жеке бас тазалығына нелер жатады?

3. Тері тазалығын қалай сақтау керек?

4. Теріні түрлі микробтар мен лас нәрселерден қалай тазартауға болады?

5. Тері жарылғанда не істеу керек?

*Когнитивті-білім компетенциясы бойынша*

**1-жаттығу.** *Мәтінге байланысты сөздер мен сөз тіркестерімен сөйлем құраңыздар.*

Жеке адам гигиенасы, дене гигиенасы, жалпы тазалық, киім мен төсек орын, тіс, ауыз тазалығын сақтау, еңбек пен тынығуды дұрыс ұйымдастыру, жұқпалы тері аурулары, кесілген жер арқылы инфекцияныңенуі, теріні таза ұстау, сыртқы жарақаттан сақтау, аптасына бір рет моншаға түсу, мойынды, аяқты күнде жуу,қолдың, аяқтың тырнақтарын алу,тері құрғақ, жарылған, вазелин немесе глицирин жағу, аяқ тазалығы, тырнақты және шашты өсірмеу, таза күтіп ұстау,жататын орын, киім-кешек тазалығын қатаң сақтау,ыдыс-аяғын бөлек ұстапу, бөлменің таза болуы.

*Операционалды-дағды компетенциясы бойынша*

**2-жаттығу. Мәтінді аударыңыз.**

Жеке бас гигиенасын сақтамаған жағдайда педикулез ауруына шалдығуы мүмкін. Педикулез– бұл биттердің кесірінен болатын ауру. Көбінесе бит жеке гигиена ережесін бұзғаннан, бөтен адамның затын пайдаланып, киімін киюден жұғады. Соның әсерінен педикулез пайда болып, биттер мекендеген жер қыши бастайды. Сондай-ақ, биттер көптеген жұқпалы аурулардың тасымалдаушылары (бөртпе, сүзек және т.б.) болып табылады.

Битпен күресудің, оны алдын алудың шаралары – жеке бас тазалығы мен санитариялық талаптарды қатаң сақтау. Шаш пен денеге гигиеналық күтім керек. Жуынған соң төсек пен ішкиімді ауыстырып тұру қажет.Бит түскен жағдайда тез арада дәрігерге қаралған жөн. Емдеу шараларын кешіктірмей жүргізу қажет.

**11. Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 127б.

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 128б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 52б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 91б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж. 57б.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 94 б.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№12тақырып: *Судың адам ағзасы үшін маңызы.***

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы: Судың адам ағзасы үшін маңызы.**

**2.Сабақтың мақсаты:**Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету. Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру. «Судың адам ағзасы үшін маңызы» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға үйрету.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы.* Судың маңыздылығы туралы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру. Олардымаман ретінде судың адам денсаулығы үшін қаншалықты маңызды екенін қазақша айта білуге үйрету. «Судың адам ағзасы үшін маңызы» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру, лексикалық – грамматикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру. Өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыру. Медициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту,

тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырыу.,

**4. Негізгі ұғымдар:**

Сусыз тіршілік, судың жетіспеуі, судан тұрады, судың бөлінуі артады, сұйықты қабылдауы, адамның дене салмағының азаюы, су жоғалту, судың орнын , дене қызуы жоғарылау, терісі қызарады, бұлшық еттері әлсізденеді, қажетті мөлшер, артық су қабылдау, зәр көп бөлінеді,суды шектен тыс пайдалану, адам ағзасына зиян, ауыз суды пайдалан, мөлшерін сақтау, табиғи байлық.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:**сөздермен**,** сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тестілік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма.** *Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.*

ағза – организм

жетіспеу – недостаток

қартаю - стареть

себеп – причина

қабылдау – применять

салмағы – вес

қажеттілік – нужда

жиі – часто

қызарады – покраснеет

алмастыру - заменить

**Мәтінге байланысты тірек сөздер:**

Судың жетіспеуі, судан тұрады, судың бөлінуі артады, сұйықты қабылдауы, су ішіп отырса, адамның дене салмағының азаюы, су жоғалту, судың орнын , дене қызуы жоғарылау, терісі қызарады, бұлшық еттері әлсізденеді, қажетті мөлшер, артық су қабылдау, зәр көп бөлінеді,суды шектен тыс пайдалану, адам ағзасына зиян, ауыз суды пайдалан, мөлшерін сақтау, табиғи байлық.

**1-тапсырма. «Су — тамақ рационының маңызды құрамдас бөлігі. Су — ғажайып зат.**

**Су — тіршілік көзі»** дегенді қалай түсінесіз? Өз ойыңызды, түсінігіңізі айтыңыз.

**2-тапсырма.** *Мәтінді оқып, түсінгеніңізді айтыңыз.*

**Судың адам ағзасы үшін маңызы**

Барлық тірі ағзалардың судан шыққаны белгілі. Сусыз тіршілік ету мүмкін емес. Өсімдіктер мен жануарлар денесінің 60-75%-ы судан тұрады. Сусыздану немес судың жетіспеуі тірі ағзаларды өлімге соқтырады. Адам денесінің үштен екі бөлігі судан тұрады және оның мөлшері жас шамасына қарай елелулі өзгеріске ұшырап отырады. Жаңа туған нәрестенің денесінің 70-75%-ы, ересек адамның денесінің 60-65%-ы судан тұрады. Ал адам қартайған сайын ағзасындағы судың қоры үсті-үстіне азая береді. Адамның қартаюының басты себебі де осы.

Ауа температурасы жоғарылағанда және дене еңбегі қарқынды болғанда судың бөлінуі артады. Бұл, негізінен, тер түрінде болады. Кейбір жағдайларда тердің бөлінуі 6-10 литрге дейін жетуі мүмкін.

Қалыпты жағдайда ағзаның суды қабылдау және бөліп шығару мөлшері арасында қатаң тепе-теңдік сақталады. Тәулігіне 2-2,5 л сұйықты бөле отырып, адам ағзасы осынша сұйықты қабылдауы керек.

Су ішіп отырса адам 40-45 күн аштыққа шыдай алады. Мұндай жағдайда адамның дене салмағының азаюы 40%-ға дейін жетуі мүмкін. Ағза 1,0-1,5 литр су жоғалтқан кезде-ақ жоғалған судың орнын толтыру қажеттілігі туындайды. Егер адам судың жетіспеуінен дене массасының 6-8%-ын жоғалтатын болса, оның дене қызуы жоғарылайды, тыныс алу мен жүрек соғысы жиілейді, терісі қызарады, бұлшық еттері әлсізденеді, селсоқтық пайда болады, басы айналады.

Адам ағзасы қажетті мөлшерден артық су қабылдағанда да ауруға ұшырайды. Мұндай жағдайда адамда сілекей көп бөлінеді, жүрегі айниды, құсады, зәр көп бөлінеді. Суды шектен тыс пайдалану адам ағзасына айтарлықтай зиян келтіруі де мүмкін. Міне сондықтан ауыз суды пайдаланудың мөлшерін сақтау керек.

Тазартылған су толық сүзілген сұйықтық болып саналады. Бұнда қоспалардың, тұздар мен қатты бөлшектердің ең аз мөлшері ғана бар. Дегенмен тазартылған суда қосымша құрауыштар толық жоқ деп айтуға болмайды. Судың өзге құрауыштармен тез өзара қарым-қатынасқа түсу қасиеті бар. Ал бұл суды дистиллятор арқылы айдағанда, осы металдар атомы ең кішкентай мөлшерде суға түсуі мүмкін. Дегенмен бұл судың таза болуына кедергі келтірмейді.

Су – біздің планетамыздағы басқа заттармен алмастыруға болмайтын жалғыз ғана табиғи байлық.

**3-тапсырма**. *Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіз.*

1. Судың жетіспеуі неге әкеліп соғады?

2. Адам денесінің неше бөлігі судан тұрады?

3. Жас нәрестенің денесінің неше пайызы судан тұрады?

4. Ересек адамның денесінің неше пайызы судан тұрады?

5. Адам тәулігіне қанша литр су қабылдауы керек?

6. Адам суды қалай пайдалану керек?

**1-жаттығу.***Берілген сөйлемдерді оқып, орыс тіліне аударыңыз.*

Өмір бойына ластанған суға тап болған адам оны ішу үшін суды қандай тәсілмен сүзу керек екендігін ойластыра бастады. Бұдан шығу жолын судың өзі көрсетті. Судың жоғары температура кезінде буға айналу қасиеті бар. Осындай тәсілмен судың құрамында бар көптеген өзге бөлшектерден бөлу шешілді. Бұндай суды тазалау үрдісі дистиляция, ал құралдың өзі дистилятор деп аталды.

**2-жаттығу.** *Көп нүктенің орнына қажетті сөздерді көрсетіңіз.*

Сусыз тіршілік ету мүмкін ... . Судың жетіспеуі ... өлімге соқтырады. Ал адам қартайған сайын ағзасындағы судың қоры үсті-үстіне ... береді. Дене еңбегі қарқынды болғанда ... бөлінуі артады. Тердің бөлінуі 6-10 литрге дейін жетуі .. . Адам тәулігіне 2-2,5 л сұйықты ... отырып, адам ағзасы осынша сұйықты ... керек.Ағза 1,0-1,5 литр су жоғалтқан кезде-ақ жоғалған ... орнын толтыру қажеттілігі туындайды. Адам ағзасы қажетті мөлшерден артық су ... ауруға ұшырайды. Суды шектен тыс пайдалану адам ағзасына айтарлықтай ... келтіруі де мүмкін. Су – біздің планетамыздағы басқа заттармен ... болмайтын жалғыз ғана табиғи байлық.

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

*Коммуникативтік компетенция бойынша*

**1-тапсырма.** Сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды, ұсынысыңызды айтыңыз.

1. Судың адам өмірі үшін қандай пайдасы бар?

2. Ауыз су арқылы қандай аурулар тарайды?

3. Жұқпалы аурулардың алдын алу үшін не істеу керек?

4. Елді таза ауыз сумен қамтамасыз ету үшін не істеу керек?

*Операционалды-дағды компетенциясы бойынша*

**1-жаттығу.** *Сөйлемдерді оқып, аударыңыздар.*

Су жүз пайыз ешқандай қоспасыз болуы үшін суды деиондайтын арнайы қондырғылар пайдаланылады. Сондай-ақ өте таза суды дистиллятордан бірнеше рет өткізу арқылы да алуға болады. Солайша бидистиллят алынады. Дистилденген суды, әдеттегідей, өнеркәсіпке немесе медицинаға алады. Осылай тазартылған су негізінде кейбір дәрілер жасалады. Ал кішкентай электр өткізу қабілетінің арқасында дистилденген су өндірісте таптырмайтын зат.   
Дистелденген суды адам үшін тұрақты түрде қолдануға қатысты әр жақты пікірлер бар.

**2-тапсырма. Тақырыпқа байланысты сөз тіркестерін аударып, сөйлем құраңыз.**

Судың жетіспеуі, судан тұрады, судың бөлінуі артады, сұйықты қабылдауы, су ішіп отырса, адамның дене салмағының азаюы, су жоғалту, судың орнын , дене қызуы жоғарылау, терісі қызарады, бұлшық еттері әлсізденеді, қажетті мөлшер, артық су қабылдау, зәр көп бөлінеді, суды шектен тыс пайдалану, адам ағзасына зиян, ауыз суды пайдалан, мөлшерін сақтау, табиғи байлық.

*Когнитивті-білім компетенциясы бойынша*

**Тестер:**

*1. Сұрақтың дұрыс жауабын көрсетіңіздер.*

Жұқпалы аурулар көбінесе неден таралады?

а) Көбінесе ауыз судан тарайды.

ә) Жұқпалы аурулардың түрі көп.

б) Іш сүзегі жұқпалы ауру.

в) Ауыз су көп жағдайда жұқпалы аурулар.

г) Ауыз су лас, жұқпалы аурулар тарамақ.

*2. Көп нүктенің орнына қойылатын сөздерді көрсетіңіздер.*

Су жасушалардағы .... алмасуына қатысады.

а) затқа

ә) заттардың

б) минералды

в) ферменттерге

г) ағзасы

*3. Дұрыс аударылған сөздер мен сөз тіркестерін көрсетіңіздер. (3)*

а) ауыз су-питьевая вода

ә) сары ауру-загрязнение

б) іш сүзегі- брюшной тиф

в) ластану-желтуха

г) шүмектер-краны

*4. Сөйлемнің алғашқы сыңарын көрсетіңіздер.*

... ... ..., ауыз суды қайнатып, тазартып ішу керек.

а) Ауру кең таралып кеткенімен.

ә) Су туралы көп айтылып жүр.

б) Бұл аурулардың алдын алу үшін.

в) Лас суды пайдаланған соң.

г) Індеттің тарауы бәсеңсіп.

*5. Көп нүктенің орнына қажетті сөзді көрсетіп, сөйлемді аяқтаңыз.*

Адам ағзасы қажетті мөлшерден артық су қабылдағанда да ауруға ... .

а) келеді

ә) қабылдап

б) ұшырайды

в) пайдалы

г) таралуы

*6. Сөйлемнің екіншісыңарын көрсетіңіздер.*

Тәулігіне 2-2,5 л сұйықты бөле отырып, ... ... ... ... .

