

**Мурзаев М.С.**  
*Ведущий научный сотрудник лаборатории  
 профессионального образования и педагогики КАО,  
 к. псих. н., доцент*

## БИЛИМ БЕРҮҮ СИСТЕМАСЫНДА ЖАШ МУУНДАРДЫ ДЕН СОЛУКТУ САКТООГО ЖАНА ЧЫҢДООГО СОЦИАЛДАШТЫРУУ МАСЕЛЕЛЕРИ

### ВОПРОСЫ СОЦИАЛИЗАЦИИ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ К СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ

**Murzaev M.S.**

### THE ISSUES OF SOCIALIZATION OF THE YOUNG GENERATION FOR THE PRESERVATION AND STRENGTHENING OF HEALTH IN THE EDUCATION SYSTEM

**Аннотация:** Макалада социалдаштыруунун маани-мазмуну, аны ишке ашыруудагы социалдык салттардын (институттардын, каражаттардын, агенттердин ж.б.) улуттук өзгөчөлүктөрү, инсандын багыты жана анын социалдаштырууну ишке ашыруудагы орду ачып берилип, улуттук генофонду сактоодо жаш муундарды ден соолугун сактоого жана чыңдоого социалдаштыруу маселелери каралып, ден соолукту сактоо жана чыңдоо зарылдыктары ачыкталып, проблеманын актуалдуулугу негизделген. Улуттук генофонду сактоодогу билим берүү системасынын ролу, мүмкүнчүлүгү ачып көрсөтүлгөн жана окуучулардын ден соолугун сактоо жана чыңдоо багытында жүргүзүлүүчү иштер, алардын өзгөчөлүктөрү ачып берилген.

**Аннотация:** В статье рассматриваются проблемы сохранения и укрепления генофонда нации, сущность социализации, традиции социализации, актуальные проблемы и национальные особенности социализации (институтов, средств и агентов социализации) личности по укреплению своего здоровья подрастающего поколения, направленность личности и ее роль в социализации, а также роль и возможности системы образования в сохранения и укрепления генофонда нации, основные проблемы и особенности сбережения и укрепления здоровья подрастающего поколения в системе образования.

**Abstract:** This article focuses on issues such as meaning and context of socialization and national properties of its practice on social traditions (institutes, equipments, agent etc.), man's direction and his role in his socialization process is discovered, the socialization matters of protection and development of national gene pool and the healthcare of young generation is studied, caring and improvement of healthcare is defined and the actuality of the problem is clarified. The role and potential of educational system in conserving the national gene pool is investigated and the works towards caring and improvement of students' healthcare and their properties are studied and clarified.

**Түйүндүү түшүнүктөр:** глобалдашуу, инсанды социалдаштыруу, социалдаштыруу институттары, социалдаштыруунун салттары, инсандын багыты, билим берүү системасы, генофонд, жаш муундардын ден соолугун сактоо жана чыңдоо, мугалим, окуучулар, окуу жүктөмдөрү, режим, стресстик абал.

**Ключевые слова:** глобализация, социализация личности, институты социализации, традиции социализации, направленность личности, система образования, генофонд, сохранения и укрепления здоровье подрастающего поколения, учитель, учащиеся, учебные нагрузки, режим, стрессовое состояние.

**Key words:** globalization, socialization of the individual, the institutions of socialization, socialization of tradition, orientation of the person, the education system, gene pool preservation and health strengthening the younger generation of teachers, teacher, students, teaching hours, regime, mode stress.

Инсандын калыптануусу жана өнүгүүсү социалдаштыруу (социалдашуу) процесси аркылуу ишке ашат.

Социалдаштыруу процесси бир жагынан коомдун адамга таасир этүүсү, экинчи жагынан адамдын коомго таасир этүүсүнүн биримдигинде ишке ашуучу процесс болгондуктан, социалдаштыруу процессинде индивид (пенде) коомдук турмуштун продуктусуна - инсанга айланат.

