**«Жетісай ауданының мамандандырылған «Дарын» мектеп-интернаты» коммуналдық мемлекеттік мекемесінде 29.11.2023 күні өткізілген**

**«Ұлдар» жиналысының**

**Хаттамасы №**

Жетісай каласы

Өтілген мерзімі: 29.11.2023ж. сағ:17 00

Өтілген орны: Мектептің мәжіліс залы. (спорт кешені)

Қатысқандар: 7-8- 9-10-11 сынып ұлдары.

1. Қамқоршылық кеңес төрағасы Жумабаев Муғалбек Жунусұлы
2. «Жетісай ауданының мамандандырылған «Дарын» мектеп- интернаты» КММ-сі директордың оқу ісі жөніндегі орынбасары Тулеков Жанибек Кошанович
3. «Жетісай ауданының мамандандырылған «Дарын» мектеп- интернаты» КММ-сі директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасары Нурмаганбетов Нурлыбек Ахметжанович
4. Жетісай АПБ ЖПҚ ЮПТ КТІЖ аға УПИ полиция Байменов Ергали
5. «Жетісай ауданының мамандандырылған «Дарын» мектеп-интернаты» КММ-сі дәрігері Шериева Гульзат Турдыбаевна
6. Әлеуметтік педагог: Байбосынова Лаззат Абдіманапқызы
7. Педагог психолог Рахимова Бибігүл Сапаровна
8. Сынып жетекшілер: Махаш М., Алиманов О., Тешебаев К.
9. Хатшы, ұйымдастырушы педагог С. Таубаев

**Күн тәртібінде:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Жүргізілетін тәрбиелік жұмыстарының мазмұны** | **Сыныбы** | **Мерзімі** | **Жауаптылар** |
| 1 | 1. «Сегіз қырлы бір сырлы жігіт» қандай болу керек?  2. Сынып төрағаларының есебін тыңдау  3. І тоқсан қорытындысы бойынша 7-11 сынып ұлдарының оқу үлгерімі мен тәртібі туралы есебін тыңдау  4. Аудандық өрт сөндіру қызметкерлерімен кездесу  5. Мектеп инспекторымен кеңесу «ҚР баланың құқығы туралы»  6. Психолог кеңесі «Денсаулықты күту, басты міндет»  7.Әртүрлі мәселелер | 7-11 | 29.11.2023 | ДОЖЖО  Тулеков Ж.К.  ДТЖЖО Нурмаганбетов Н.  Сынып жетекшілер  Сынып тәрбиешілері  Психолог Рахимова Б.  Медбике |

**Тыңдалды:**

2023-2024 оқу жылына жоспарланған «Ұлдар» жиналысын директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасары Н. Нурмаганбетов сөз сөйлеп, жиналысымызды ашық деп жариялап, қатысушылармен таныстырып өтті.

**1-мәселе бойынша** Баяндама: «Сегіз қырлы-бір сырлы Сәкен Сейфуллин» тақырыбында 10 сынып оқушысы Жорабай Нұрзаманға берілді. Өз сөзінде Сакен Сейфуллиннің өмірі, шығармашылығы жайлы баяндап берді.

  Қазақтың қазыналы тілінің бір пұшпағын илеген талай ақын-жазушыларымыз сөз маржанының қандай болатынын қарға тамырлы қазаққа дәлелдеп айтып кетті.Өмір атты теңізде қолдарына қалам алып дүние сырына тоймай тамсана жазған талай дана адамдар болды. Өмірге жұлдыз болып келетін,халықтың еркесі,халық жүгін көтеретін дара адамдар ,дарынды жандар аз-ақ.Бірақ қазақ әдебиеті поэзия әлемінде әлемдік деңгеймен салыстырғанда 20-сыншы ғасырда кенже қалған емес.Керісінше өзінше жаңа қырымен дами бастады.Қандай марғасқа ,жаны жайсаң адамдар өмір сүрді сол кезеңде.Айтқым келгені әр адамның өз келбеті,өз жан-дүниесі болады. Егер ақынға сезім мен сұлулықты,қосып берген жағдайда одан нағыз шедевр дүниелерді күтуге болады.Қазақтың маңдайына біткен Сәкен Сейфуллин дәл сондай сері адам болатын**.**Сейфуллин Сәкен ( Сәдуақас ) (15.10.1894 ж. , қазіргі Жезқазған облысы , Ақадыр ауданы , « Ортау » совхозының « Қарашілік » қыстағы , - 25.02.1938 ж.) – қазақ кеңес жазушысы қазақ кеңес әдебиетінің негізін салушы , мемлекет және қоғам қайраткері , 1918 жылдан КПСС мүшесі . Шағын дәулетті саясатшының жанұясында туған .