а) адам ауруға ұшырайды

ә) ағзаға көп мөлшерде су керек

б) судың маңыздылығы ерекше

в) суды дұрыс пайдалану керек

г) адам ағзасы осынша сұйықты қабылдауы керек

**11. Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 156б.

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 118б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 90б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 81б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 97 б.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№13тақырып: *Дұрыс тамақтану – денсаулықтың басты шарты.***

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы:***Дұрыс тамақтану – денсаулықтың басты шарты.*

**2.Сабақтың мақсаты:**Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру. «Дұрыс тамақтану – денсаулықтың басты шарты» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға үйрету. Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы.* Студенттердімаман ретінде дұрыс тамақтанудың маңызы туралы қазақша айта білуге үйрету. Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру. Дұрыс тамақтану жайлы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру. «Дұрыс тамақтану – денсаулықтың басты шарты» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру. Терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру, лексикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша медициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету. Қажетті әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыру.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту,

тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырыу.,

**4. Негізгі ұғымдар:**

Дұрыс тамақтану, ағзаға қажетті, әр түрлі, қуаты мол, нәрлі болуы, тағамның құрамы, астың жақсы қорытылуы,[жеміс-жидектер](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%81-%D0%B6%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B5%D1%80&action=edit&redlink=1), [көкөністер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D3%A9%D0%BA%D3%A9%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80), [жеміс шырындары](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%81_%D1%88%D1%8B%D1%80%D1%8B%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%80%D1%8B&action=edit&redlink=1), сұйық тағамдар,ұзақ өмір сүру, бір мезгілде тамақтануға дағдылану, қолды таза жумау, [көкөністер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D3%A9%D0%BA%D3%A9%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80) мен жемістерді жумай жеу, жеке басының тазалығы, көпшілік орындарда, есте ұстау, күніне үш рет тамақтану, [ас](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%81) ішудің алдында, асты толық шайнап жұту, тағам өте ыстық, өте салқын болмау, ащы тағамдардың зияндылығы,реттеп отыруға кажетті, организмнің өмір сүруі, денсаулықты және жұмысқа қабілеттілікті сақтау, ару-сырқауға ұшырамай, ерте қартаю, алдын-ала сақтандыру, сырқатқа ұшырағанда, арнайы жасалған [рационы](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A0%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD&action=edit&redlink=1), емнің бір түрі, қамтамасыз ету, сапасы мен мөлшері.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:**Мәтінмен, жаңа сөздермен, сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тестілік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма.** *Мәтінге байланысты тірек сөздер мен сөз тіркестерін аударыңыздар.*

Тиімді тамақтану, ағзаға қажетті, әр түрлі, қуаты мол, нәрлі болуы, тағамның құрамы, астың жақсы қорытылуы,[жеміс-жидектер](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%81-%D0%B6%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B5%D1%80&action=edit&redlink=1), [көкөністер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D3%A9%D0%BA%D3%A9%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80), [жеміс шырындары](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%81_%D1%88%D1%8B%D1%80%D1%8B%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%80%D1%8B&action=edit&redlink=1), сұйық тағамдар,ұзақ өмір сүру, бір мезгілде тамақтануға дағдылану, қолды таза жумау, [көкөністер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D3%A9%D0%BA%D3%A9%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80) мен жемістерді жумай жеу, жеке басының тазалығы, көпшілік орындарда, есте ұстау, күніне үш рет тамақтану, [ас](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%81) ішудің алдында, асты толық шайнап жұту, тағам өте ыстық, өте салқын болмау, ащы тағамдардың зияндылығы,реттеп отыруға кажетті, организмнің өмір сүруі, денсаулықты және жұмысқа қабілеттілікті сақтау, ару-сырқауға ұшырамай, ерте қартаю, алдын-ала сақтандыру, сырқатқа ұшырағанда, арнайы жасалған [рационы](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A0%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD&action=edit&redlink=1), емнің бір түрі, қамтамасыз ету, сапасы мен мөлшері.

**2-тапсырма.** *Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.*

қажетті – необходимый

қуаты мол – калоринный

нәрлі- питательный

дағды – навык

көңіл бөлу –уделять внимание

сіңу – впитываться

себеп – причина

міндетті түрде – обизательно

шайнау – жевать

жұту – глотать, проглотить

зиян – вредный

қамтамасыз ету – обеспечить

құрамы – состав

мезгілсіз – несвоевременно, не вовремя

сақтандыру - осторожность

**3-тапсырма.** *Мәтінді оқып, түсінгеніңізді айтыңыз.*

**Дұрыс тамақтану – денсаулықтың басты шарты**

«Егер біз дұрыс түрде тамақтанатын болсақ, онда еске ұстау қабілетіміз артып, денеміз сауығып, көңіл-күйіміз кетеріле түсетіні сөзсіз. Қандай да аурулар болмасын, біз олардың алдын алар едік. Дұрыс түрде тамақтанған адамзат баласы 150-200 жыл жасар еді»- деп, жазады Дж. Гласс өзінің әлемге әйгілі еңбектерінің, бірінде.

Тамақты дұрыс пайдалану туралы ғылым - [диетология](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B8%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F) деп аталады. Дұрыс тамақтана білу де денсаулықтың басты шарты. Адам дұрыс тамақтанған кезде ғана ағзасына қажетті тағамдық заттарды толық пайдаланады. Адам пайдаланатын [тағам](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B0%D2%93%D0%B0%D0%BC) әр түрлі әрі қуаты мол нәрлі болуы қажет. Тағамның құрамында өсімдіктекті де, жануартекті де азық-түлік өнімдері болуы шарт. Астың жақсы қорытылуына[жеміс-жидектер](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%81-%D0%B6%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B5%D1%80&action=edit&redlink=1), [көкөністер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D3%A9%D0%BA%D3%A9%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80), [жеміс шырындары](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%81_%D1%88%D1%8B%D1%80%D1%8B%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%80%D1%8B&action=edit&redlink=1), сұйық тағамдар әсер етеді. Ұзақ өмір сүрушілердің басты себептері де дұрыс тамақтана білуге тікелей байланысты. Адам күнделікті бір мезгілде тамақтануға дағдылануы тиіс. Мұндай дағдыға үйренген адамда [асқорыту сөлдері](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%90%D1%81%D2%9B%D0%BE%D1%80%D1%8B%D1%82%D1%83_%D1%81%D3%A9%D0%BB%D0%B4%D0%B5%D1%80%D1%96&action=edit&redlink=1) дер кезінде бөлініп, тағам тез қорытылады әрі жылдам сіңеді. Қолды таза жумау, [көкөністер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D3%A9%D0%BA%D3%A9%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80) мен жемістерді жумай жеу де - ішек құрттарының таралуына себеп болады. Ішек құрттары жабайы және үй жануарлары арқылы да таралады. Етті, балықты шала пісірген кезде де, ішек құрттары тіршілігін жоймайды. Балаларда қылқұрттар кір қол, тырнақтары, лас киім, төсек-орын арқылы таралады. Ішек құрттарынан сақтану үшін әрбір адам өзінің жеке басының тазалығына көңіл бөлу қажет. Сонымен бірге көпшілік орындарда (мектепте, аулада және т.б.) да [гигиеналык талаптар](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%93%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8B%D0%BA_%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B0%D1%80&action=edit&redlink=1) катаң сақталуы тиіс.

Күніне төрт рет тамақтануға дағдыланған дұрыс. Бұл ережені өсіп келе жатқан балалар мен [жасөспірімдер](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D0%B0%D1%81%D3%A9%D1%81%D0%BF%D1%96%D1%80%D1%96%D0%BC%D0%B4%D0%B5%D1%80&action=edit&redlink=1) есте ұстағаны жөн. Ал ересектер күніне үш рет тамақтана беруіне де болады. Әрбір [ас](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%81) ішудің алдында міндетті түрде қолды сабынмен жуу керек. Тамақтанған кезде, асықпай асты толық шайнап жұтудың да пайдасы зор. Тамақтанып отырған кезде сөйлеу, [радио](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B0%D0%B4%D0%B8%D0%BE) тыңдау, [теледидар](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D0%B4%D0%B0%D1%80) көру және т.б. қажет емес. Пайдаланатын тағам өте ыстық немесе өте салқын болмауы тиіс. [Ащы тағамдарды](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%90%D1%89%D1%8B_%D1%82%D0%B0%D2%93%D0%B0%D0%BC%D0%B4%D0%B0%D1%80&action=edit&redlink=1) көп пайдалану да зиянды.

Тамақтану - ағзаның [қуат](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D2%9A%D1%83%D0%B0%D1%82) шығынының орнын толтыруға, [тіндер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D1%96%D0%BD) құрылуына және жаңартылуына және қызмттерін реттеп отыруға кажетті, [ағзаға](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%90%D2%93%D0%B7%D0%B0&action=edit&redlink=1) түсетін заттардың қорытылу, сіңу және сіңірілу үрдістері, организмнің өмір сүруге, денсаулықты және жұмысқа қабілеттілікті сақтауға қажет нәрлі заттарды (белок, май, углевод, витаминдер, минералды тұздар) бойға сіңіру процесі.

Дұрыс, тиімді тамақтанған адам біраз ауру-сырқауға ұшырамай, оларды оңай жеңіп отыратын болады. Тиімді тамақтанудың мезгілсіз, ерте қартаюдан алдын-ала сақтандырудағы маңызы зор. Асқазаны, жүрек-қан тамыры т. б. сырқатқа ұшырағанда тамақтанудың арнайы жасалған [рационы](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A0%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD&action=edit&redlink=1) мен режимі емнің бір түрі болып табылады. Тамақтану бүкіл организмнің бір қалыпты дамуы мен қызметін қамтамасыз ететіндей болып ұйымдастырылуы тиіс. Ол үшін адамның кәсібіне, жасына, жынысына сәйкес, тіршілік әрекетіне қарай қажет тамақтық рационы оның құрамындағы белок, май, углевод т. б. заттардың сапасы мен мөлшері жағынан ескеріліп отыруы керек.

**4-тапсырма.** *Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіз.*

1. Тамақты дұрыс пайдалану туралы ғылым қалай аталады?

2. Адам пайдаланатын тағам қандай болуы керек?

3. Күніне қанша мезгіл тамақтанғану керек?

4. Ас ісшкенде қандай гигиеналық талаптарды сақтау керек?

5. Қандай тағамдар адам ағзасына зиян?

6. Дұрыс тамақтану не үшін қажет?

**1-жаттығу.***Берілген сөйлемдерді оқып, орыс тіліне аударыңыз.*

Тағамның құрамында 650 әр түрлі қосылыстар бар. Олардың ең бастысы белок, май. көмірсу, микро- және макроэлементтер фосфор, кальций. натрий, йод, кобальт, қалайы, марганец, калий және т.б. Сонымен бірге тағамдық заттар құрамында витаминдер,  
органикалық қышқылдар, неше түрлі фитонцидтер, крахмал бар, хлетчаткалар болады.

Ұтымды тамақтану — ол клеткалар (жасушылар) құрамына қажетті заттар мен ағзаны қамтамасыз ететін қуат, қимыл және тағы басқа қажеттігін өтейтін, заттар алмасуын қажетті деңгейде ұстайтын тағамдарды пайдалану.

Тағам ішіндсгі компоненттердің ағзаларға сіңірілуі, тамақ ішу режиміне байланысты болуы керек. Ішілетін тамақтың мөлшері адамның бойына және массасына сай келуі керек.

Ақуызы көп тағамдар зат алмасу үрдісін жүргізетін мүшелердің қызметін күшейтеді. Ұйқы кезінде ас ақырын қорытылады, сондықтан ұйықтар алдында тойып тамақтанбау керек. Ұйқыға жатардан үш-төрт сағат бұрын тамақтанған дұрыс.

***Тәбет (ашығуды сезіну) – сау ағзаның белгісі.*** Бұл жерде жүйке жүйесі маңызды рөл атқарады. Ескеретін бір жайт, таза, жылы бөлмеде әдемі әзірленген тағам тәбетті ашса, лас, тұрып қалған ас-ауқат тәбетті жауып қана қоймай, ағзаға белгілі мөлшерде зиянын тигізеді.

***Бір күнде адамға қандай мөлшерде тағам керек?*** Бұл оның жасына, жынысына, мамандығына, тұрмыстық жағдайына байланысты.

**2-жаттығу. Төменде берілген сөздер мен сөз тіркестерінен сөйлем құраңыздар.**

Дұрыс тамақтану, ағзаға қажетті, әр түрлі, қуаты мол, нәрлі болуы, тағамның құрамы, астың жақсы қорытылуы,[жеміс-жидектер](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%81-%D0%B6%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B5%D1%80&action=edit&redlink=1), [көкөністер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D3%A9%D0%BA%D3%A9%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80), [жеміс шырындары](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%81_%D1%88%D1%8B%D1%80%D1%8B%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%80%D1%8B&action=edit&redlink=1), сұйық тағамдар,ұзақ өмір сүру, бір мезгілде тамақтануға дағдылану, қолды таза жумау, [көкөністер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D3%A9%D0%BA%D3%A9%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80) мен жемістерді жумай жеу, жеке басының тазалығы, көпшілік орындарда, есте ұстау, күніне үш рет тамақтану, [ас](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%81) ішудің алдында, асты толық шайнап жұту, тағам өте ыстық, өте салқын болмау, ащы тағамдардың зияндылығы,реттеп отыруға кажетті, организмнің өмір сүруі, денсаулықты және жұмысқа қабілеттілікті сақтау, ару-сырқауға ұшырамай, ерте қартаю, алдын-ала сақтандыру, сырқатқа ұшырағанда, арнайы жасалған [рационы](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A0%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD&action=edit&redlink=1), емнің бір түрі, қамтамасыз ету, сапасы мен мөлшері.