Социалдаштыруу процессинин ишке ашуусу коом менен адамдын ар тараптуу карым-катышы, өз ара таасир этүүлөрү аркылуу түшүнүлөт.

Социалдаштырууга Д.В. Мардахаев төмөнкүдөй аныктама берет: адамдын өнүгүшү, инсандын калыптануусу, анын аң сезиминин (тилдин, коомго, социалдык жалпылыкка же топко мүнөздүү социалдык дөөлөттөрдүн, маданияттын негизинде) калыптанышы, социалдык ролдорду жана

жүрүм-турум тажрыйбаларын (социалдык нормаларды, установкакаларды, жүрүм-турум үлгүлөрүн) өздөштүрүүсү, бааралашуунун стилдерин үйрөнүүсү жана аларды өзүнүн жаш курагына, социалдык шартка жараша колдоно билүүсү [3.22]. башкача айтканда, адам коомдо ээлеген социалдык ролун аткаруу үчүн зарыл болгон интеллектуалдык, социалдык жана физикалык кондүмдөргө, адаттарга ээ болушу десек туура болот.

Социалдашуу социалдык институттарда жана агенттердин таасиринде жүрүүчү процесс.

Социалдашуунун институттары деп инсанды коомдук нормаларга жана дөөлөттөргө жеткирген коомдук уюмдарды, коллективдерди, мекемелерди, адамдарды ж.б. жана социалдык тажрыйбаларды адамга *жеткирип берүүчү* адамдар тобун атайбыз.

Социалдашуу институттары: *үй-бүлө, бала бакча, мектеп, кесиптик орто жана жогорку окуу жайлар, айыл өкмөтү, акимят, айрым мамлекеттик мекемелер жана уюмдар, коомдук уюмдар, массалык маалымат каражаттары, адамдар тобу, адам* ж.б. Алардын ар бири түзүмдүк жана мазмундук жагынан өз өзгөчөлүктөрүнө ээ. Ар бир эл тарыхый өнүгүүсүндө өзүнө мүнөздүү социалдашуу институттарынын жалпы эле социалдаштыруу салттарынын өзгөчөлүктөрүн жараткан.

Башка этностор сыяктуу эле кыргыз эли да өзүнүн тарыхый өнүгүүсүндө жаш муундарды социалдаштыруу салтын жараткан.

Социалдашуу салттары – тарыхый өнүгүүдө эл тарабынан жаратылган жана эл сынынан өткөрүлгөн, элдик каада-салттардын, үрп-адаттардын, ырым-жырымдардын, ишенимдердин, стереотиптердин, социалдык установкакалардын ж.б. таасир этүүлөрү аркылуу социалдык нормалар, жүрүм-турум эрежелер менен социалдык күтүүлөрдү балдардын өздөштүрүүсү аркылуу, аларды коомдун мүчөсү, өз элинин өкүлү жана инсан катары жетилтүү системасы.

С.М. Абрамзондун пикири боюнча, байыркы мезгилден бери эле кыргыздарда материалдык жана рухий маданият өнүгүп келген жана анда социалдашуунун салттары да камтылган. Алсак, алар бешик жана бешик ырлары, оюнчуктар жана оюнду коштоочу ырлар, жаш балдардын кийими, балдардын эмгек куралдары, балдар эмгеги, балдар тамагы жана алардын тамактануу эрежелери, балдар фольклору жана балдардын (жаштар) майрамдары, жаш эненин насааттары жана ата-бабалардын насыяты, өспүрүмдөрдүн спорттук оюндары, өсүп келе жаткан жаш муундарды турмушка даярдоодогу элдик көз караштардын жыйындысы ж. б. [1.172].

