

СУЛТАНБЕКОВА ЖАНАР КАНАТБЕКОВНА
Қарағанды қаласы "№8 жалпы білім беретін мектебі"
Қазақ тілі мен әдебиеті пәнінің мұғалімі

Сабақтың тақырыбы: Бағдаршам

Сабақтың мақсаттары:

Білімділік: Оқылым, тыңдалым, айтылым, жазылым әрекеттерін жүйелі түрде қолданып, тілдесім әрекетіне жетелеуді жалғастыру. Оқушыларға сапалы білім беруді жалғастыру. **Дамытушылық:** Байланыстырып сөйлеу дағдыларын дамыту. Сөздік қорын байыту. **Тәрбиелік:** Оқушыларды сыпайылыққа, қонақта тәртіп сақтауға баулу.

Сабақтың типі: жаңа сабақ.

Сабақтың әдісі: жаңа сөздер, суреттер көрсетіп әңгімелесу, сұрақ-жауап, түсіндіру.

Сабақтың көрнекілігі: жаңа сөздер, суреттер, тақта, кітап.

Сабақтың барысы:

Ұйымдастыру кезеңі.

Жаңа сабаққа дайындау: *1-тапсырма, 111-бет. Мәтінді оқы.

Біз Алматы қаласында тұрамыз. Алматы – үлкен қала. Көшелері кең. Қалада алаңдар, ескерткіштер, кинотеатрлар, саябақтар бар. Біз қаламызды жақсы көреміз.

5. Жаңа сабақ: Бағдаршам.

6. Жаңа сабақты түсіндіру:

Жаңа сөздер:

Қала, үлкен, көше.

Дәптерлеріне күні, тақырыбын жаздырту.

2-тапсырма, 111-бет. Сөздерді орыс тіліне аударыңдар.

Алаң, ескерткіш, көше, саябақ, тұрамыз, бар, көреміз, оқимыз, жазамыз.

3-тапсырма, 111-бет. Жазбаша орындап, орыс тіліне ауызша аудар.

Керекті сөздер: бар, қала, кең, таза, әдемі.

Алматы – үлкен Қалада көшелер, мектептер, алаңдар, театрлар

Қаланың көшелері ..., .. Алматы - ... қала.

4-тапсырма, 111-бет. Жұмбақты оқып, шешуін тап.

Жұмбақ.

Қызылы тұр дейді,

Сарысы күт дейді,

Жасылы жүр дейді.

Ол не? /бағдаршам/.

Сергіту сәті:

Орнымыздан тұрайық,
Қолымызды созайық.
Бір отырып, бір тұрып,
Бір отырып, бір тұрып,
Демімізді алайық.

8. Сабақты қорытындылау:

5-тапсырма, 111-бет. Көмекші есімдерден сөз тіркесін құра.

Үстінде, ішінде, жанында, алдында, артында, астында.

Үйге тапсырма: 6-тапсырма, 112-бет. Жұмбақты оқып, шешуін тап және жаттап ал.

Жұмбақ.

Үш көзі бар қаз-қатар,

Кезек-кезек ашады.

Үшеуінен байқасаң,

Үш түсті нұр шашады. /бағдаршам/.

Оқушылардың білімін бағалау.

Инклюзивті оқытудың ерекшеліктері

МАУИНА ЗАМЗАГУЛ БАТКУЛОВНА Қарағанды қаласы "№8 жалпы білім беретін мектебі" КММ Бастауыш сынып мұғалімі

Инклюзивті білім берудің негізгі мақсаты – даму мүмкіндігі шектеулі балаларды қалыпты балалармен бірге оқыту, білім беру.