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

Өзін-өзі дамыту компетенциясы бойынша

**2-жаттығу.***Мәтінді оқып, тақырыпша қойыңыз. Мәтін бойынша сұрақтар дайындаңыз.*

Қазіргі кезде мектеп оқушыларына дұрыс тамақтану жөнiнде ақыл-кеңес берiп, ата-аналардың балаларды тамақтандырудағы жауапкершiлiктерiн арттыру үлкен мәселе болып отыр. Өйткенi, қазiргi балалар үшiн ең сүйiктi тағамдар – балмұздақ, тәттi нан, чипсы, кока-кола, поп-корн, донер, шаурма, пица болып тұрғаны белгiлi, ал бiздiң мақсатымыз – жасөспiрiмдердi денсаулығы мен ағзасының жетiлуiне қажеттi тағамдармен қоректенуге дағдыландыру. Бұл ең алдымен ата-ананың басты мiндетi екендiгiн ұмытпағанымыз жөн Балалар мен жасөспiрiмдердiң денсаулығының мықты болуы кез-келген қоғам үшiн маңызды мәселелердiң бiрi болып табылады. Өйткенi, бүгiнгi ұрпақ – елiмiздiң ертеңгi болашағы. Ал, денсаулық көбiне әрбiр адамның ұстанатын өмiр қағидасы мен iшiп-жеген тамағына тiкелей қатысты. Осы орайда күн санап өсiп, дамып отыратын жас ағза iшiп-жейтiн тағамдарымыздан өзiне қажет элеметтердi iздейдi. Ағзаның жетiлiп, дамуы үшiн қажеттi қорек жетiспейтiн болса, балалар мен жасөспiрiмдердiң дамуына керi әсерiн тигiзедi. Сол себептi, бiз мектеп оқушыларын тамақтандыру мәселесiне айрықша мән берiп, оны дұрыс жолға қоюымыз керек.

*Коммуникативтік компетенция бойынша*

**5-тапсырма.** *Төмендегі сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды, ұсынысыңызды*

*айтыңыз.*

1. Маман ретінде қазіргі оқушылар мен студенттердің тамақтануы көңіліңізге қона ма?

2. Олардың дұрыс тамақтанбауының себебі неде деп ойлайсыз?

3. Өзіңіз қалай тамақтанасыз, тамақтанғанда неге көңіл бөлесіз?

4. Қандай тамақтармен тамақтанасыз?

5. Дұрыс тамақтанудың қандай маңыздылығы бар?

6. Маман ретінде еліміздің тұрғындарының дұрыс тамақтануы үшін қандай шара ұйымдастырар едіңіз?

*Когнитивті-білім компетенциясы бойынша*

**3-жаттығу.***Көп нүктенің орнына қажетті сөзді көрсетіп, сөйлемді толықтырыңыз.*

Ішек құрттары жабайы және үй жануарлары ... да таралады. Күніне төрт рет тамақтануға ...керек. Әрбір [ас](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%81) ішудің алдында міндетті түрде ... сабынмен жуу керек. Тамақтанған кезде, асықпай асты толық ... жұтудың да пайдасы зор. Пайдаланатын тағам өте ... немесе өте ... болмауы тиіс.

Тамақтану - ағзаның өмір сүруге, денсаулықты және жұмысқа қабілеттілікті сақтауға қажет ... заттарды бойға сіңіру процесі.Дұрыс, тиімді тамақтанған адам ауруға ..., оларды оңай жеңіп отыратын болады. Тамақтану бүкіл организмнің бір қалыпты ... мен қызметін қамтамасыз ететіндей болып ... тиіс.

**11. Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 183б.

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 75б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 32б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 96б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж. 24б.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 78 б.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№14тақырып: *Ұйқының гигиеналық маңызы.***

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы:Ұйқының гигиеналық маңызы**.

**2.Сабақтың мақсаты:**Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру. «Ұйқының гигиеналық маңызы» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға үйрету. Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы.* Студенттердімаман ретінде ұйқының гигиеналық маңызы туралы қазақша айта білуге үйрету. Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру. Ұйқының гигиеналық маңызы жайлы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру. «Ұйқының гигиеналық маңызы» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру. Терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру, лексикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша медициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету. Қажетті әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыру.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту,

тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырыу.,

**4. Негізгі ұғымдар:**

Өте пайдалы, дағдылану,ұйқыға ерте жату, ұйықтар алдында, жағымсыз жаңалықтар, адам миын шаршату, ойға батыру, оңайға түспейді, көңілді ойларға берілу, жарыққа, теледидар сәулелеріне мазасыздану, ұйықтайтын бөлменің тыныш болуы, дыбыстың естілмеуі маңызды, айқай-шу, теледидардың дауысы, ұйқының тыныштығын бұзады, миды тынықтыру, жүйке жүйесін күйзелуден сақтау, адамның жұмыс істеу қабілеті, қалпына келтіру, ағза тынығады, ауыртпалық азаяуы, ұйқының ұзақтығы, адамның жасына байланысты,жақсы желдетілген, терезесі ашық бөлме, ұйықтаған жөн, мидың қызметін жақсарту, ұйқы режимін сақтамау, ұйқы қанбаса, жұмыс істеу қабілеті төмендеу, әлсіздік пайда болу.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:**Мәтінмен, жаңа сөздермен, сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тестілік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма.** *Мәтінге байланысты тірек сөздер мен сөз тіркестерін аударыңыздар.*

Өте пайдалы, дағдылану,ұйқыға ерте жату, ұйықтар алдында, жағымсыз жаңалықтар, адам миын шаршату, ойға батыру, оңайға түспейді, көңілді ойларға берілу, жарыққа, теледидар сәулелеріне мазасыздану, ұйықтайтын бөлменің тыныш болуы, дыбыстың естілмеуі маңызды, айқай-шу, теледидардың дауысы, ұйқының тыныштығын бұзады, миды тынықтыру, жүйке жүйесін күйзелуден сақтау, адамның жұмыс істеу қабілеті, қалпына келтіру, ағза тынығады, ауыртпалық азаяуы, ұйқының ұзақтығы, адамның жасына байланысты,жақсы желдетілген, терезесі ашық бөлме, ұйықтаған жөн, мидың қызметін жақсарту, ұйқы режимін сақтамау, ұйқы қанбаса, жұмыс істеу қабілеті төмендеу, әлсіздік пайда болу.

**2-тапсырма.** *Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.*

ертерек – по раньше

дағдылану – привыкать навыки

пайдалы – полезный

ақыл-кеңес – совет

жағымсыз – неприятный

мазасыздану – беспокоиться

тыныштық - спокойство

бұзады – нарушает

шаршау – утомиться, устать

тынығу - отдыхать

ұсынылады – предлагается

жақсартады – улучшить

дәлелдеу – доказать

**3-тапсырма.** *Мәтінді аударыңыз.*

**Ұйқының гигиеналық маңызы**

# 

# «Тәтті ұйқы – тәнге шипа»

Негізінен, ұйқыға ертерек жатуға дағдыланған жөн. Ағзаны бір мезгілде ұйықтауға үйрету – денсаулыққа өте пайдалы. Ұйқыға ерте жату үшін мына ақыл-кеңестерді орындауға тырысыңыз: ұйықтар алдында теледидарды көрмеңіз. Әсіресе, жаңалықтарды тыңдамаңыз. Теледидар бағдарламасы, оның ішінде кейбір жағымсыз жаңалықтар адам миын әртүрлі мәселелерменшаршатып, мазасын алады, ойға батырады. Ондай жағдайда ұйықтап кету оңайға түспейді. Сол себепті, ұйықтар алдында қуанышты, көңілді ойларға берілгеніңіз дұрыс. Жатын, яғни, ұйықтар бөлме қараңғы болсын. Өйткені, көздің қабақтары жұқа келетіндіктен, ұйықтап жатқан көз мимен бірге терезеден түскен жарыққа да, теледидар сәулелеріне де мазасызданады. Пәтеріңіздегі, үйіңіздегі ұйықтайтын бөлменің тыныш болуы, сырттан ішке ешқандай дыбыстың естілмеуі өте маңызды. Компьютердің гуілі, көршілердің айқай-шуы, сөндірілмеген теледидардың дауысы ұйқының тыныштығын бұзады, адамның жүйкесін шаршатады.

Академик И.Павловтың айтуынша, ұйқы жүйке жүйесінің «құтқарушысы», ол ең алдымен миды тынықтырады. Ұйқы жүйке жүйесін күйзелуден сақтайды. Ұйқының көмегімен жүйке жасушалары келесі жұмыс күніне дайындалып, көңілдің көтеріңкі болуын қамтамасыз етеді, адамның жұмыс істеу қабілетін қалпына келтіреді.

Ұйқы кезінде ағза тынығады, жүйке жүйесіне түсетін ауыртпалық азаяды.

Ұйқының ұзақтығы адамның денсаулық жағдайына, жасына байланысты. Әдетте мектепке дейінгі 5-7 жастағы балаларға 12 сағат, төменгі сынып оқушыларына (7-11 жас) – 11 сағат, ересек адамдарға 7-8 сағат ұйықтау ұсынылады.

Ұйқы кезінде ас ақырын қорытылады, сондықтан ұйықтар алдында тойып тамақтанбау керек. Ұйқыға жатардан үш-төрт сағат бұрын тамақтанған дұрыс.

Жақсы желдетілген немесе терезесі ашық бөлмеде, яғни ауасы таза жерде ұйықтаған жөн. Терезені ашып ұйықтауға жыл мезгілінің жылы кездерінде ғана үйренуге болады. Бұл жағдайда тыныс алу тереңдеп жүрек бірқалыпты соғатын болады. Ағзаның таза ауамен тыныс алып отыруы мидың қызметін жақсартып, оны қалпына келтіруге мүмкіндік береді.

Ғалымдардың атуынша, ұйқы режимін сақтамау, ауа жетіспеу, айқай-шу ұйқының бұзылуына себеп болады.

Ұзақ уақыт ұйқы қанбаса адамның жұмыс істеу қабілеті төмендеп, басы ауырып, әлсіздік пайда болатыны дәлелденген.

Адам табиғатын, оның ұйқысын зерттеушілер төсекке жатқанда «мен таңертең сағат соншада ұйқымнан тұрамын» деп бірнеше рет қайталап айтса, осы уақыт миында сақталып қалып, ойлаған кезінде оңай тұрады, - дейді. Өмірде іске асыруға жеңіл ақыл-кеңес, сынап көріңіздер.

**4-тапсырма.** *Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіз.*

1. Ұйқының адамға қандай маңызы бар?
2. Жақсы ұйықтау үшін қандай жағдайларға мән беру керек?
3. Ұйықтайтын бөлме қандай болуы керек?
4. Ұйқысы қанбаған адамның жағдайы қандай болады?
5. Ұйқысы қанған адамның жағдайы қандай болады?

**1-жаттығу.** *Берілген сөйлемдерді аударып, сөйлемдерге сұрақ қойыңыз?*

Ағза ұйқы арқылы тынығады, өзін [ширақ](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A8%D0%B8%D1%80%D0%B0%D2%9B&action=edit&redlink=1) сезінеді, еңбек етуге деген құштарлығы артады. Дене температурасының бәсеңдеуі ұйқыға кірісудің ішкі белгісі (сигналы) болып саналады. Ұйқысыздық адам ағзасы үшін зиянды. Ұйкы қанбаса, бас ауырып, мең-зең болады, шаршайды. Есте сақтау кабілеті төмендеп, [жүйке](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D2%AF%D0%B9%D0%BA%D0%B5) жөне т. б. ауруларға шалдығуы мүмкін.Жаңа туған нәресте тәулігіне - 21-22 сағат, алты айлық [нәресте](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D3%99%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B5) 14 сағат, бір жасар сәби 13 сағат үйыктайды. Төрт жасар сәби төулігіне - 12 сағат, жеті жасар бала - 11 сағат, он жасар бала - 10 сағат ұйықтайды. 15 жасар жасөспірім төулігіне - 9 сағат, 17 жасар жасөспірімдер 7 - 8 сағат ұйықтаса да жеткілікті. Ұйқы кезіндегі мидың белсенділігіне байланысты үйкы екі түрге бөлінеді. Оның бірі баяу ұйқы екіншісі - тез ұйқы. Баяу ұйқы кезінде ми қыртысында баяу, [биоэлектрлі толқындар](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%91%D0%B8%D0%BE%D1%8D%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%D1%80%D0%BB%D1%96_%D1%82%D0%BE%D0%BB%D2%9B%D1%8B%D0%BD&action=edit&redlink=1) пайда болады. Бұл кезде тынысалу, тамырдың соғуы баяулайды, бұлшықеттер босаңсиды, [қан қысымы](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D2%9A%D0%B0%D0%BD_%D2%9B%D1%8B%D1%81%D1%8B%D0%BC%D1%8B) төмендейді. Адамның козғалыс белсенділігі төмендеп, тез ұйқыға кетеді.

## 5-тапсырма. *Жақсы ұйықтаудың қарапайым тәсілдерін оқып, есте сақтаңы*з.

* Төсектің қамын ойлаңыз. Дұрыс таңдалған көрпе мен ыңғайлы жастық та ұйқының сапасына әсер етеді.
* Төсекке тікелей жатардың алдында ұйықтайтын бөлмені жақсылап желдету керек.
* Кешкі хош иістендіруші шомылу тек денеге ғана емес, сонымен бірге жанға да босаңдатушы әсер етеді.
* Тым кеш жатпауға тырысыңыз және таңертеңгі сағат 7-ге қарай тұрыңыз.
* Ұйқы алдындағы соңғы 5 минуттың ұйқының сапасына әсер ететінін ұмытпаңыз, сондықтан бұл кезде ең жағымды сәт туралы ойлаңыз.