Азыркы кездеги глобалдашуу жана маалымат

технологиясынын өнүгүү процесстери, илим менен техниканын эбегейсиз өнүгүшү, экологиялык бузулуулар жана техногендик кыйроолор адам экологиясынын бузулуусуна алып келип ар түрдүү оруулардын (семирүү, онкологиялык шишиктер, бездин иштешинин бузулушу ж.б.у.с.) көбөйүшүнө алып келүүдө.

Жалпылап айтканда, азыркы учурда адамдардын ден соолугунун кандай болушуна биологиялык, химиялык, эологиялык, социалдык, психологиялык ж.б. факторлор өз таасирин өтө күчтүү тийгизип жатат. Коомдогу мына ушундай абал элибиздин генофондуна коркунуч жаратып, улуттук генофондду жакшыртуу жана сактоо маселелерин изилдөөнү актуалдуу кылууда.

Адам табиятынын татаалдыгы, анын денеден жана рухтан турушу, ден соолукту дене жана рух саламатчылыгы деп бөлүп кароону талап кылат. Б.а. адамдын ден соолугу дегенде анын физикалык (денесинин) жана жан дүйнөсүнүн саламатчылыгы көңүлгө тутулат. Ошондон ден соолукту сактоо жана чыңдоо дегенде адамдын организмдин функцияларын нормалдуу аткаруусуна зарыл болгон азык заттарды, шарттарды камсыз кылып, адамдын физикалык (дененин өз функцияларын аткаруусунун бузулушунан) жана жан дүйнөнүн саламатчылыгын сактоону жана чыңдоону түшүнөбүз.

Физикалык (дененин) саламатчылык адамдын кыймыл-аракетине, өздүк гигиенаны сактоосуна, өзүн коопсуз алып жүрүүсүнө, туура тамактануусуна, физикалык (дене-бойдун) жана акыл эмгегин жана эс алуусун туура уюштуруусуна ж.б. жараша болот.

Жан дүйнө (рух) саламатчылыгы деген адамдардын акыл-эсинин, эрктик-эмоциялык абалынын, сезимдеринин, социалдык жүрүм-турумунун саламатчылыгы (туура ойдун, жашоодо туура багыттын болуусу).

Жан дүйнө (рух) саламатчылыгы адамдардын (позитивдүү) ойлоосуна, эмоциялык абалына, өзүнө жана айлана-чөйрөсүнө жасаган мамилесине, адамдар менен ынтымакчылыкта жашоосуна, жашоодо туура жол тандоосуна ж.б. жараша болот.

Элибиздин ден соолугун сактоодо жана чыңдоодо элибиздин эртеңкиси болушкан өсүп келе жаткан жаш муундарды ден соолугун сактоо жана чыңдоо ишин жакшы жолго коюу, алардын ушул багыттагы маданиятын (адаттарын, көндүмдөрүн жана билгичтиктерин) калыптандыруунун мааниси чоң. Анткени элибиздин генофондун сактоо үчүн дени сак муунду калыптандыруубуз зарыл. Жаш муундарга ден соолукту сактоо жана чыңдоо багытында тарбия берүү алардын рухий дүйнөсүн өнүктүрүүнүн бир булагы болуп саналат жана дени сак муун гана

мекенди коргоого жөндөмдүү болуп, өлкөбүздүн бакубаттуулугун арттырат жана элдин рухунун күчтүү болушуна, атуулдук жоопкерчиликтин жогорулашына алып келет.

Генофондго коркунуч жаралган шартта жаш муундарды генофондду сактоого-ден соолукту сактоого жана чындоого социалдаштыруу дегенде аларды өз ден соолугун ойлогон, саламатчылыгына кам көргөн, ден соолукту сактоону жана чындоону негизги баалуулук деп эсептеген инсан катары калыптандыруу болуп саналат. Б.а., жаш муундардыден соолугун сактоого жана чындоого социалдаштыруу - өсүп келе жаткан жаш муундардын максаты, жүрүм-туруму, баалуулуктары жана умтулуулары өз ден соолугун сактоого жана чындоого багытталган болушун жана ден соолукту сактоого жана чындоого байланыштуу билимдерди, көндүмдөрдү жана билгичтиктерди өз жүрүм-турумунда колдонуу адаттарын, көндүмдөрүн калыптандыруу болуп саналат.