Әрбір бала, мүмкіндігінше қажетті деңгейде білім алуы тиіс. Бұл арнайы қажеттілігі бар балалар үшін мектептерде, мекемелерде жағдай туғызып, оларды жалпы білім беру жүйесіне қосу. Әлемдік педагогикалық қауымдастық үшін 1994 жылы Испанияның Саламан қаласында ЮНЕСКО ұйымдастырумен өткізілген ерекше қажеттіліктері бар адамдарға білім беру бойынша Бүкіләлемдік конференция айқын оқиға болды. Педагогикаға «инклюзивті білім беру» термині енгізілді, инклюзивті білім берудің негізгі принциптері жарияланды. Мүмкіндігі шектеулі балаларға білім беру маңызды саланың қалыптасуы, көп жағдайда әрбір нақты елдің дәстүрлері мен деңгейіне тәуелді болады. Инклюзивті тұғыр балалардың алуан түрлі білім алу қажеттіліктерін түсінуді және осы қажеттіліктерге сәйкес, балаларды білім беру үдерісіне аса толық қатыстыру, қоғамдастықты баулу, білім берудегі дискриминация мен сегрегацияны жою арқылы қызмет ұсынуды қамтиды. Инклюзивті оқыту негізінде балалардың қандай да бір дискриминациясын жоққа шығару, барлық адамдарға деген теңдік қатынасты қамтамасыз ету. Оқытудың ерекше қажеттілігі бар балаларға арнайы жағдай қалыптастыру идеологиясы жатыр. Инклюзивті бағыт мұндай балаларды оқуда жетістікке жетуге ықпал етіп, жақсы өмір сүру мүмкіншілігін қалыптастырады.

Инклюзивті оқыту – оқушылардың тең құқығын анықтайды және ұжым іс – әрекетіне қатысуға мүмкіндік береді.

Инклюзивті оқытудың негізгі принциптері:

- Адам құндылығы оның мүмкіндігіне қарай қабілеттілігімен, жеткен жетістіктерімен анықталады.
- Әрбір адам сезуге және ойлауға қабілетті.
- Әрбір адам қарым – қатынасқа құқылы.
- Барлық адам бір – біріне қажет.
- Білім шынайы қарым – қатынас шеңберінде жүзеге асады.
- Барлық адамдар құрбы – құрдастарының қолдауы мен достығын қажет етеді.
- Әрбір оқушы үшін жетістікке жету – өзінің мүмкіндігіне қарай орындай алатын әрекетін жүзеге асыру.

--Жан – жақтылық адам өмірінің даму аясын кеңейтеді.

Инклюзивті білім беретін мектептерде білім мазмұны үш түрлі бағдарлама бойынша жүргізіледі:

- жалпы мектептерге арналған типтік оқу бағдарламалары
- мүмкіндігі шектеулі балалардың ақаулық типтеріне сәйкес арнаулы білім беру бағытындағы оқу бағдарламалары
- мүмкіндігі шектеулі балалардың психофизикалық ерекшеліктерін есепке ала отырып әзірленетін оқытудың жеке бағдарламасы

Осы тұста балаларды оқытудың келесідей түрлерін ажыратуға болады:

1. Үйде оқыту
2. Стационар
3. Кері инклюзиядан түзеу балабақшасында оқыту
4. Коррекциялық балабақшада оқыту
5. Ішінара инклюзия
6. Толық инклюзия

Бүкіл елде кең тараған инклюзивті білім берудің өз артықшылығымен қоса кемшілігі де бар. Инклюзивті білім берудің бірқатар кемшіліктері:

1. Оқу құрамы тарапынан оқушының білімін объективті бағалау (көбінесе оны асыра бағалау) әрдайым бола бермейді, өйткені оның денсаулығына байланысты оған мейірімділік танытады;
2. Білім берудің инклюзивті түріне мұқтаж азаматтар үшін жеткілікті ақпарат көлемінің болмауы;
3. Білім берудің инклюзивті нысанын қажет ететін адамдарды қолдау үшін тиісті білімі бар білікті кадрлардың (тәлімгерлер, мұғалімдер, әлеуметтік педагогтар, логопедтер, дефектологтар, психологтар) болмауы;

Инклюзивті білім берудің тәсілдерін меңгеру отбасы үшін де пайдалы. Инклюзивті білім беру – бұл барлық бала өздерінің физикалық, ақыл – ой, интеллектуалды және басқа ерекшеліктеріне қарамастан, жалпы білім беру жүйесіне енгізілген және мүмкіндігі шектеусіз құрдастарымен бірге оқытылатын оқыту және тәрбиелеу процесі.

ҚР «Білім туралы» заңында инклюзивті білім беру ерекше білім беру қажеттіліктері мен жеке – дара мүмкіндіктерін ескере отырып, барлық білім алушылар үшін білім алуға тең қолжетімділікті қамтамасыз ететін процесс екені көрсетілген. Осы орайда мен өз сыныбымдағы Сәулебек Нұрбарыс атты оқушым туралы айта кеткім келеді.