**6-тапсырма.** *Мәтінді оқып, тақырыпша қойыңыз***.**

Ұйқының бұзылуы ағзада бұрыннан қалыптасқан биологиялық ырғақтардың бұзылуына өсер етеді. Ұйқының бұзылуынан жеке мүшелердің, мүшелер жүйесінің қызметтерінде ауытқу байқалады.Ұйқының көп таралған бұзылуының бірі - ұйқысыздық. Ол, әдетте, жүйкенің жұқаруы, ұзақ уақытқа созылған ауыр ақыл-ой еңбегі,мазасыздық,ұйықтар алдында кітап оқу салдарынан болады.Ішімдіктер ішу адамның ұйқысының қатты бұзылуына әкеп соғады.Ұйқысыздықты болдырмау үшін дұрыс демалып,көп таза ауада серуендеу керек.Міндетті түрде жақсы желдетілген бөлмеде ұйықтау, жәнеде көрпемен бетті жауып алмай, барынша жеңіл әрі ыңғайлы киімде ұйықтау керек.

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

*Коммуникативтік компетенция бойынша*

**1-тапсырма.** *Төмендегі сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды, ұсынысыңызды*

*айтыңыз.*

1. Өзіңіз ұйықы гигиенасын қалай сақтайсыз?
2. Ұйқысыздықтан құтылудың қандай жолы бар?
3. Қалыпты, тыныш ұйқыны камтамасыз ету үшін қандай ережелерді есте сақтау керек?
4. Жақсы ұйықтаудың қандай тәсілдерін білесіз?
5. Адам өмірінің қанша бөлігін ұйқымен өткізеді?

*Когнитивті-білім компетенциясы бойынша*

**2-тапсырма.** *Төмендегі мақал-мәтелдердің мағынасын түсіндіріңіз.*

1. Ұйқы тынықтырады, Жұмыс – шынықтырады.
2. Тұр-тұрдан хабар келсе,

Ұйқыдан маза кетедi.

*Өзін-өзі дамыту компетенциясы бойынша*

**3-тапсырма.** *Ұйқының маңыздылығы туралы ғалымдардың айтқан ой-пікірлерінің*

*мағынасын түсіндіріңіз***.**

1. Барлық қалыпты процестердің ішіндегі патологиялық емес тазартуға бейімі ұйқы. Ауыр тынышсыздықтан немесе ақыл шатасуларынан арылудың ең жақсы тәсілі – ұйықтап алу.

**(Виктор Пекелис).**

1. Ұйқы барлық дәрілерден жақсы. Ұйқы емдеуші дәрігерден қымбат. Ұйқың қанып тұрғаның – жасарып тұрғаның. Кімге ұйқы әрдайым келіп-кетіп жүрсе, кімге белгілі бір уақытта, белгілі бір мезгілде ақырын ғана білінбей келіп, сол келгеніндей білінбей кетіп отырса, сол адам бақытты.

**(Гейне)**

1. Сағат үшін оның серіппесін бұрап жүргізу қандай қажет болса, адамға ұйқы да сондай қажет.

**(Шекспир)**

**2-жаттығу. С***өздер мен сөз тіркестерімен сөйлем құраңыздар.*

Ұйқыға ерте жату, ұйықтар алдында, жағымсыз жаңалықтар, адам миын шаршату, ойға батыру, оңайға түспейді, көңілді ойларға берілу, жарыққа, теледидар сәулелеріне мазасыздану, ұйықтайтын бөлменің тыныш болуы, дыбыстың естілмеуі маңызды, айқай-шу, теледидардың дауысы, ұйқының тыныштығын бұзады, миды тынықтыру, жүйке жүйесін күйзелуден сақтау, адамның жұмыс істеу қабілеті, ағза тынығады, жақсы желдетілген, терезесі ашық бөлме, ұйықтаған жөн, мидың қызметін жақсарту, ұйқы режимін сақтамау, ұйқы қанбаса, жұмыс істеу қабілеті төмендеу.

**11. Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 183б.

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 75б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 32б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 96б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж. 24б.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 78 б.

**ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚТАРҒА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№15 тақырып: *Топырақтың гигиеналық маңызы.***

***Аралық бақылау***

**2012 ж.**

Әдістемелік нұсқау кафедра мәжілісінде қаралды

№\_\_\_\_хаттама

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_ ж.

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент\_\_\_\_\_\_\_С.Қ.Суатай

**1.Сабақтың тақырыбы:*Топырақтың гигиеналық маңызы. Аралық бақылау***.

**2.Сабақтың мақсаты:**Қазақ тілінің медицинаға және күнделікті өмірге қажетті сөздерін, сөз тіркесін үйрету. Сөздік қорларын дамыту және ойларын дұрыс жеткізу үшін сөйлем түрлерінен мағлұмат беру. «Топырақтың гигиеналық маңызы» мәтіні арқылы түсінгенін қазақ тілінде дұрыс айтуға үйрету.

**3. Міндеті**: *1. Когнитивті – білім компетенциясы.* Студенттердімаман ретінде топырақтың гигиеналықмаңызы туралықазақша айта білуге үйрету. Топырақтың гигиеналық маңызы жайлы мәлімет бере отырып, дұрыс сөйлеу дағдысын қалыптастыру. «Топырақтың гиеналық маңызы» мәтінін оқыту арқылы сөздік қорларын дамыту.Кәсіби бағытта сауатты жазуға, мамандығына сәйкес сөйлеу тілін үйретіп, ғылыми-қоғамдық және медициналық терминологияларды қалыптастыру.

*2. Операционалды – дағды компетенциясы* бойынша өтілген мәтін арқылы ойлау қабілеттерін дамыта отырып, өз ойын дәл нақты айтуға дағдыландыру, жаңа сабаққа байланысты арнайы тірек сөздерді қолданысқа енгізуге машықтандыру. Терминдердің жазылу үлгісін, оларға қойылатын талаптарды, біліктілікті қалыптастыру, лексикалық ерекшеліктердің қолдану аясын білуге машықтандыру.

*3. Коммуникативті компетенция* бойынша медициналық атаулардың қазақша баламасын дұрыс қолданып, сөйлеу дағдыларын қалыптастыру. Өз ойларын еркін, түсінікті етіп жеткізуге үйрету. Қажетті әдебиеттерді қолдана алу, мәтінді түсініп, оқылым, айтылым, тыңдалым, жазылым, қатысымға түсу ниетін қалыптастыру.

*4. Өзін-өзі дамыту компетенциясы* бойынша жазу, оқу, сөйлеу мәдениетін, дағдысын дамыту,

тақырыпты әр түрлі бағытта, ғылыми тұрғыда негізгі мазмұнды қалыптастырыу.,

**4. Негізгі ұғымдар:**

Топырақ-барлық игілік көзі, табиғи ресурс, жасанды материал, өсімдіктерді өсіру,тұрғындар денсаулығы үшін топырақтың маңызы, кәсіп орындардан, химиялық заттармен, тұрмыстық және өндірістік қалдықтармен ластануы, биологиялық ластану, жұқпалы және паразиттік аурулар, топырақтағы патогенді микрофлоралар, өздігінен тазару қабілеті, ауа өткізгіштік, су өткізгіштік және жылу өткізгіштік те қасиеттері, оттегі мөлшерінің азаюы, адам ағзасына жағымсыз әсер етуі улы заттардың топырақ астына жиналуы, сулардың тазаруы, жер асты суларының ластанбауы,қалпына келуін сақтап қалу,топырақ ластанатын болса, топырақтағы тірі ағзалар жойылып кетуі.

**5. Сабақты өткізу жоспары (уақыты , минут)**

**Ұйымдастыру кезеңі (2-3 мин. )**

**Үй тапсырмасын сұрау ( 45-48 мин.)**

**Жаңа сабақ**

***Лексикалық материалмен жұмыс (35 мин)***

Мәтін алдындағы жұмыс **(10 мин.)**

Мәтін бойынша жұмыс **( 15 мин.)**

Мәтіннен кейінгі жұмыс **( 10 мин.)**

**Жаңа сабақты қорыту (5-8 мин. )**

Студенттің білімін бақылау **(5 мин. )**

Студенттің білімін бағалау **(3 мин. )**

6. Өткізу түрі:тәжірибелік

**7. Білім берудің және оқытудың әдіс-тәсілдері:**Мәтінмен, жаңа сөздермен, сөз тіркестерімен жұмыс істеу, оқылым, сұхбат құрғызу, салыстыру, аударма жұмысын жасату, жағдаяттық тапсырма тестілік бақылау.

**8. Көрнекі құралдар.** Кестелер, суреттер, көркем суретті кітаптар, аудиодиск.

**9.Тапсырмалар**

**1-тапсырма.** *Мәтінге байланысты тірек сөздер мен сөз тіркестерін аударыңыздар.*

Топырақ-барлық пайда көзі, табиғи ресурс, жасанды материал, өсімдіктерді өсіру,тұрғындар денсаулығы үшін топырақтың маңызы, кәсіп орындардан, химиялық заттармен, тұрмыстық және өндірістік қалдықтармен ластануы, биологиялық ластану, жұқпалы және паразиттік аурулар, топырақтағы патогенді микрофлоралар, өздігінен тазару қабілеті, ауа өткізгіштік, су өткізгіштік және жылу өткізгіштік те қасиеттері, оттегі мөлшерінің азаюы, адам ағзасына жағымсыз әсер етуі улы заттардың топырақ астына жиналуы, сулардың тазаруы, жер асты суларының ластанбауы,қалпына келуін сақтап қалу,топырақ ластанатын болса, топырақтағы тірі ағзалар жойылып кетуі.

**2-тапсырма.** *Мәтін бойынша жаңа сөздермен танысып, есте сақтаңыздар.*

топырақ – почва

қалдықтар – остаток

қолданады – использует

қасиеті – свойство

құрамы – состав

жойылу – уничтожение, исчезнуть

ластау-загрязнит; засорить

азаю-уменьшиться

зардап-последствие; вред

арнайы-специально

**3-тапсырма.** *Мәтінді аударыңыз***.**

**Топырақтың гигиеналық маңызы**

Еңбек – байлықтың әкесі болса, топырақ – анасы.

К.Маркс.

Топырақ ешнәрсеге айрыбастамайтын табиғи ресурс. Қазіргі таңда, әлі күнге дейін топырақтың орнын баса алатын жасанды материал табылған жоқ. өсімдіктерді топырақсыз өсірудің кез келген  әдісі де топырақтың рөлін дәл өз мәнінде орындай алмайды .

Тұрғындар денсаулығы үшін топырақтың маңызы өте зор. Топырақ кәсіп орындардан, көліктерден ауаға бөлінетін түрлі экзогенді химиялық заттармен, тұрмыстық және өндірістік қалдықтармен ластануы мүмкін. Ол үнемі биологиялық ластануға ұшырап отыратындықтан, жұқпалы және паразиттік аурулардың берілу факторы болып та табылады. Сонымен қатар топырақ өздігінен тазарып та отырады. Өздігінен тазару үрдісінде топырақтағы патогенді микрофлоралар жойылады. Топырақтың өздігінен тазару қабілетін өндірісте сұйық және қатты қалдықтарды зарасыздандыру, өңдеу және қайта пайдаға асыру үшін қолданады.

Топырақтың ауа өткізгіштік, су өткізгіштік және жылу өткізгіштік те қасиеттері бар. Ау мен су топырақтың негізгі құрамдас бөлігі болып табылады. Топырақтың жоғарғы қабатындағы ауа құрамы атмосфералық ауаның құрамына жақын болады. Топырақ тереңдеген сайын оттегінің мөлшері азаяды да, көмірқышқыл газының қосындысы көбейе түседі. Адам ағзасына жағымсыз әсер ететін біраз улы заттар топырақ астына жиналады, сөйтіп ауа тазарады. Топырақтың сүзгіштік қасиеті сулардың тазаруына ықпал етеді. Жерге төгілген сулар топырақ әсерінен сүзіліп, тазарады. Соның нәтижесінде жер асты сулары ластанбайды.

Топырақтың жылу өткізгіштік қасиеті жоғары емес, сондықтан сыртқы температуралық ауытқулар 2 м тереңдікке 2 айдан соң жетеді. Осының нәтижесінде жазда мұндай тереңдікте жер бетіне қарағанда біршама салқын, ал қыста жылы болады. Топырақтың мұндай қасиетін адамдар азық-түліктерді сақтайтын қоймалар салуға пайдаланады

Топырақ – барлық материалдық игіліктердің көзі. Ол азық-түлік, малға жем, ким үшін талшық, құрылыс материалдарын береді.

Сондықтан адамзат қоғамы алдында тұрған және әлі де маңызды болып қала беретін аса маңыздаы мәселе- топырақтың топырақ түзілу процесіндегі өздігінен қалпына келуін сақтап қалуға барынша жағдай жасау.

Егер топырақ ластанатын болса, онда топырақтағы тірі ағзалар жойылып кетуі мүмкін.

**4-тапсырма.** *Мәтін бойынша сұрақтарға жауап беріңіз.*

1. Топырақтың адам өмірі үшін қандай пайдасы бар?
2. Топырақтың құрамын қалай қарастырады?
3. Топырақтың ластану көздерін қалай анықтайды?
4. Топырақтану ғылымының негізін салушылардың бірін атаңыз?

*1-жаттығу.* **Сөйлемдерді оқып, тақырыпша қойыңыз.**

Топырақтың қатты бөлігінде алғашқы (кварц, дала шпаты, слюда, т.б.) және екінші ретті минералдар (гидрослюда, монтмориллонит, каолинит, т.б.) басым келеді. Топырақ борпылдақтығының қалыптасуы осы қатты бөлігінің кұрамы мен оның кұрылымының ерекшеліктеріне байланысты. Топырақтың негізгі массасын, негізінен түйірлері 1 мм-ден кіші болатын ұсақтопырақтар құрайды. Табиғи түріндетопырақ массасы көлемінің бір бөлігін — қатты бөлігі, ал қалған бөліктерін топырақ ерітіндісі ментопырақ ауасынан тұратын бөлігі құрайды.        Топырақтың қатты бөлігінің минералды және химиялық құрамына қарай көбіне оның құнарлылығын анықтауға болады. Органикалық заттар ыдыраған кезде оның құрамындағы азот өсімдіктердісіңіре алатындай түрге айналады.