Сәкен әке мінезін, өнерін бойға жұқтырып, ана әңгімелерін жалықпай тыңдап, зердесіне түйіп өседі. Айналасына абайшыл, қылтың-сылтыңы жоқ біртоға бала болады, Ұғымтал Сәкен ауыл молдасынан оңай хат танып, қолына түскен ескілі-жаңалы кітаптарды бас алмай оқиды. Әкесі тоғыз жасар Сәкенді тіл үйренсін деп Нілдідегі таныс орысының үйіне тұрғызады. Сәкен әлгі үйдің таусылмайтын қара жұмысын тиянақты атқара жүріп, кемпірінен бір жыл орыс тілін үйренеді. Одан кейін екі жыл зауыт мектебінде оқиды. Болашақ күрескер ақын кенішті қаладағы зауыт, шахта жұмысшыларының аянышты өмірімен танысып, ереуілдерін көріп, соларға бүйрегі бұрады.

**2-мәселе бойынша** 2022-2023 оқу жылындағы «Ұлдар» кеңесінің жұмысына шолу жасалды. Жалпы мектеп-интернатта – 137 ұл бала бар. 7-11 сынып төрағалары мен сынып топ басшылары 1 тоқсанда жеткен жетістіктеріне, сыныптың үздік оқушылар санына, сынып тынысының жұмыстарымен таныстырып өтті.

Төрағалар тізімде:

8 «А» - Умирбеков Шыңғыс

8 «Б» - Сабыр Мереке

9 «А» - Қарсыбай Заңғар

9 «Б» - Әбдіраш Әкімғали

10 «А» - Әділхан Уалихан

10 «Ә» - Төребек Бекасыл

10 «Б» - Ілесбек Саят

11 «А» - Ерубай Нұрислам

11 «Ә» - Ибрагим Мейрамбек

11 «Б» - Куаныш Шыңғыс

2023-2024 оқу жылының **«Ұлдар» кеңесінің жылдық** жоспарымен қоса алдағы мақсаттармен мектебіміздің оқушыларына таныстырылды.

**3-мәселе бойынша** Аудандық өрт сөндіру қызметкерлерімен сұхбаттасу өтті. Мектеп инспекторымен кеңесіп «ҚР баланың құқығы туралы» заңдылықтарға тоқсалды.

1 бап: Бала жайлы анықтама Өз елінің заңына сай 18 жасқа толмаған әрбір адам бала болып табылады, және ол осы Конвен-цияда бекітілген құқықтарға ие.

2 бап: Кемсітушілікті болдырмау Әрбір бала нәсіліне, терінің түсіне, жынысына, тіліне, дініне, әл-ауқа-ты мен әлеуметтік шығу тегіне қарамастан, осы Конвенцияда

көрсетілген барлық құқықтарға ие. Ешкімді кемсітуге болмайды.

3 бап: Баланың мүдделерін қорғау Шешімдерді қабылдау барысын-да үкімет балалардың мүдде-лерін барынша қамтамасыз етіп, оларға ерекше қорғау мен күтімді

көрсетуі тиіс.

4 бап: Құқықтарды іске асыру Үкіметтер елдегі әрбір баланың Конвенцияда бекітілген құқықтар-БАЛА ЖАЙЛЫ АНЫҚТАМА КЕМСІТУШІЛІКТІ БОЛДЫРМАУ БАЛАНЫҢ МҮДДЕЛЕРІН ҚОРҒАУ ҚҰҚЫҚТАРДЫ ІСКЕ АСЫРУды пайдалана алуы үшін барлық жағдайды жасаулары қажет.

5 бап: Жанұяда баланы өсіру мен баланың қабілеттерін дамыту Үкімет баланың даму ерекшелік-терін ескере отырып, ата-ана-лардың баланы тәрбиелеудегі құқықтарын, міндеттерін және жа-уапкершіліктерін құрметтеуі тиіс.

6 бап: Өмір сүру, аман болу және даму құқығы Әрбір баланың өмір сүруге

құқығы бар, және үкімет баланың психикалық, эмоциялық, ақыл-ой, әлеуметтік және мәдени деңгейін қолдай отырып, оның аман-есен, сау болып дамуын қамтамасыз

етуге міндетті.