2022-2023 оқу жылында 1-сыныпта сыныбыма Сәулебек Нұрбарыс деген оқушы келді. ПМПК қорытындысы бойынша жеңіл ақыл-ой кемістігі.

Сәулебек Нұрбарыс сабақта тынымсыз, зейіні тұрақсыз, бастаған ісін аяғына дейін жеткізбейді. Тапсырмаларды бірнеше рет қайталауды және ересектің тұрақты бақылауына мұқтаж.

Мұғалімнің нұсқаулықтарын бірден емес, баяу қабылдайды.

Артта қалушылық бар, тапсырманы бірден орындамайды. Ынтамен жұмыс істемейді, берілген тапсырмаларды қатемен орындайды, сабақ барысын қадағаламайды, көп алаңдайды. Жеткілікті деңгейде зерек емес: қарапайым тапсырмалар мен сұрақтарға жауап беруге қиналады. Оқу үшін білік пен дағды, қоршаған орта туралы білім көлемі жеткіліксіз. Көру арқылы ақпаратты қабылдаудағы қиындықтар: суреттен қажетті белгілерді бірден көрмейді, дәптердің, жазулардың, оқулықтың кеңістігінде нашар бағдарланады. Сөйлеу тілі анық емес. Дыбыс айтудың қиындықтары бар. Эмоционалық «көңіл түсуі»: жеңіл долдана қалады, қозу мен ашудан бірден жылау мен ренішке көшеді. Жазуы нашар, қисық, түсініксіз. Нұрбарыспен оқу жылы басынан жеке жұмыс түрлері мен түсіндірме жұмыс түрлері жүргізіліп келеді.

2023-2024 оқу жылында Сәулебек Нұрбарыстың 1-сыныппен салыстырғанда оқуға аздап қызығушылығы артты. Сабақта тыныш отыра бастады, бастаған ісін аяғына дейін жеткізуге тырысады. Тапсырмаларды бірнеше рет қайталауды және ересектің тұрақты бақылауына мұқтаж. Мұғалімнің нұсқаулықтарын қабылдауға тырысады. Артта қалушылық бар, тапсырманы дұрыс орындауға тырысады, қатемен орындайды. Қарапайым тапсырмалар мен сұрақтарға жауап беруге тырысады. Оқу үшін білік пен дағды, қоршаған орта туралы білім көлемі жеткіліксіз. Оқу сауаттылығы бойынша жазба жұмыстырын жазуда қиналады. Әріптердегі таниды, буындап оқи алмайды.

Сонымен қорыта айтқанда, инклюзивті оқыту – оқушылардың тең құқығын анықтайды және ұжым іс – әрекетіне қатысуға, адамдармен қарым – қатынасына қажетті қабілеттілікті дамытуға мүмкіндік береді. Инклюзивті оқыту арқылы барлық балалардың мұқтаждықтарын ескеріп, ерекше қажеттіліктері бар балалардың білім алуын қамтамасыз ететін жалпы білім үрдісін дамытуға болады. Мұндай оқыту түрі арнаулы білім беру жүйесінде дәстүрлі түрде қалыптасқан және даму үстіндегі формаларды ығыстырмайды, қайта жақындатады. Инклюзивті бағыт арқылы мүмкіндігі шектеулі балаларды оқуда жетістікке жетуге ықал етіп, жақсы өмір сүру мүмкіншілігін қалыптастырады. Осы бағытты білім беру жүйесіне енгізу арқылы оқушыларды адамгершілікке, ізгілікке, қайырымдылыққа тәрбиелей аламыз. Сонымен қоса, инклюзивті оқыту үрдісі балаларды толеранттылыққа тәрбиелеудің бастауы болмақ.