         Топырақтың сапасы морфологиялық, генетикалық, химиялық және физикалық қасиеттеріне байланысты болады.

10.Бақылау (сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

*Операционалды-дағды компетенциясы бойынша*

**1-жаттығу. Мәтінге байланысты сөздер мен сөз тіркестерімен сөйлем құраңыздар.**

Топырақ - барлық пайда көзі, табиғи ресурс, жасанды материал, өсімдіктерді өсіру,тұрғындар денсаулығы үшін топырақтың маңызы, кәсіп орындардан, химиялық заттармен, тұрмыстық және өндірістік қалдықтармен ластануы, биологиялық ластану, жұқпалы және паразиттік аурулар, топырақтағы патогенді микрофлоралар, өздігінен тазару қабілеті, ауа өткізгіштік, су өткізгіштік және жылу өткізгіштік те қасиеттері, оттегі мөлшерінің азаюы, адам ағзасына жағымсыз әсер етуі улы заттардың топырақ астына жиналуы, сулардың тазаруы, жер асты суларының ластанбауы,қалпына келуін сақтап қалу, топырақ ластанатын болса, топырақтағы тірі ағзалар жойылып кетуі.

**2-жаттығу. Мәтінді аударып, мәтін бойынша сұрақтар дайындаңыз.**

Топырақтың қатты бөлігінде алғашқы (кварц, дала шпаты, слюда, т.б.) және екінші ретті минералдар (гидрослюда, монтмориллонит, каолинит, т.б.) басым келеді. Топырақ борпылдақтығының қалыптасуы осы қатты бөлігінің кұрамы мен оның кұрылымының ерекшеліктеріне байланысты. Топырақтың негізгі массасын, негізінен түйірлері 1 мм-ден кіші болатын ұсақтопырақтар құрайды. Табиғи түріндетопырақ массасы көлемінің бір бөлігін — қатты бөлігі, ал қалған бөліктерін топырақ ерітіндісі ментопырақ ауасынан тұратын бөлігі құрайды.        Топырақтың қатты бөлігінің минералды және химиялық құрамына қарай көбіне оның құнарлылығын анықтауға болады. Органикалық заттар ыдыраған кезде оның құрамындағы азот өсімдіктердісіңіре алатындай түрге айналады.

         Топырақтың сапасы морфологиялық, генетикалық, химиялық және физикалық қасиеттеріне байланысты болады.

*Когнитивті-білім компетенциясы бойынша*

**3-жаттығу.** *Көп нүктенің орнына қажетті сөзді көрсетіп, сөйлемді толықтырыңыз.*

Тұрғындар денсаулығы үшін топырақтың ... зор. Топырақ кәсіп орындардан, көліктерден ауаға бөлінетін түрлі экзогенді химиялық заттармен, тұрмыстық және өндірістік қалдықтармен ... мүмкін. Сонымен қатар топырақ өздігінен ... та отырады. Топырақтың ауа өткізгіштік, су өткізгіштік және жылу өткізгіштік те ... бар. Ау мен су топырақтың негізгі ... бөлігі болып табылады. Адам ағзасына жағымсыз әсер ететін біраз улы ... топырақ астына жиналады, сөйтіп ауа тазарады. Топырақтың сүзгіштік ... сулардың тазаруына ықпал етеді. Топырақтың топырақ түзілу процесіндегі өздігінен қалпына келуін сақтап қалуға барынша ... жасау.

Аралық бақылау (когнитивті-білім, операционалды-дағды, коммуникативтік, өзін өзі дамыту компетенциялары бойынша сұрақтар, жаттығулар, тапсырмалар т.б.):

1. **Аралық бақылау бойынша негізгі сұрақтар:**

1. Атмосфералық ауа тазалығының гигиеналық маңызы қандай?

2. Арал теңізінің жалпы жағдайы туралы.

3. Шылым шегудің қандай зияндылығы бар?

4. Тазалық – денсаулық кепілі дегенді қалай түсінесіз?

5. Судың адам үшін қандай маңызы бар?

6. Дұрыс тамақтану үшін қандай ережелерді сақтау керек?

7. Ұйқының гигиеналық маңызы қандай?

**І нұсқа**

**1-тапсырма**. *Өтілген мәтіндер бойынша берілген сөздер мен сөз тіркестерін пайдаланып, сөйлем*

*құрастырыңыздар*

Ауа тазалығы, арал мәселесі, адамзаттың жіберген қателігі, зиян, шылым шегу, жастар, құтылудың жолы, сақтану, тазалық, жуу, лас, денсаулық, маңызды.

**2 – тапсырма.** *Берілген сөйлемдерді қазақ тіліне аударыңыз.*

Әрбір адам қоғамдық және күнделікті өмірде гигиена ережелерін сақтауы қажет. Жеке адам гигиенасына дене гигиенасы, киім мен төсек орын, тіс, ауыз тазалығын сақтау, еңбек пен тынығуды дұрыс ұйымдастыру т.б. жатады.Адам тіршілігінде терінің атқаратын қызметі зор. Кір теріге микробтар еніп, түрлі жұқпалы тері аурулары пайда болады. Әсіресе тері жарақаттанғанда,жырылған, кесілген жер арқылы инфекция өтіп, денеде іріңді жаралар пайда болуы мүмкін. Сондықтан теріні өте таза ұстап, сыртқы жарақаттан сақтау қажет. Ол үшін аптасына бір рет моншаға түсіп, мойынды, аяқты күнде жуу керек.

**3 – тапсырма*.****Өтілген мәтіндер бойынша берілген сұрақтарға жауап беру арқылы өз ойыңызды,*

*ұсынысыңызды айтыңыз.*

1. Ауа тазалығын сақтау үшін қандай жұмыстар, шаралар атқаруға болады?

2. Арал теңізің мұндай күйге түскеніне кім кінәлі? Сізді теңіз тағдыры алаңдата ма?

3. Шылым шегудің алдын алу үшін не істеу керек?

4. Шылымды көбінесе кімдер шегеді? Себебі неде?

5. Тазалыққа нелерді жатқызасыз? Тазалықтың маңызы қандай?

**ІІ нұсқа**

**1-тапсырма.** *Өтілген мәтіндер бойынша берілген сөздер мен сөз тіркестерімен сөйлем*

*құраңыздар.*

Су, маңызы, қажет, дұрыс тамақтану, денсаулыққа пайдалы, таза, ұйқының маңызы, уақытында, тыныш, тынықтырады, топырақтың маңызы, топырақты сақтау, маңызы, байлық.

**2 – тапсырма.** *Берілген сөйлемдерді қазақ тіліне аударыңыз.*

Топырақтың ауа өткізгіштік, су өткізгіштік және жылу өткізгіштік те қасиеттері бар. Ау мен су топырақтың негізгі құрамдас бөлігі болып табылады. Топырақтың жоғарғы қабатындағы ауа құрамы атмосфералық ауаның құрамына жақын болады. Топырақ тереңдеген сайын оттегінің мөлшері азаяды да, көмірқышқыл газының қосындысы көбейе түседі. Адам ағзасына жағымсыз әсер ететін біраз улы заттар топырақ астына жиналады, сөйтіп ауа тазарады. Топырақтың сүзгіштік қасиеті сулардың тазаруына ықпал етеді. Жерге төгілген сулар топырақ әсерінен сүзіліп, тазарады. Соның нәтижесінде жер асты сулары ластанбайды.

**3 – тапсырма*.****Көп нүктенің орнына қажетті сөздерді қойып, сөйлемді толықтырыңыз.*

Тамақты дұрыс пайдалану туралы ғылым –[...](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B8%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F) деп аталады. Дұрыс ... де денсаулықтың басты шарты. Адам дұрыс ... кезде ғана ағзасына қажетті тағамдық заттарды толық пайдаланады. Адам ...[тағам](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B0%D2%93%D0%B0%D0%BC) әр түрлі әрі қуаты мол нәрлі болуы қажет. Тағамның құрамында өсімдіктекті де, жануартекті де азық-түлік ... болуы шарт. Астың жақсы ... [жеміс-жидектер](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%81-%D0%B6%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B5%D1%80&action=edit&redlink=1), [көкөністер](http://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D3%A9%D0%BA%D3%A9%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80), [жеміс шырындары](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%96%D0%B5%D0%BC%D1%96%D1%81_%D1%88%D1%8B%D1%80%D1%8B%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%80%D1%8B&action=edit&redlink=1), сұйық тағамдар әсер етеді. Ұзақ өмір сүрушілердің басты себептері де дұрыс тамақтана білуге тікелей ... . Адам күнделікті бір мезгілде тамақтануға ... тиіс. Мұндай дағдыға үйренген ...[асқорыту сөлдері](http://kk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%90%D1%81%D2%9B%D0%BE%D1%80%D1%8B%D1%82%D1%83_%D1%81%D3%A9%D0%BB%D0%B4%D0%B5%D1%80%D1%96&action=edit&redlink=1) дер кезінде бөлініп, тағам тез қ... әрі жылдам сіңеді.

**4-тапсырма**. *Өтілген мәтіндер бойынша сұрақтарға жауап беріңіз*

1. Өзіңіз суды қалай пайдаланасыз? Күніне неше литр су ішесіз?

2. Дұрыс тамақтану үшін қандай ережелерді ұстанасыз? Қазіргі жастардың (студент, оқушылардың) тамақтануы қалай?

3. Ұйқының қандай маңызы бар? Өзіңіз неше сағат ұйықтайсыз? Уақытында ұйқыға жатасыз ба?

4. Топырақтың қандай қасиеттері бар?

**Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Мед. оқу орындарына арналған. Алматы, 2002 ж. 180б.

2.Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы , 2000 ж. 120б

3. Н.Беріков Қазақ тілі сабақтары. «Ана тілі», Алматы, 1994ж. 81б

4. К.Күзекова З. Қазақ тілі. «Таным» Астана, 2003ж. 79б.

5. Исаева Ж.Т., Тәттібаева А.Е. Қазақ тілі. Алматы, 2011 ж. 45б.

6. Т.Қ.Зайсанбаев, Б.Канленова Қазақ тілі Алматы, 2012ж. 116 б.

**СТУДЕНТТЕРДІҢ ӨЗ БЕТІНШЕ АТҚАРАТЫН ЖҰМЫСТАРЫНА АРНАЛҒАН ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№ 1. Ақпарат көздеріндегі денсаулық сақтау мәселелері. Қазіргі медицинаның жетістіктері.**

**2012 ж**

Кафедра мәжілісінде талқыланды

Хаттама №\_\_\_\_, «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2012ж.

«Бекітемін»

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент С.Қ.Суатай

**1. Тақырыбы: Ақпарат көздеріндегі денсаулық сақтау мәселелері. Қазіргі медицинаның жетістіктері**.

**2. Мақсаты:** Өздік жұмыс арқылы студентке ақпарат көздеріндегі ғылыми-көпшілік мақалалардың жазылу-үлгісін, олардағы ғылыми ойдың берілу жолдарын үйрету. Ақпарат көздеріндегі медициналық мақалаларға талдау жасату арқылы студенттерге қазақ тілінің грамматикалық құрылымы, медициналық терминдердің қолданылуы туралы мағлұмат беру. Адамзат баласының ең басты байлығы денсаулық болғандықтан, денсаулық сақтау мәселесі, ұлт саулығы, болашақ ұрпақтың сау болып өсіп-өркендеуі сияқты мәселелерді өз бетінше талдай білу.

**3. Тапсырмалар:**

І. Медицина саласындағы соңғы жаңалықтарға шолу.

ІІ. Тәжірибеге жаңадан енгізіліп жатқан емдеу тәсілдерін оқып, танысу.

ІІІ. Қазақстандағы медицинаның дамуы жайлы мақалаларды білу.

ІV. Қазақ тіліндегі медициналық газет-журналдарды оқу.

**4. Орындалу тәсілі.**  Конспект, реферат, эссе, баяндама, беріліген сұрақтарға жауап, талдау, глоссарий құрастыру, талдау (аналитикалық) шолуын жазу, бақылау жұмысы

**5. Орындалу талаптары:**

1. Студент оқытушыдан нақты бір тақырыпты алғаннан кейін, өз тақырыбына қатысты оқытушы ұсынған және өз бетімен іздеп тапқан әдебиеттерді оқып, танысу.
2. Ақпарат құралдары негізінде өзіне берілген тақырыпқа шолу жасау.
3. Өздік жұмыс ретінде берілген тақырыпқа реферат немесе конспект жасап, глоссарий жазу.
4. Ақпарат көздерінен тақырыбына қатысты барынша мол мағлұматтар келтіру.

**6. Тапсыру мерзімі.** Күнтізбелік жоспармен сәйкес болуы керек.

**7. Бағалау өлшемі.** 100 балдық жүйе.

1. Жұмыстың сапасы – 100 б.

2. Жұмыстың мазмұны – 100 б.

**8. Әдебиеттер:**

1. Қазақ тіліндегі «Денсаулық», «Отбасы және денсаулық», «Парасат», «Қазақ әдебиеті», «Ана тілі», «Жас алаш», «Айқын» т.б. газеттер мен журналдар.

2. Интернеттегі [www.abai.kz](http://www.abai.kz), [www.newskaz.kz](http://www.newskaz.kz) , [www.bbc.com](http://www.bbc.com) сияқты әртүрлі сайттар.