Элибиздин генофондун сактоо үчүн эң биринчи кезекте элдин ден соолугун сактоо жана чындоо маданиятын калыптандыруу жана өстүрүү зарыл. Улуттун генофондун сактоо көп багыттуу, көп тармактуу татаал процесс болуп, анын бир аспекти элдин ден соолугун сактоо жана чындоо болуп эсептелинет. Бул багытта ар тараптуу иштерди жүргүзүү гана көздөгөн максатка жеткирет. Алсак, билим берүү, спорт, медицина ж.б. тармактарда бирдиктүү иш аракеттерди жүргүзүүнүн натыйжасында гана элибиздин генофондун сактоого (элдин ден соолугун сактоого жана чындоого) жана жакшыртууга жетишүүгө болот.

А.Н. Леонтьев инсандын калыптануусун мотивациянын өнүгүшү менен түшүндүргөн, б.а., мотивациянын өнүгүшү инсандын өнүгүшүнө алып келерин белгилеген [2].

Ар бир адамды кайсы бир багытта аракет жасоого алып келүү үчүн анда мотивация жаратуу зарыл. Биздин пикирибизче, жаш муундардыден соолугун сактоого жана чындоого социалдаштыруу үчүн алгач алардын ушул багыттагы мотивациясын калыптандыруунун мааниси чоң. Инсанды кандайдыр бир кыймыл аракетти жасоого, иш аракет кылууга, белгилүү жүрүм-турумдарды жасоого алып келген мотивацияны: кызыгуу максат, ишеним, муктаждык, көз караш, идеал, асылдык дөөлөттөр, үмүт тилек, сезимдер, умтулуулар, стереотип ж.б. түзөт[4]. Ошондуктан элибиздин генофондун жакшыртуу үчүн жаш муундарда өз ден соолугун сактоо жана чындоо мотивин калыптандыруу аркылуу гана, аларда ушул багыттагы билимдерге, көндүмдөргө жана билгичтиктерге ээ кылууга, өз ден соолугуна кам көрүү адаттарын, стереотиптерин, установкакаларын калыптандыра алабыз.

Ошондо гана улуттук генофондду жакшыртууга жана сактоого жетишип, жаш муундарда ден соолукту сактоого жана чындоого компетенттүү инсан катары калыптандырууга жетише алабыз.

Жаш муундарды ден соолукту сактоого жана чындоого социалдаштыруу үчүн коомдо ден соолукту сактоону чоң баалуулукка айлантуу жана ушул багыттагы иштерди эл арасында системалуу түрдө такай жүргүзүү зарыл.

Ден соолукту сактоого жана узак өмүр сүрүүгө адамдын жашоо образы өтө күчтүү таасир тийгизери, адамдын саламатчылыгынын кандай болушуна башка факторлорго салыштырганда жашоо образ 50%тен ашык өз таасирин тийгизери медициналык адабияттарда белгиленип жүрөт. Адамдын жашоо образы анын тагдырынын кандай болушуна (мазмунуна ж.б.) өтө күчтүү таасир этүүчү фактор болгондуктан элибиздин генофондун сактоодо жаш муундарда ден соолукту сактоо жана чындоо жашоо образын, адаттарын жана маданиятын (билимдерин, көндүмдөрүн жана билгичтиктерин) калыптандыруунун ролу чоң. Ошондуктан жашоо образ мектептен калыптандыруу максатка ылайыктуу болуп, мугалимдердин милдети. биринчи кезекте окуучуларда өз ден соолугун сактоого багытталган жашоо образды калыптандыруу багытында иштерди жүргүзүү зарыл болуп саналат. Андай иштерге төмөнкүлөр кирет: такай жер-жерлерде, мекемелерде, ишканаларда, мектептерде жана окуу жайларда физкультуралык жана спорттук оюндарды ойноону салтка айлантуу, тамеки тартуу, ичкилик ичүү, бангилик сыяктуу терс көрүнүштөрдү жоюу, туристтик жүрүштөрдү жана эс алууларды уюштуруу ж.б. эл ичинде ден соолукту чындоо жана сактоо багыттагы жашоо образдын үстөм болушун камсыз кылат.