16.04.2024 ж № Y00022

Биологическая роль энергетических напитков

ИЛАХУНОВА МАЛИНУР КАХИРМАНОВНА
Жетысуская область Панфиловский район
Учреждение «Высший медицинский колледж «Диана»
Учительница биологии

Жизнь человека в современном обществе осложнена множеством проблем, из которых не последнее место занимает шествующая по планете эпидемия коронавируса. Люди, находясь в состоянии перманентного стресса, все чаще прибегают к «спасительному» действию энергетических напитков. Однако до настоящего времени их биологическая роль до конца не выяснена. Ученые расходятся во мнениях о пользе или вреде энергетических напитков (энергетиков) для здоровья человека. Это подтверждает актуальность настоящего исследования. Основными компонентами энергетиков являются кофеин и его синтетический аналог – таурин. Вредное влияние энергетиков на организм в настоящее время признается большинством ученых. Пожалуй, главная опасность – возможность возникновения зависимости к стимулятору. Привыкание к энергетикам кроется в свойствах их основного компонента - кофеина.



Его формула:

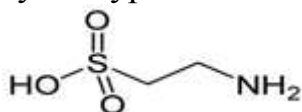
Большие дозы кофеина могут привести к истощению нервных клеток. В больших дозах, например, в количестве, содержащимся в 2-3 баночках энергетика, выпитых в течение короткого времени, кофеин вызывает беспокойство, бессонницу, раздражительность и головные боли. В журнале *Cerebral Cortex* сообщается об исследованиях ученых Базельского университета (2020 г.), посвященных изучению влияния кофеина на серое вещество мозга.

Группа реципиентов принимала таблетки кофеина в течение определенного периода, в конце которого оценивали объем серого вещества с помощью сканирования мозга. У участников контрольной группы объем серого вещества мозга был выше, чем у тех, кто принимал кофеин.

Разница была особенно заметна в правой медиальной височной доле, включая гиппокамп. После десяти дней воздержания от кофе мозговые ткани у реципиентов восстановились. Острое отравление кофеином даёт ранние симптомы анорексии, тремора и спутанность сознания. Сильная интоксикация может вызвать делирий, судороги, наджелудочковую и желудочковые тахикардии, гипокалиемию и гипергликемию.

Хронический приём высоких доз кофеина может привести к нервозности, раздражительности, гневливости, постоянному тремору, мышечным подёргиваниям, бессоннице и гиперрефлексии.

Таурин – синтетический аналог кофеина. Таурин впервые был синтезирован Кольбе путем реакции изотионовокислого калия с пятихлористым фосфором. Естественный таурин получают главным образом из бычьей желчи. В промышленности таурин получают из оксирана, нуклеофильно расщепляя гетероцикл действием гидросульфита натрия. Именно синтетический, более дешевый таурин добавляют в энергетические напитки в огромных количествах. Формула таурина:



Эффекты от приема таурина до конца не известны. Так, включение таурина в состав базисной терапии достоверно увеличивает толерантность к физическим нагрузкам, оказывает позитивное влияние на выраженность диастолической дисфункции, значимо улучшает нарушенную функцию печени; обладает антифибротическим эффектом, достоверно уменьшая содержание коллагена IV типа в крови. Включение таурина в процесс терапии оказывает благоприятное действие на углеводный и липидный обмен: достоверно снижаются уровень глюкозы [1]. Описаны такие эффекты таурина, как снижение уровня холестерина, антиоксидантный, цитопротекция, а также противовоспалительная и антибактериальная активность.

Действие некоторых компонентов, входящих в состав энергетиков, врачами и учеными до конца не изучено. Дозы этих компонентов, попадая в организм с напитком, могут в несколько раз превышать суточные нормы потребности человека. Например, до сих пор доподлинно неизвестно, как действуют на организм повышенные дозы таурина и глюкуронолактона, а ведь содержание последнего только в одной банке энергетика превышает суточную норму почти в 250 раз [2].

Нами изучено содержание главных компонентов энергетиков кофеина, таурина и сахарозы. Метод исследования – газовая хроматография на приборе Кристалл Хром с последующей компьютерной обработкой результатов. Исследованию подвергнуты образцы энергетических напитков Monster и Rockstar, которые, по данным наших социологических опросов, являются наиболее популярными среди студентов нашего вуза. Полученные результаты приведены в таблице.