**4-мәселе бойынша** Психолог кеңесі «Денсаулықты күту, басты міндет» деп мектеп-интернатымыздың педагог-психологі Б. Рахимоваға сөз берілді. Денсаулық және ұзақ өмір сүрудің 5 ережесі

**Бірінші ереже:** Өз өмiрінізді жақсы көрiңiз. Ең маңызды қызықты өмiр сүру,өзінді және айналасын  жақсы көру және өмірдің әр кезенде жаңа қызығушылықтарды табу. Адам жаспен өзгереді және оның қоршаған  өмiрi өзгередi. Ең алдымен бұл адамның физикалық күйiн, оның материалдық тұрмыс жағдайын,мансап (зейнетке кетуi) қоғамдағы жағдайына әсер тигiзедi.  Сондықтан адамға  өзiнде iшкi қорды табу қажет, ол келе жатқан қарттыққа өз өмiрінде жаңа мерзiмге бейімделеді.  Бәрі мәселе тек қана сіз кім боласыз - жасан қарт немесе ерте қартайған жас адам. Бірақ сіз өмір сүйсеніз және  сосын не болады, сіздің балаларыныздын, немерелердің, достардың және жақын туыстардың тағдыры қалай болатыны сізге бәрібір болмаса, сізде ұзақ және толымды өмір сүруге мүмкіндік бар..Өйткені ұзақ өмір сүруге талпыныстын өзі адамды мықты және шыдамды етіп жасайды, және ен бастысы, саналы және тиімді  болу. Бақытты өмірдің жарыға қайсыларына алдамшы шамшырақ көрінетіндерге қарағанда,өз өміріне разы адамдар  тұмау және онкологи ялық ауруларымен азырақ аурады  
**Екінші ереже:** шығармашылыққа талпыну. Ол сізге өмірге деген қызығушылықты сақтайды. Адам өмірінің әр түрлі кезеңдерінде өмір қызығушылығы ауысады. Егер адамда өз өмірінің қай кезеңінде өзінді толық іске асырмауға әкелсе, ол адамда өмірге қызығушылық жоғалады. Тек шығармашылық пен сүйген ісі өмірге қызығушылық және махабатты сақтауға оған көмектеседі. Қайта шығармашылықта әр түрлі болады (жоғары өнерден үй жанындағы учаскеге дейін), бастысы, ол сізге қуаныш пен бақыт әкелсін және сізді жас болып жасасын. Егер де сіз мақсатты және сізде сүйікті ісініз болса, қайсы сіздің өмірініздің мағынасы болып табылса, онда сіз бақытты адамсыз. Өйткені сіз өзіне лайықты жұмыс тауып және өмірде өз орнынызды таптаныз. Шығармашылық өмірге таусылмасмахаббат және қызығушылық  болады. Ол өмірдегі жағымсыз көріністен аулақ етеді және сіздің өмір жолындағы алуан кедергілерді  жеңуге көмектеседі. Сондықтан өткен өмірмен тұруға болмайды, өйткені ол жиі күйзеліске әкеліп соғады. Келе жатқан қарттық жағдайына адамға қажет өзінің сүйген ісіне, жазып ақталмаған кітапқа  немесе саяжайды көріктендіруге, туыстарға көмегін және т.б. арнау. Бастысы ол осында өзінің өмір мағынасын табу. Ол адамға ұзақ және толық  өмір сүруге көмектеседі.  
**Үшінші ереже: Жақсы дене қалпын сақтаныз** Жалқаулық және әрекетсіздік денсаулық үшін өзінде жасырым қауіп-қатерді әкеледі, себебі гиподинамияның жиі себебі болып табылады. Адамда жасы үлкейген сайын қозғалтқыш белсендігі азаяды. Бұл оның міңез-құлығының өзгеруіне, жаңа дағдылықтын пайда болуымен  байланысты: түскен кейін ұйықтау, күні бойы диванда отыру және теледидар қарау, дене жүктелістен қашу, аз қимылдау және т.б. Гиподинамия артық салмақ пен шылым шегуді қоса атеросклероз дамуын жылдамдатады, жастық аурулар ағымын қиындатады және ол ағзаның ерте қартаюына әкеледі. Егер жастықта дене белсендігінің артуы артық салмағының патогенді әсерін компенсациялау болса, онда жас шамасымен гиподинамия және бұлшық ет жиынның азаю салдарынан жүрек-тамыр аурулары және 2 типті қант диабетінің пайда болуы мүмкін. Ет бұлшық белсендігінің азаюы және ет бұлшықтын атрофиясы инсулинге тұрақтылық себепші болу мүмкін. Керісінше, белсенді жаттығатын спортшыларда инсулинге талшық сезімділігі артады, демек, қанда қант деңгейі төмендейдң. Ол көмірсу алмасуға және атеросклероз ағымынқалпына келуге себепші болады. Сондықтан, гиподинамияның тұтқынында болуға қаламасаныз, өз өмір салтын