**9. Бақылау:** Сұрақтар беру арқылы.

1. Қазақ тіліндегі қандай газет-журналдарды білесіз?
2. Өзіңіз таңдап алған газет немесе журналдағы медицинаға қатысты қандай мақалаларды оқыдыңыз?
3. Қазақстан медицинасының дамуына зор үлес қосып жүрген дәрігерлерді атаңыз.
4. Қазақ тіліндегі қандай ақпарат көздерін білесіз?
5. Өзіңіз таңдап алған ақпарат құралдарын медицинаға қатысты қандай мақалаларды

оқыдыңыз?

1. Ғылыми мақала дегеніміз не?
2. Ғылыми стиль туралы не білесіздер?
3. Ғылыми-көпшілік мақалалардың өзіндік ерекшеліктері туралы не білесіздер?

**СТУДЕНТТЕРДІҢ ӨЗ БЕТІНШЕ АТҚАРАТЫН ЖҰМЫСТАРЫНА АРНАЛҒАН ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№ 2. Дәрігер мен науқас арасындағы сұхбат**.

**2012 ж**

Кафедра мәжілісінде талқыланды

Хаттама №\_\_\_\_, «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2012ж.

«Бекітемін»

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент С.Қ.Суатай

**1. Тақырыбы:Дәрігер мен науқас арасындағы сұхбат**.

**2. Мақсаты:** Өздік жұмыс арқылы студентке игеріп отырған мамандығы бойынша кәсіби сөздік қорын байыту, медициналық терминдерді дұрыс қолдана білуге үйрету. Оларды әртүрлі мәселелер бойынша рөлдік ойындар арқылы сұхбат жасай білуге баулу.

**3. Тапсырмалар:**

1. Белгілі бір мәселе бойынша рөлдік ойындар өткізу
2. Мамандықтарына байланысты жүйе бойынша іскерлік ойын құрастыру.
3. Экологиялық тақырыпқа мәліметтер келтіріп, жазбаша есеп (ақпарат) жазу.

**4. Орындалу тәсілі.**  Жазбаша есеп (ақпарат), сценарий.

**5. Орындалу талаптары:**

1. Іскерлік ойын барысында дәргердің сөздік қорының барынша мол әрі түсінікті болуын қамтамасыз ету.
2. Сұхбатта науқастың жауабы ойын тақырыбына сай болуы.
3. Сұхбатта қолданылған медициналық терминдерді медициналық оқулықтардағы терминдермен салыстыру.
4. Рөлдік ойындағы медициналық сөз тіркестерінің қолданылу ерекшеліктерін ашып көрсету.
5. Сөйлемдердің грамматикалық құрылымдары туралы қазақ тілі грамматикасы бойынша жазылған оқулықтарды пайдалана отырып, өз ойларын айту.
6. Рөлдік ойындардың сценарийінің жазбаша нұсқасын өткізу.

**6. Тапсыру мерзімі.** Күнтізбелік жоспармен сәйкес болуы керек.

**7. Бағалау өлшемі.** 100 балдық жүйе.

1. Жұмыстың сапасы – 100 б.

2. Жұмыстың мазмұны – 100 б.

**8.Әдебиеттер:**

1. Доскеева Б.Ж. «Қазақ тілі медициналық оқу орындарына арналған». Алматы, «Қайнар», 2002 ж.

2. Дәрменқұлова Р.Н. «Медициналық мәтіндер жинағы». Алматы, 2002 ж.

3. Дәрменқұлова Р.Н. «Қазақ тілі», Алматы, 2010 ж.

4. Рақышев А. «Қазақша-латынша-орысша анатомиялық сөздік».

**9. Бақылау:** Сұрақтар беру арқылы.

1. Сұхбат бойынша қандай медициналық терминдер қолдандыңыз?

2. Рөлдік ойындардың сізге қандай көмегі болды?

3. Сізге берілген рөл өзіңізге ұнады ма? Неге?

**СТУДЕНТТЕРДІҢ ӨЗ БЕТІНШЕ АТҚАРАТЫН ЖҰМЫСТАРЫНА АРНАЛҒАН ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№ 3. Орта ғасыр ойшылдары**

**2012 ж.**

Кафедра мәжілісінде талқыланды

Хаттама №\_\_\_\_, «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2012ж.

«Бекітемін»

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент С.Қ.Суатай

**1. Тақырыбы:Орта ғасыр ойшылдары.**

**2. Мақсаты:** Түркі халықтары мәдениетінің ғана емес, сонымен бірге бүкіл дүние жүзі мәдениетінің тарихында елеулі орын алатын Орта ғасыр мұраларының мәні өте зор. Сондай құнды рухани жазбалардың қазақ жерінде өте көп болуы біздің халқымыз үшін үлкен мақтаныш. Сондықтан, бұл жердегі мақсат – жастардың көне ойшылдар еңбектерінің тәрбиелік мәнін жете түсініп, одан тағылым алуы.

**3. Тапсырмалар:**

І. Ұлы дала ойшылдарын білу.

Махмұд Қашқари, Ахмет Яссауи, Баласағұни

ІІ. Олардың өмірі мен еңбектері туралы жақсы білу.

ІІІ.Өзі таңдап алған бір ойшылдың айрықша еңбектеріне тоқталып, айта білуі керек.

ІV. Сол тұлғаның шығармаларын, еңбектерін оқуы керек.

**4. Орындалу тәсілі.**  Реферат түрінде.

**5. Орындалу талаптары:**

1. Студент оқытушыдан нақты бір тақырыпты алғаннан кейін, өз тақырыбына қатысты оқытушы ұсынған және өз бетімен іздеп тапқан әдебиеттерді оқып, танысу.
2. Әдебиеттердің негізінде өзіне берілген ойшылдың қысқаша (1 бет көлемінде) өмірбаянын жазу. Шығармашылық жолына (1 бет көлемінде) шолу жасау.
3. Өздік жұмыс ретінде берілген ғұламаның бізге жеткен мұрасына тоқталып, қысқаша талдау (аннотация) жасау.
4. Ол туралы белгілі бір тұлғаның (ғалым, жазушы т.б.) пікірін келтіру.

**6. Тапсыру мерзімі.** Күнтізбелік жоспармен сәйкес болуы керек.

**7. Бағалау өлшемі.** 100 балдық жүйе.

1. Жұмыстың сапасы – 100 б.

2. Жұмыстың мазмұны – 100 б.

**8.Әдебиеттер:**

1. Мағауин М. «Ғасырлар бедері», Алматы, «Жазушы», 1991ж.
2. Жарықбаев Қ. «Ақылдың кені», Алматы, «Қазақстан», 1991ж.
3. Бердібаев Р. «Дәстүр тағылымы», Алматы, «Жазушы», 1973 ж.
4. «Даналардан шыққан сөз» (Құрас.Ұ.Асылов), Алматы, «Мектеп», 1987.
5. «Бес ғасыр жырлайды» (Құраст. М.Мағауин, М.Байділдаев), Алматы, «Жазушы», 1989, 1т.
6. Баласағұн Ж. «Құтты білік» (Ауд. А Егеубай), Алматы, «Жазушы», 1986 ж.
7. Сүйіншәлиев Х. «VIII-XVIII ғасырдағы қазақ әдебиеті», Алматы, «Мектеп», 1989 ж.
8. Бердібаев Р «Сарқылмас қазына», Алматы, «Мектеп», 1983 ж.
9. Жолдасбеков М. «Асыл арналар», Алматы, «Жазушы», 1990 ж.

**9. Бақылау:** Сұрақтар беру арқылы.

1. Орта ғасыр ойшылдары деп кімдерді айтамыз?

2. Өзіңіз таңдап алған ойшыл тұлға туралы не білесіз?

3. Ол ойшылдың халық, қоғам алдындағы қандай айрықша еңбектерін айта аласыз?

4. Сол тұлға өмір сүрген жылдарда қоғамда қандай өзгерістер болып жатқан еді?

5. Жүсіп Баласағұн толғауларының негізгі тақырыбы?

6. Махмұд Қашқаридің бізге жеткен еңбегі қалай аталады?

7. Ахмет Яссауи хикметтерінің идеясы неде?

**СТУДЕНТТЕРДІҢ ӨЗ БЕТІНШЕ АТҚАРАТЫН ЖҰМЫСТАРЫНА АРНАЛҒАН**

**ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР**

**№ 4. Әлеуметтік мәселелерге байланысты әр тақырыпта сауалнама жүргізу.**

**2012 ж.**

Кафедра мәжілісінде талқыланды

Хаттама №\_\_\_\_, «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2012ж.

«Бекітемін»

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент

С.Қ.Суатай

**1. Тақырыбы:** Әлеуметтік мәселелерге байланысты әр тақырыпта сауалнама жүргізу.

**2. Мақсаты:** Берілген тақырып бойынша студенттің нақты сұрақтар құрастыра білуі. Әртүрлі әлеуметтік мәселелерге байланысты мамандар (студенттер, тұрғындар, тұтынушылар, дәрігерлер т.б) арасында сауалнама жүргізіп, оған талдау жасау.

**3. Тапсырмалар:**

1. Экология мәселесі бойынша тұрғындар арасында сауалнама жүргізу.

2. Қоғамдық денсаулық сақтау саласына енгізілген шараларға қатысты сауалнама жүргізу.

3. Мемлекеттік тілдің қолданылу аясына байланысты көпшілік арасында сауалнама жүргізу.

4. Білім сапасы жайлы студенттер арасында сауалнама жүргізу.

**4. Орындалу тәсілі.**  Сауалнама. Сауалнама нәтижелерін талдау.

**5. Орындалу талаптары:**

1. Сауалнама сұрақтары нақты әрі айқын болуы шарт.

2. Сауалнамаға қатысқан

адамдар санын, жасын көрсету.

3. Сауалнама нәтижесі бойынша пікірлер келтіру.

**6. Тапсыру мерзімі.** Күнтізбелік жоспармен сәйкес болуы керек.

**7. Бағалау өлшемі.** 100 балдық жүйе.

1. Жұмыстың сапасы – 100б.

2. Жұмыстың мазмұны – 100 б.

**8. Әдебиеттер:** Әртүрлі тақырыпқа жүргізілген сауалнама үлгілері.

**9. Бақылау:** Сұрақтар беру арқылы.

1. Әртүрлі пікір алуандығын туғызатын, сізді толғандырып жүрген қандай мәселелер бар?

2. Өзіңіз сауалнама жүргізген тақырып бойынша айтар ойыңыз қандай?

3. Сауалнама жүргізілген мәселе бойынша қандай ұсыныстар айтылды?

4. Берілген мәселені шешудің ең тиімді жолы қандай деп ойлайсыз?

**ПӘН БОЙЫНША БІЛІМІН, ІСКЕРЛІГІН ЖӘНЕ ДАҒДЫЛАРЫН**

**БАҚЫЛАУШЫ-ӨЛШЕГІШ ҚҰРАЛДАР**

Қазақ тілі кафедрасы латын тілі курсымен

Кәсіби қазақ тілі пәні бойынша, коды – KRYa 1104

Мамандығы – 5В110200 Қоғамдық денсаулық сақтау (эллектив)

Құрастырушы: аға оқытушы Қ.С.Бураханова

2012ж.

Кафедра мәжілісінде талқыланды

Хаттама №\_\_\_\_, «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2012ж.

«Бекітемін»

Кафедра меңгерушісі, ф.ғ.к., доцент С.Қ.Суатай

**Қоғамдық денсаулық сақтау факультетіне арналған тестілер**

**1. Сөйлемді аяқтаңыз.**

Таза ауада серуендеу - денсаулықты ..... .

а) тарылтқан

ә) жақсартады

б) жөндеп

в) кеңейтсе

г) нығайтса

**2. Сұрақтың дұрыс жауабын көрсетіңіз.**

Келесі қандай аялдама?

а) Келесі аялдамада түсу керек.

ә) Келесі аялдама Төле би көшесі.

б) Келесі аялдама көшесі Төле би.

в) Келесі аялдаманың Төле би көшесі.

г) Төле би көшесінде.

**3. Сөйлемді аяқтайтын сөзді көрсетіңіз.**

Көптеген дәрілер химиялық жолмен ... .

а) бөлінемін

ә) алынады

б) дәріханадан

в) емханада

г) жүзу

**4. “вредно для организма” сөз тіркесінің аудармасын көрсетіңіз.**

а) ағзаға пайдалы

ә) ағзаға қарсы

б) ағзаға зиянды

в) ағза үшін

г) ағзамен зиянды

**5. Етістікті сөз тіркесін көрсетіңіз.**

а) жұқпалы қотыр

ә) дәрілік өсімдік

б) науқасты емдеді

в) дайын ұнтақ

г) құнарлы тағам

**6. Сөйлемнен сын есімді көрсетіңіз.**

Ерте заманның адамдары да емдік өсімдіктерді пайдалана білген.

а) заманның

ә) емдік

б) өсімдіктерді

в) адамдары

г) білген

**7. Сөйлемнің екінші сыңарын көрсетіңіз.**

Дәрігер келгенше, ..... ..... .

а) науқасқа сүт ішкізіңіз

ә) науқасты бөлмеге

б) уланған тағамды

в) науқасты шалқасынан жатқызыл

г) ағзаға қоректік заттармен

**8. Табыс септікті сөз тіркесін көрсетіңіз.**

а) зиянды зат

ә) темекіні әкелді

б) дарынды ақын

в) бактерияларға қарсы

г) сабақтан қайтты

**9. Көп нүктенің орнына қойылатын жалғаулық шылауды көрсетіңіз.**

Қымызбен туберкулез .... тыныс жолдары ауруларын емдейді.