Таблица

Содержание основных компонентов в энергетических напитках

Компонент	Monster		Rockstar	
	мг/100 мл	В 1 банке энергетика, мг/450 мл	мг/100 мл	В 1 банке энергетика, мг/450 мл
Кофеин, $C_8H_{10}N_4O_2$	31,4	141,3	28,9	130,1
Таурин, $C_2H_7NO_3S$	226,8	1020,6	251,3	1130,9
Сахароза, $C_{12}H_{22}O_{11}$	11562,0	52029,0	12094,8	54426,6

Обнаружено, что содержание кофеина в банке энергетиков не превышает 150 мг, а таурин – от 1020 до 1130 мг. напитки перенасыщены сахаром - свыше 50 г в каждой банке. Таким образом, содержание каждого компонента не превышает допустимой суточной дозы. Однако нельзя не учитывать, что вышеописанные положительные свойства таурина относятся к продукту, полученному из природных биологических источников (бычья желчь ...). Как и любой искусственный аналог, синтетический таурин, используемый в энергетиках, априори не обладает всеми полезными свойствами естественного продукта. Кофеин и другие стимуляторы действуют с таурином синергетически. Такая комбинация компонентов, настоящая «энергетическая смесь», может оказаться вредной для людей с нарушениями в работе сердца или нервной системы. В случаях, когда наблюдаются нарушения в работе сердца, быстрая возбудимость, проблемы со сном, необходимо отказаться от употребления энергетиков.

Не позволяйте энергетическим напиткам превратиться в вашу любимую привычку.

В последнее время появляется все больше доказательств того, что эти напитки могут нанести довольно значительный вред вашему организму. Настоящая работа является одним из таких доказательств.

Список литературы:

1. М.Е. Стаценко, С.В. Туркина, Н.Н. Шилина, А.А. Винникова., А.М. Бондарев: Гепатопротекторные и метаболические свойства таурина при его использовании у пациентов с хронической сердечной недостаточностью и сахарным диабетом 2-го типа// Журнал« РМЖ - КАРДИОЛОГИЯ » № 5, 2015, с. 60-65.
2. Вакула Т.Н., Кремплевская С.П., Энергетические напитки: за или против? журнал Бюллетень медицинских интернет-конференций, Выпуск № 11 / том 2 / 2012, с. 877-878.

16.04.2024 ж № Y00023

ИНФОРМАТИКА – ҚОҒАМНЫҢ АҚПАРАТТЫҚ НЕГІЗІ

МҰХАМЕДИ МӨЛДІР АЛТАЙҚЫЗЫ

Жетісу облысы Панфилов ауданы

«Диана» Жоғары медицина колледжі» мекемесі

Информатика пәнінің оқытушысы

XXI ғасыр – бұл ақпараттық қоғам дәуірі. Қазақстанның тәуелсіз мемлекет ретінде қалыптасуы орта білім беру жүйесінің дамуымен тығыз байланысты.

Қай халықтың, қай ұлттың болсын толығып өсуіне, рухани әрі мәдени дамуына басты ықпал жасайтын тірегі де, түп қазығыда – мектеп.

XXI ғасыр – ақпарат ғасыры болғандықтан адамзатқа компьютерлік сауаттылық қажет. Бүгінгі таңда білім беру мекемелерінде компьютер, интерактивті құралдардың көмегімен оқыту нәтижелерін зерттеудегі ғылыми проблемаларды шешу ең басты орын алады.

XXI ғасырда ақпараттанған қоғам қажеттілігін қанағаттандыру үшін білім беру саласында мынадай міндеттерді шешу көзделіп отыр: компьютерлік техниканы, интернет, компьютерлік желі, электрондық және телекоммуникациялық құралдарды, интерактивті құралдарды, электрондық оқулықтарды оқу үдерісіне тиімді пайдалану арқылы білім сапасын көтеру.

Жаңа ақпараттық технологияны оқу үдерісіне тиімді қолдану-сапалы білім берудің негізгі факторы болып отыр.

Қазіргі қоғамды ақпараттандыру жағдайында оқушының жеке тұлғалығын қарастырып, ақпараттық қоғамда өмір сүруіне, сонымен қатар, оның ақпарат ағымында дұрыс бағдар жасап, тиімді шешім табуына қажет жаңа ақпараттық технологияларды таңдап алу және оларды қолдану қабілеттілігін қалыптастыруда информатика пәнінің маңызы зор.