өзгертініз, белсенді адам болыныз. Алдымен өз туралы ойды өзгертініз. Сіз мықты және қайратты екенінізді елестетініз. Өзінді жас болғандай сезініз: биленіз, ән айтыныз, достармен кездесініз, саяхатқа барыныз, тәңертенге дейін қыдырыныз, диван және теледидардан бас тартыныз, жаяу көбірек жүрініз. Егер сізде тренажер залына баруға мүмкіндігініз болмаса, онда сіз оны таза ауада серуенге, үй жанындағы учаскедегі жұмысқа, би немесе велосипедте жүруге айырбастай аласыз. Келе келе дене жүктелісті арттырыныз: лифттен бас тартыныз, баспалдақ арқылы жоғарыға көтерілініз, мүмкіндік бойынша қоғамдық транспортпен азырақ пайдаланыныз. Белсенді демалыс – депрессия және гиподинамиядан панацесы. Әдемі дене әр қашан өзекті, бұл тек  диетада отырған және жаттығатын әйелдерге ғана емес, және де өзінің сыра іштерімен еркектерге қатысты.  
**Төртінші ереже:**Салауатты өмір салтын жүргізуге және зиян дағдылықтан бас тартуға күшті табыныз. Адам ағзасына алкогольдің және шылым шегудің әсері туралы талай белгілі. Әр бір парасатты адамға белгілі алкоголь мен шылым шегу қиянаты кезде ұзақ  және дені сау өмір сұру мүмкін емес. Сондықтан зиян дағдылықтын қауіптілігін  сезіну керек және салауатты өмір салтына өту. Жана өмірді бастауға ешқашан да кеш емес. Егер сіз өз ағзанызды көп жеумен, маскүнімдікпен және шылым шегумен әбден жойсаныз, сізде бәрібір бәрін жақсы жаққа өзгертуге мүмкіндігініз бар.  
**Бесінші ереже:**Өз қөректіңізді  бақылауға үйренiңiз және салмағыңызды бір қалыпты сақтаңыз.  
Өз қөректіңізді дұрыс бақылау үшін, адамға  қалыпты тағамдық мiнез-құлығының басты ережесін сақтау қажет: белгіле уақыта және белгiлi орында(үй, жұмыста, асханада)тамақ ішеуге. Өз қөрктіңізді дұрыс бақылау үшін, адамға  қалыпты тағамдық мiнез-құлығының басты ережесін сақтау қажет: белгіле уақыта және белгiлi орында(үй, жұмыста, асханада)тамақ ішеуге.  Достар компаниясында  дәмханаларда, жеңiл асханада  кездейсоқ тамақ қабылдаудаудан аулақ болу. Сонымен қатар,патологиялық  әдеттен,әсiресе әйел жынысының тамаша өкiлдер үшiн  тән эмоционалды кернеуді тамақ   ішуден аулақ болу.Аштықтық сезiмiн жаман көңілден ажыратуға үйренiңiз және  тамақ ішу көмегімен көніл күйін көтеру әдеттен және тек қана аш болғанда тамақ ішуден  бас тартыңыз. Өз салмақты бақылау қажет және дене жаттығұлар көмегімен, жоғары көмірсутек өнімдерді шектеу арқылы оны сақтау қажет. Өз артық салмақты анықтау үшін, Сiздің нақты салмағыңызды және идеалды салмақ арасындағы айырмашылықты бойыңызға және дене бітіміне сәйкес есептеу қажет. Ең белгілі Броктiң формуласы оған сәйкес килограмдағы дененің идеалды салмағы бойының сантиметрге тең минус 100. Мысалы, Бойы 160 см болса, онда, Сiздiң қалыпты салмағыңыз 60кг тең болу қажет 60 кг (160-100=60). Егер  Сiздiң нақты салмағыңыз 90 кг болса, онда артық салмағы 30 кг тең  болады   (90-60=30). Дәрiгерлердiң арасында бұрыннан таратылған сөлемше белгіле: «Барлық ауру артық салмақтан". Шындықта,да  Сіз өз қөректі және тамақтық әдеттерiн бақылаңыз, ұзақ өмір сұру және жастық шақты сақтауында өз ағзасына көмектесуге қаншылықты дайынсыз ойланыңыз. Ал бiз  Сiзге зор денсаулыққа және әсем жастық шаққа сабырлықты және ерік күшін тiлеймiз.

**ДТІЖО Н.А. Нурмаганбетов** өз сөзінде мектебімізде зорлық-зомбылық пен құқық бұзушылыққа жол берілмеу керектігі жөнінде айтып, тәртіпті, тәрбиелі және ең мықты мектеп болатынын айтты. Тәртіп пен талап бар жерде тәрбиемізде жақсы жолға түседі деп кәміл сенемін деп, бүгінгі жиыннан үлкен ой түйген деген үміттеміз-деп кездесуді қорытындылай отырып, оқушыларға жаман істерден сақ болуын айтты.

**Жиналыс төрағасы, ДТІЖО: Н. Нурмаганбетов**

**Ұйымдастырушы педагог, хатшы: С. Таубаев**