а) бірақ

ә) мен

б) туралы

в) және

г) шейін

**10. «Ауа» сөзіне анықтауыш бола алатын сөздерді көрсетіңіздер.**

а) таза

ә) қатты

б) жұмсақ

в) жедел

г) ешкім

**11. Сөйлемдегі қарамен жазылған сөзге қойылатын сұрақты көрсетіңіз.**

Базардағы тазалықты **қатаң** қадағалау керек.

а) не үшін?

ә) қанша?

б) неліктен?

в) қашан?

г) қалай?

**12. Қарамен жазылған сөз қандай сұраққа жауап береді?**

Никотин **оттегінің** алмасуынқиындатады.

а) ненің?

ә) қайтеді?

б) несін?

в) неге?

г) неліктен?

**13. Көп нүктенің орнына қойылатын қосымшаларды көрсетіңіз.**

Ол тек қана бие сүті... аш..ады.

а) ден, ыс

ә) мен, ды

б) нен, ыл

в) ген, іл

г) нің, ын

**14. Сөйлемдегі ілік септігіндегі сөзді көрсетіңіз.**

Кейін темекінің зиянды жақтары да анықтала бастады.

а) темекінің

ә) зиянды

б) жақтары

в) анықтала

г) бастады

**15. Күрделі баяндауышты сөйлемді көрсетіңіз.**

а) Түске қарай ауа-райы күрт өзгерді.

ә) Сәбіз бен сүтте В1 дәрумені көп.

б) Назгүл қоғамдық денсаулық сақтау факультетінде оқып жүр.

в) Қадір жақсы оқиды және тәртібі де жақсы.

г) Оқытушы қазақ әдебиетінің тарихы туралы қызықты әңгңме айтты.

**16. Сөйлемінен жіктеу есімдігін көрсетіңіз.**

Халық дәрілік шөптерді қашан жинауды және оларды қалай пайдалануды білген.

а) дәрілік

ә) шөптерді

б) жинауды

в) білген

г) оларды

**17 Сұрақтың дұрыс жауабын көрсетіңіз.**

Орталық кітапханаға қалай баруға болады?

а) Баруға болады 66-автобуспен.

ә) Бесінші отырыңыз тролейбусқа.

б) Бұл жерден тура баратын жоқ автобус.

в) Мына автобусқа отырып, Абылайхан даңғылынан түсіңіз.

г) Орталық кітапханаға болады баруға қалай білмеймін.

**18. Сөйлемді аяқтайтын сөз тіркестерін көрсетіңіз.**

Адам әр түрлі тағам ішу арқылы ... .

а) ағзаның қажеттілігін өтейді

ә) асқазан ауруына шалдығып

б) ұйқысы нашарлағандықтан

в) өзіне қажетті витаминдерді алдым

г) жүрек соғысы жиілеп

**19. Көп нүктенің орнына қойылатын сөзді көрсетіңіз.**

Д витамині күн ...... әсерімен түзіледі .

а) көріпті

ә) сәулесінің

б) көрдік

в) нұрымен

г) шапағының

**20. Көп нүктенің орнына қойылатын қосымшаны көрсетіңіз.**

Ауру адам... психологиясы өте сезімтал келеді.

а) да

ә) сы

б) ның

в) ға

г) а

**21. Сөйлемді аяқтаңыз.**

Әр адам демалыс уақытын дұрыс ..... .......

а) уақытынан бұрын

ә) пайдалануы керек

б) өткізсе қажет

в) қыдырып, демалып

г) сауық-сайран

**22. Сөйлемді аяқтаңыз.**

Жоспарлы гигиеналық сараптаудың мақсаты ... .... .... .... .

а) азық-түліктердің сапасына бақылау жүргізу

ә) бұзылған азық-түліктердің сапасы

б) арнаулы мекемелермен барса

в) тағамдардың анықтау жарамдылығын

г) таза су құйылған ыдыстардың

**23. Көп нүктенің орнына қойылатын қосымшаларды көрсетіңіз.**

Қанның құрамын... оттегі азая.. да, көмір қышқыл газы көбейеді .

а) мен, дың

ә) на, да

б) ды, де

в) нда, ды

г) нен, ты

**24. Медициналық термин қолданылған сөйлемді көрсетіңіз.**

а) Көшелерге ағаш отырғызу керек.

ә) Соңғы кезде ауа-райы өзгеріп барады.

б) Өкпе кеуде қуысында орналасқан.

в) Алматы ─ Алатаудың бөктеріндегі әдемі қала.

г) Мұқан бүгін сабаққа келмеді.

**25. Берілген сөйлемнің дұрыс аудармасын көрсетіңіз.**

В борьбе с кишечными инфекциями используются антибиотики.

а) Күресте ішек инфекцияларымен антибиотиктер пайдалынылады.

ә) Ішек инфекцияларымен күресте пайдалынылады антибиотиктер.

б) Ішек инфекцияларымен күресте антибиотиктер пайдалынылады.

в) Ішек күресте инфекцияларымен антибиотиктер пайдалынылады.

г) Ішек антибиотиктер инфекцияларымен күресте пайдалынылады.

**26. Көп нүктенің орнына қажетті сөзді көрсетіңіз.**

М.Әуезов театры қаланың ..... орналасқан.

а) орталықтан

ә) ортасында

б) ортасының

в) ортасын

г) ортасымен

**27. Көп нүктенің орнына қойылатын сөзді көрсетіңіз.**

С.Ж.Асфендияров медицина институтының ......... көп еңбек сіңірді.

а) ұйымдастыру

ә) құруының

б) ашылуына

в) бөлінуге

г) салынудан

**28. “Перносчики” сөзінің дұрыс аудармасын көрсетіңіз.**

а) тасығандар

ә) әкелетіндер

б) тасымалдаушылар

в) әперушілер

г) әкелушілер

**29. Сөйлемнің толықтауышын көрсетіңіз.**

Іш сүзегі өте жұқпалы ауруларға жатады

а) іш сүзегі

ә) жұқпалы

б) жатады

в) өте

г) ауруларға

**30. Сұрақтың дұрыс жауабын көрсетіңіз.**

Соңғы рет орталық кітапханаға қашан бардыңыз?

а) Орталық кітапхана Абай даңғылының бойында.

ә) Орталық кітапхнаға ертең барамыз.

б) Қаңтар айында бардым.

в) Оталық кітапхана өте әдемі.

г) Қашан барғансыңым есімде жоқ.

**31. Сөйлемнің дұрыс аудармасын көрсетіңіз.**

Гигиена ─ наука о сохранении и укреплении здоровья.

а) Гигиена ─ денсаулықты сақтау және нығайту туралы ғылым.

ә) Гигиена ─ денсаулықты сақтаудың және нығайту туралы ғылым

б) Гигиена ─ денсаулықты сақтауға және нығайтға туралы ғылым

в) Гигиена ─ денсаулықты сақтап және нығайтудың туралы ғылым

г) Гигиена ─ денсаулықты сақтауда және нығайтуда туралы ғылым

**32. “Переносчики возбудителей” сөз тіркесінің дұрыс аудармасын көрсетіңіз.**

а) тасығыш ұшқыштар

ә) қоздырғыш тасу

б) таситын қоздырғыш

в) қоздырғыш тасымалдаушылар

г) тасымалдаушылар қоздырғыштардың

**33. Көп нүктенің орнына қойылатын сөзді көрсетіңіз**.

Су жасушалардағы ...... алмасуына қатысады.

а) ауға

ә) оттегін

б) көміртегіне

в) заттардың

г) қоздырғышпен

**34. Сұрақтың дұрыс жауабын көрсетіңіз.**

Тұмау қандай ауру?

а) Жүрегім ауырады.

ә) Тыныс жолдары ауруы.

б) Тұмау індеті басталды.

в) Тұмау - ауру өте жұқпалы.

г) Жүрек ауруларында пайдаланады.

**35. Сөйлемді аяқтайтын сөзді көрсетіңіз.**

Уландым деп қауіптенсең, дереу дәрігерге ... .

а) барыңыз

ә) жөнелді

б) қарал

в) көрінейін

г) болдыңыз

**36. Сөйлемнің дұрыс аудармасын аудармасын көрсетіңіз**.

В толстом кишечнике много бактерий.

а) Бактериялар көп тоқ ішекте.

ә) Тоқ ішекте бактерияларға көп.

б) Тоқ ішекте бактериялар көп.

в) Бактериялары көп тоқ ішекте.

г) Тоқ ішектен бактериялар көп.

**37. Үстеу қолданылған сөйлемді көрсетіңіз.**

а) Арақ пен темекі денсаулыққа көп зиян келтіреді.

ә) Таңертең немесе кешке жүгіріңіз.

б) Мөлшерсіз тамақтану семіздікке әкеп соғады.

в) Теңіз суы ішуге жарамсыз.

г) Қымызда адам ағзасына қажетті элементтер көп.

**38. Көп нүктенің орнына қойылатын сөзді көрсетіңіз.**

Дәрігерлер мектеп ........ денсаулығын бақылап тұруға тиіс

а) оқушылар

ә) оқушыларының

б) оқушылармен

в) оқушылардың

г) оқушыларға

**39. Сөйлемнің дұрыс аудармасын көрсетіңіз.**

Никотин вреден не только для курящего.

а) Никотин темекішіге тамаша нәрсе.

ә) Никотиннің зияны темекі тартушыға.

б) Никотин темекі тартушыға ғана зиянды емес.

в) Никотинніңі пайдасы өте көп.

г) Адам никотинсіз өмір сүре алмайды.

**40. Сөйлемді аяқтайтын сөзді көрсетіңіз.**

Қоршаған ортаны қорғау әр адамның ..... .

а) жақсартып

ә) міндетім

б) көзқарастың

в) борышы

г) тиімді

**41. Көп нүктенің орнына қойылатын сөзді көрсетіңіз.**

Дәрілік шикізат ..... өсімдіктер мен жануарлар ағзалары пайдалынады.

а) көзі

ә) ретінде

б) сияқты

в) тәрізді

г) туралы

**42. “Органы дыхания” тіркесінің аудармасын көрсетіңіз.**

а) демалыс мүшесі

ә) демалу мүшесі

б) тыныстық мүше

в) тыныс алу мүшелері

г) тыныстың алу мүшелері

**43. Көп нүктенің орнына қажетті септік жалғауын көрсетіңіз.**

Су жүз градус.. қайнағанда ондағы микробтар өледі.

а) ға

ә) нан

б) та

в) де

г) та

**44. Сөйлемдегі қарамен жазылған сөздің аудармасын көрсетіңіз.**

**Бұзылған** тағамды жеген адам жиырма төрт сағаттан кейін уланады.

а) вещество

ә) человек

б) испорченный

в) ядовитый

г) после

**45. Көп нүктенің орнына қажетті қосымшаларды көрсетіңіз.**

Дайындал... тағамды дұрыс сақтау... маңызы ерекше.

а) нан, дан

ә) қан, ның

б) ып, мен

в) кен, ден

г) ған, дың

**46. Сөйлемді аяқтаңыз.**

Коммуналдық гигиена елді мекендердегі ауыз су, тазалық проблемаларын ...

а) пайдаланып

ә) шешеді

б) тазартуға

в) ластануын

г) реттеймін

**47. Дұрыс құрылған сөз тіркесін көрсетіңіз.**

а) ыстыққа тағам

ә) қымызға емдеу

б) ұлттың тағамдар

в) тағам қуаттылығы

г) биеден сүті

**48. Көп нүктенің орнына қойылатын қосымшаны көрсетіңіз.**

Ә.Айтбақин қымыз... емдеу туралы жазған.

а) дан

ә) бен

б) мен

в) ды

г) дың

**49. Сөйлемдегі қарамен жазылған сөз қандай қызмет атқарып тұр.**

Базардағы тазалықты **қатаң** қадағалау керек.

а) бастауыш

ә) баяндауыш

б) анықтауыш

в) толықтауыш

г) пысықтауыш

**50. Сөйлемді аяқтаңыз.**

Денсаулықты нығайтуда ауа мен судың маңызы зор екенін ..... ..... .

а) ежелгі грек дәрігерлері атап өткендер

ә) бұрынғы кездегі дәрігерлер

б) үлкен шаһарлардағы ғұламалар

в) ерте заман адамдары да білген

г) ағзаға таза ауаның әсерін

**51. Дұрыс құрылған сөйлемді көрсетіңіз.**

а) Іш киім мен сырт киімді отыру керек ауыстырып.

ә) Орта мектепті жылы өткен бітірдім.

б) Қазір медицина университетінде оқып жүрмін.

в) Университетте ұнайды оқу маған.

г) Мен болашақ дәрігерсің.

**52. Сұраулы сөйлемді көрсетіңіз.**

а) Әке-шешем Семей қаласында тұрады.

ә) Асан зауытта жұмыс істейді.

б) Сіздің үйіңіз қай көшеде.

в) Бала ұйықтап жатыр.

г) Сабағым сағат бесте аяқталады.

**53. Дұрыс аударылған сөз тіркесін көрсетіңіз.**

а) живые клетки –тірілер жасушалар

ә) здравоохранения – денсаулықты құрту

б) окружающая среда - ортадан жоғары

в) уровень дохада – табысы жоғары

г) осуществлять - жүзеге асыру

**54. Дұрыс құрылған сұраулы сөйлемді көрсетіңіз.**

а) Ауыру белгісі байқалды қашан?

ә) Қызуыңызды өлшедіңіз ба?

б) Қашаннан бері ауырады сен?

в) Жүрегіңіз айнып, көзіңіз қарауыта ма?

г) Дәрілер іштіңіз кімге?

**55. Дұрыс құрылған сөйлемді көрсетіңіз.**

а) Атап көрсеткен ежелгі грек дәрігерлері.