Кыргыз элинин генофондун сактоо багытындагы иштерди жүргүзүүдө билим берүү тутумунун (бала бакча, мектеп, кесиптик лицей, колледж, ЖОЖ ж.б.) мүмкүнчүлүгү өтө чоң болуп, билим берүү системасында өсүп келе жаткан жаш муундардын басымдуу бөлүгүнүн билим жана тарбия алышы жаш муундар арасында улуттук генофондду сактоо багытындагы иштерди системалуу түрдө жүргүзүүгө ыңгайлуу болуп саналат.

Билим берүү тутумунда системалуу түрдө ден соолукту сактоо жана чындоо багытында бир нече жылдап такай иш жүргүзүү гана жаш муундарда өз ден соолугун сактоо жана чындоо баалуулугун калыптандырып, элибиздин генофондун сактоого жана жакшыртууга мүмкүнчүлүк түзүлөт.

Билим берүү системасында жаш муундардын ден соолугун сактоо жана чындоо үчүн

мугалимдер, тарбиячылар окуучуларга туура дем алуудан тартып, күнүмдүк режимди туура түзүү жана уюштуруу, акыл эмгегинин гигиенасын сактоого, туура тамактанууга ж.б. жаш муундарга үйрөтүү аркылуу улуттук генофонду сактоого социалдаштырууну ишке ашыра алышат. Бул жерде болочок педагогдорду студенттик кезден өзүнүн жана окуучулардын ден соолугун сактоо жана чыңдоо багытындагы билимдерге, көндүмдөргө, билгичтиктерге жана баалуулуктарга ээ кылуу жана тийиштүү көндүмдөрдү калыптандыруу зарылдыгы келип чыгат.

Окуучулардын саламатчылыгын сактоо татаал процесс болуп, ал окуу жана тарбия процесстерин туура уюштурууга, туура дем алуудан тартып, күнүмдүк режимди туура түзүү, акыл эмгегинин гигиенасын туура уюштуруу, туура тамактануу ж.б. жараша болот. Мектептеги бүт таасирлердин баары ( мектептин материалдык-техникалык базасы, мугалимдер курамы, алардын коллективиндеги психологиялык маанай, балдардын өз ара мамилелешүү адаттары ж.б.) окуучулардын ден соолугуна өз таасирин тийгизет. Азыркы учурда билим берүүнүн интенсивдүү түрдө жүрүшү, окуу жүктөмдөрүнүн көптүгү, окуу программаларынын татаалдыгы окуучуларга стресстик таасир этүүсүн күчөтүп, алардын ден соолугуна терс таасирин тийгизет. Класста окуучулардын санынын көп болушу, окутуунун интенсивдешүүсү, кошумча сабактардын, жалпы эле окуу жүктөмдөрүнүн көбөйүшү окуучулар үчүн стресстик абалды жаратып, окуучулардын нервдик-психикалык саламатчылыгынын бузулушуна алып келет. Ошондой эле коомдогу социалдык процесстер (акча тартыштыгы, жумушсуздук, саясий-экономикалык колкулуктар ж.б.) жаш муундарга стресстик таасиринин күчөшү окуучулардын ден соолугунун бузулушуна алып келет.