Қоғамда болып жатқан әлеуметтік демократиялық өзгерістерге сәйкес компьютерлік техника мен ақпараттық технологиялардың қарқынды даму салдарынан информатика курсына оқытуға қойылатын талаптар күн сайын ұлғаюда. Информатиканы оқытуда өзекті мәселелердің бірі – сыныптан тыс жұмыстарды ұйымдастыру болып табылады. Олай дейтін себебіміз студенттердің шығармашылық қызметінің дамуы көбінесе сыныптан тыс жұмыстар барысында жүзеге асады.

XXI ғасыр ақпарат ғасыры болғандықтан мектепте, арнаулы оқу орындарында оқытылатын информатика пәнінің орны ерекше және оны сыныптан тыс жұмыстарды ұйымдастыру барысында жүзеге асады.

Студенттердің информатика пәніне қызығушылығын арттыру, ой-өрісін және танымдық қабілетін дамыту, шығармашылыққа баулу, өз ойын еркін жеткізе білу және өткенді шапшаң еске түсіру дағдыларын қалыптастыру мақсатында сыныптан тыс өткізілетін түрлі шаралардың маңызы зор.

Бүгінгі ақпараттық қоғамда өмір сүруге лайық жан — жақты дамыған жеке тұлғаны қалыптастыру үшін мектепте оқытылатын пәндер бойынша оқушының шығармашылық қабілетін дамытатын әртүрлі сабақтан тыс жұмыстар ұйымдастыру қажет екені белгілі. Осындай жұмыс түрі информатика курсы бойынша жүргізілетін сабақтан тыс жұмыстардың бірі — студенттердің ғылыми-зерттеу жұмысын ұйымдастыру.

Студенттер сайыстарға қатысу барысында қаншама компьютерлік бағдарламалармен жұмыс жасап шынығады. Әсіресе, Move Maker, CorelDraw, Macromedia Flash, FrontPage т.б. Осы компьютерлік бағдарламалармен жұмыс жасау — студенттердің түрліше ойлау, шығармашылық қабілеттерін дамытуда маңызды рөл атқарады. Егер информатикадан ұйымдастырылған ғылыми — зерттеу жұмыстарын өткізу әдістемесі оқу процесіне енгізілсе, қоғамдағы және табиғаттағы процестерді зерттеу элементтері мен ғылыми көзқарасы қалыптасып, информатика пәніне деген қызығушылығы артады. Студенттің оқу мүмкіндігі мен қажеттілігі, оқуға мүдделілігі толық іске асырылуы негізінде тұлғалық даму мүмкіндігі пайда болады. Өзіндік шығармашылық ойлау жүйесі қалыптасып, білім деңгейі жоғарылайды. Студенттердің информатикадан алған теориялық білімдері мен біліктерін тексеру мақсатында — сыныптан тыс жұмыстарды, сайыс сабақтарын көп дайындау керек. Сонда студенттердің информатика пәніне деген қызығушылығы артады, өзіндік шығармашылық ойлау жүйесі қалыптасып, білім деңгейі жоғарылайды.

Біз бейбіт елде, мемлекеттік білімді жетілдіруге аса мән берген елде тұрамыз. Жалпы білім берудің мақсаты — терең білімнің, кәсіби дағдылардың негізінде еркін бағдарлай білуге, өзін — өзі дамытуға адамгершілік тұрғысынан жауапты шешімдерді қабылдауға қабілетті жеке тұлғаны қалыптастыру, яғни жеке тұлғаны қалыптастыруға негізделген, ақпаратты технологияны терең меңгерген, жылдам өзгеріп жататын бүгінгі заманға лайықты, жаңашыл тұлғаны қалыптастыру. Тағы айта кететін жағдай, осы Мемлекеттік Бағдарламаның бір бағыты: E-learning — электронды оқыту жүйесінің қазақстандық білім жүйесіне енуі. Олай болса білім орындарында информатика пәні — ақпараттық қоғам негізі деп айтуға болады.

МАЗМҰНЫ

- **СУЛТАНБЕКОВА ЖАНАР КАНАТБЕКОВНА**
- **МАУИНА ЗАМЗАГУЛ БАТКУЛОВНА**
- **ИЛАХУНОВА МАЛИНУР КАХИРМАНОВНА**
- **МҰХАМЕДИ МӨЛДІР АЛТАЙҚЫЗЫ**