ә) С.Мұқанов – қазақтан көрінекті жазушысы.

б) Медицина ғылымы қарқындың дамуда.

в) Халық медицинасы – халықтың ғасырлар бойғы жинаған тәжірибесінің жемісі.

г) Тазалық – денсаулыққа кепілі.

**56. Сын есімнің күшейтпелі шырайы қолданылған сөйлемді көрсетіңіз.**

а) Көкөніс сақталатын қойманың іші құрғақ болуы тиіс.

ә) Тым ыстық тағам да денсаулыққа зиянды.

б) Тоңазытқышта тамақ ұзағырақ сақталады.

в) Қазақстанның шығысы – таулы аймақ.

г) Аралдың құрғауы ол аймаққа зиянын тигізуде.

**57. Дұрыс құрылған сұраулы сөйлемді көрсетіңіз.**

а) Бұрын баспамен ауырып па едіңіз?

ә) Қайсы асханамен тамақтандыңыз?

б) Сенің болды қанша сағатыңыз?

в) Сағатыңыз болды неше?

г) Жұмысқа сағат барасыз нешеде?

**58. Сөйлемнің дұрыс аудармасын көрсетіңіз.**

Между организмом и внешней средой постоянно происходит обмен веществ.

а) Ағза мен сыртқы орта арасында үнемі жүріп тұрады зат алмасу.

ә) Ағза мен сыртқы орта арасында жүріп тұрады үнемі зат алмасу.

б) Ағза мен сыртқы орта арасында зат алмасу үнемі жүріп тұрады.

в) Ағза мен үнемі сыртқы орта арасында зат алмасу жүріп тұрады.

г) Ағза мен сыртқы үнемі орта арасында зат алмасу жүріп тұрады

**Жағдайлық есептер**

1. Мектеп асханасының санитарлық жағдайын тексеруге келдіңіз. Мекеме басшысымен қалай әңгімелесесіз?

2. Демалыс күні «Медеу» мұз айдынында болдыңыз. «Медеудің» әсем табиғатын сипаттап беріңіз.

3. Бала бақшада балалар гигиенасы туралы баяндама жасаңыз.

4. Алматы қаласының көрікті жерлерін сипаттап беріңіз.

5. Күнделікті қалай тамақтанатыныңыз туралы айтып беріңіз.

6. Ретсіз тамақтанудың зияны туралы айтып беріңіз.

7. Жазда жайлауда болдыңыз. Қымызды қалай дайындағанын көрдіңіз. Әңгімелеп беріңіз.

8. Өзіңіз болашақта отбасыңызбен қандай үйде тұрғыңыз келеді? Әңгімелеңіз.

9. Топтарыңызбен тауға демалуға барасыздар. Қандай азық-түлік алатындарыңыз туралы ақылдасыңыздар.

10. Сіз Арал теңізі және Балқаш көлінде болдыңыз. Алған әсеріңізді әңгімелеңіз.

11. Қайда демалғыңыз келеді? Ол жерді неге таңдадыңыз?

12. Арал маңындағы ауылда болдыңыз. Ауылдың экологиясы туралы айтып беріңіз.

13. Базардың санитарлық жағдайын тексеруге бардыңыз. Сатушылармен қалай сөйлесесіз.

14. Бір асханада адамдар уланған. Сіз тексеруге келдіңіз.

15. Қоғамдық тамақтану орындарының біріне барып, тамақтардың қалай сақталып тұрғанын тексердіңіз. Қалай әңгімелесесіз.

16. Індет шыққан ауылға барып тексеру жұмысын жүргіздіңіз.

17. Қалада тұмау індеті өршіп тұр. Індетке қарсы қандай іс-шара қолданасыз?

18. Шет елден келген мейманға қазақтың ұлттық тағамдары туралы айтып беріңіз.

19. Басқа ЖОО-да оқитын досыңызбен кездесіп қалдыңыз. Өз оқу орныңыз туралы айтып беріңіз.

20. Университет кітапханасына барып, қажетті кітапқа тапсырыс беріңіз.

21. Ауылда ауыз су мәселесі шешілмеген. Сіз тексеруге келдіңіз.

22. Дүкеннің санитарлық жағдайын тексеруге келдіңіз. Сіздің іс-әрекетіңіз қалай болады?

23. Емдеу мекемелерінің санитарлық жай-күйі туралы хабарлама жасаңыз.

24. Қазақстандағы емдеу-сауықтыру орындары туралы не білесіз?

25. Семей полигоны аймағындағы ауылда болдыңыз. Аймақтың экологиялық жағдайын сипаттаңыз.

26. Мұнай орындарын тексеруге бардыңыз. Кемшіліктерді сипаттап айтыңыз.

27. Арал аймағының тұрғындарымен кездестіңіз. Аймақтың ахуалын сипаттап беріңіз.

28. Жеке бастың гигенасы туралы студенттермен сұхбат өткізіңіз.

29. Тұрғын үйдің құрылысы сізді қанағаттандырмайды. Қандай ұсыныстар айтасыз?

30. Әскери бөлімшеде болдыңыз. Көрген кемшіліктеріңізді сипаттап айтыңыз.

31. Студенттер асханасында болдыңыз. Қандай кемшіліктер байқадыңыз?

32. Өскеменнің өндіріс орындары қаланың экологиясын бұзуда. Кемшіліктерді жою жолдарын көрсетіңіз.

33. Өндіріс орнының асханасындағы азық-түліктің сақталуын тексеріңіз.

34. Базардың тамақ өнімдері сатылатын бөлімдерін тексеріңіз.

35. Ой еңбегімен айналысатын адамға тамақтану туралы қандай кеңес бересіз?

36. Қоғамдық көліктердегі санитарлық нормалар туралы ойыңызды айтыңыз.

37. Дене еңбегімен айналысатын адам қалай тамақтануы керек?

38. Салауатты өмір салты туралы баяндама жасаңыз.

39. Ауа арқылы таралатын аурулардан сақтану туралы хабарлама жасаңыз.

40. Іш ауруларынан сақтану туралы кеңес беріңіз.

41. Қоршаған орта мен экологияны жақсартудың жолдарын көрсетіңіз.

42. Қазақтың сүттен жасалатын тағамдары туралы шетелдік қонаққа айтып беріңіз.

43. Ет тағамдарының сақталуы туралы айтыңыз.

44. Сіз өзіңіздің еңбек құқығыңызды қалай қорғайсыз?

45. Жұмыс істейтін орныңыздың тазалығы туралы ақпарат беріңіз.

46. Шетелге қыдырып шықтыңыз. Оларға Қазақстан туралы мағлұмат беріңіз.

47. Досыңыздың үйлену тойында болдыңыз. Қандай салт-дәстүрлер көрдіңіз.

48. Жақын маңда дәріхана жоқ. Суық тиіп ауырған адамды қандай дәрілік шөптермен емдейсіз?

49. Итмұрынның дәрілік қасиеті туралы баяндама жасаңыз.

50. Ауру малды сойған адамдар ауру жұқтырып алған. Сіз қандай әрекет жасайсыз?

51. Сізді індет ошағын жоюға жіберді. Жұмысты неден бастайсыз?

52. Әскери жаттығу өтетін полигонның жай-күйін сипаттап, хабарлама жасаңыз.

53. Темекіге қарсы акция ұйымдастардыңыз. Қалай өткізесіз?

54. Ақын-жазушылармен болған кездесуге қатыстыңыз. Қандай әсер алдыңыз?

55. Нашақорлыққа қарсы күрес туралы кеш ұйымдастыру керек.

56. Досыңыз балалы болды. Шілдеханада қандай дәстүрлер жасалды?

57. Қазақтың ұлттық мейрамдары туралы шетелдік қонаққа айтып беріңіз.

58. Өзіңіз тұратын көше туралы айтыңыз.

59. Халықтық емдеу тәсілдері туралы не білесіз?

60. Балалардың жазғы демалыс орнының басшысысыз. Жұмысты қалай ұйымдастырар едіңіз?

Қазақ тілінен қоғамдық денсаулық сақтау факультетіне арналған емтихан сұрақтары

1. Адам және табиғат

2. Адам ағзасы – біртұтас құрылым

3. Адам денсаулығын нығайтатын негізгі жағдайлар

4. Ас әзірлеу гигиенасы

5. Тұрғын үй гигиенасы

6. Қазақстандағы экологиялық дағдарыс

7. Ас қорыту жүйесі

8. Тірек-қимыл жүйесі

9. Атмосфералық ауа тазалығының гигиеналық маңызы

10. Тыныс алу жүйесі

11. Арал тағдыры – адам тағдыры

12. Шылым шегу – ақыл-ойды күйзелтеді

13. Тазалық денсаулық кепілі

14. Судың адам ағзасы үшін маңызы

15. Дұрыс тамақтану – денсаулықтың басты шарты

16. Ұйқының гигиеналық маңызы

17. Топырақтың гигиеналық маңызы

18. Ағзаның қорғаныс қабілеті

19. Тағамтану ғылымының іргетасын қалаушы - Төрегелді Шарманов

20. Ауыз су әсерінен болатын аурулардың алдын алу

21. Қазақстанның мәдени орындары

22. Қазақстан экологиясы

23. Дене тәрбиесі – дәрісіз ем.

24. Медицина атасы Гиппократ және оның қанатты сөздері.

25. Тұздың емдік қасиеті.

*Тәжірибелік дағдылар тізімі:*

1. **Оқылымда:**

* сөзді, сөз тіркестерін, сөйлемді, ережені дұрыс оқу;
* дұрыс дыбыстай білу;
* сөзді түсіне білу, грамматикалық белгілерін айыра білу;
* сөздің мағынасын ажырата білу;
* студент мәтінді оқып, мазмұнын және негізгі Сабақтың тақырыбын түсінуі тиіс. Мәтін көлемі 600-700 сөзден тұрады және мазмұнында 3-5 таныс емес сөз кездесуі ықтимал.

1. **Тыңдалымда:**

* дыбысталған сөзді, сөз тіркесін, сөйлемді ажырата білу;
* берілген сұрақты түсіне білу, оған тиісті жауап бере білу;
* керекті ақпаратты ойға түйіп ала білу;
* естігендерін түсіне білу;
* студенттер бейтаныс көлемі: 300-400 сөзден тұратын мәтінді таспадан тыңдап, оның мазмұнындағы негізгі және қосымша хабарды түсіне білуі тиіс.

1. **Жазылымда:**

* сөзді, сөз тіркесін, сөйлемді сауатты жаза білу;
* тыңдаған, оқыған мәліметті, мәтінді дұрыс жаза білу;
* жазбаша хабарлама жасай білу;
* баяндама, мақала, реферат, сұхбат жаза білу;
* өз ойын жазбаша жеткізе алу.

1. **Айтылымда:**

* тыңдаған, оқыған хабарды жеткізе білу;
* өзінің ойын айта білу;
* құптау, құптамау (интенциялық) әрекеттерін түрлі эмоциялық реңктер арқылы жеткізе білу;
* студенттер өздеріне ұсынылған тақырыптардың бірін таңдап, сұхбат құра білуі тиіс.

1. Тілдесімде:

- тілдік қатынасты жүзеге асыру, пікір алмасу, сұхбаттасу.

**КІТАПХАНАДАҒЫ КІТАПТАР ТІЗІМІ**

1. Ақыжанова А.Т. «Қазақ тілі мәтіндер мен жаттығулар». Алматы, 2005 ж.

2. Ақыжанова А.Т. Мемлекеттік тілді оқып үйренеміз. Алматы, 2004ж.

3.Аханов.К. Тіл білімінің негіздері. 1993

4. Бектұров Ш.К. Қазақ тілі, лексика, фонетика, морфология. Алматы, 2006 ж.

5. Бектұров Ш.К. Казахский язык для всех. Алматы, 2004 ж.

6. Бектұров Ш.К. Қазақ тілі для начинающих. Алматы, 2004 ж.

7. Исаева. Ж.Т.Қазақ тілі. 2011

8. Дәрменқұлова Р.Н. Медициналық мәтіндер жинағы. Алматы, 2001 ж.

9. Дәрменқұлова Р.Н. Қазақ тілі-Алматы: ЖШС «Таугул-Принг», 201146б

10. Суатай. С. Ісқағаздарымен жұмыс.-Алматы,2010.-104б ж.

11. Доскеева Б.Ж. Қазақша сөйлесеміз.Алматы, 2010.-220б.

12. Доскеева Б.Ж. Қазақ тілі. Алматы, 2002

13. Тұңғышбаева.Ғ.Ж. Қазақ тілі сабақтары.-Алматы,2008.-120б.

14. Сулейменова Э.Д. Сұхбат.Астана: «Арман-ПВ», 2007.-216б.

15. Сулейменова Э.Д. Үнжария.Астана: «Арман-ПВ», 2007.-240б.

16. Сулейменова Э.Д.Бейнежазба. Астана: «Арман-ПВ», 2007.-264б.

17. Дүйсембекова Л.Қазақ тілі іс қағаздарын жүргізу. Алматы: «Мемлекеттік

тілді дамыту институты» ЖШС,2011.-400Б

18. Қанапиянова Ә.Ж. Кәсіби қазақ тілі. 2008

**МАЗМҰНЫ**

1. Силлабус.............................................................................................................................. 1-12
2. Тәжірибелік сабақтардың әдістемелік нұсқаулары.........................................................13-110
3. Студенттердің өз бетінше атқаратын жұмыстарына арналған әдістемелік нұсқаулары..............................................................................................................................11-122
4. Бақылаушы-өлшегіш құралдар........................................................................................123-135

5. Тәжірибелік дағдылар тізімі.................................................................................................136

6. Әдебиеттер тізімі....................................................................................................................137

|  |
| --- |
|  |