Адамдын ден соолугунун кандай болушуна, анын эмоционалдык абалы өтө чоң таасирин тийгизет. Окуу жылы ичинде окуучулардын окуу тапшырмаларын аткарам деп жүрүп, узак убакыт бою окуучунун такай эмоционалдык абалынын чыңалуу (напряжение) абалында жүрүшү, анын ден соолугуна зыян келтирет. Алсак, окуу процессинде окуучунун чыр-чатактарга, стресстерге көп дуушар болушу анын ден соолугуна терс таасирин тийгизип, окуу ишмердигин ийгиликтүү аткаруусуна ар кандай нервдик-психикалык бузулууларга (срывдарга) алып келет. Окуу планынын туура түзүлүшү эле окуучулардын стресстик абалын азайтып ден соолугун чыңайт. Окуучулардын мектепте аз кыймылдап окуу жумуштарын аткарууда көбүрөөк стулда, партада олтуруусу, алардын организмдеги физиологиялык процесстердин бузулушуна алып

келип, ар кандай орууларды жаратат. Натыйжада окуучулар тез чарчашып, окуу тапшырмаларын өздөштүрүүсү начарлап, айланасындагы адамдар менен болгон мамилеси бузулат. Ошондуктан жаш муундардын ден соолугун сактоо жана чыңдоо багытында иш жүргүзүүдө сабакта кыймылдуу оюндарды колдонуу боюнча атайын программалардын түзүлүшү зарыл.

Азыркы учурда жаш муундарды туура тамактанууга үйрөтүү зарыл иштердин бири. Анткени гендик модификацияланган азык-түлүктөр жана анын түрлөрү көбөйүп жаткандыктан жана модификацияланган тамак-аш азыктары арзан болуп сапатсыз азыктар өтө көбөйгөндүктөн, окуучуларга тамак-аш азыктарын тандоону, колго тийген тамактарды пайдалануунун туура эместигин, ашыкча тамактануу ден соолук үчүн опурталдуулугун, ар кандай оруулардын себептерине айланып каларын бала кезден үйрөтүү зарылчылыгы пайда болууда. Азыркы кезде жаш балдар ашыкча көп жана энергиялуу азыктар менен туура эмес тамактануудан улам адамдын без системасынын бузулуусуна байланыштуу оруулар менен ооругандардын саны көбөйүүдө. Натыйжада жаштар арасында кант диабети, ашказандын жана 12 эли ичегинин ар кандай (язва, шишик ж.б.) орууларынын саны өсүүдө. Ошондуктан жаш муундарда сапаттуу тамактарды пайдалануу, ден соолук үчүн зыян келбегидей туура тамактануу маданиятын калыптандыруу зарыл жана бул ишти мектеп шартында ишке ашыруу максатка ылайыктуу болуп саналат.

Жаш муундарды ден соолукту сактоого жана чыңдоого тарбиялоодо элибиз көп кылымдар аралыгында жараткан социалдаштыруу салтын мектептерде ж.б. пайдалануунун мааниси чоң. Алсак, балдарды тамактандыруу өзгөчөлүктөргө ээ болуп, балдарга ашыкча көп жана майлуу, өтө күчтүү тамактарды бербөө салты, ал эми чоң кишилерге майлуу жана күчтүү тамактарды берүү салты калыптанган. М: Жаш балдар арасында канти диабет оруусунун көбөйүшү ж.б.

Ошондуктан медицинанын жетишкендиктерине таянып, окуучуларда туура тамактануу маданиятын өстүрүү, майлуу тамактарды аз колдонуу, режим менен тамактануу маданиятын калыптандыруу керек. Ошондо гана жаш муундарда ден соолукту сактоо жана чыңдоо көндүмдөрүн калыптандыруу аркылуу улутубуздун генофондун сакталышына жетише алабыз.

Педагог окуу процессинде окуучулар менен тыгыз байланышта болгондуктан, эң биринчи кезекте мугалимдер окуучуларды такай ден соолугун сактоо жана чыңдоо багытында иш-аракеттерди окуучулардын акыл эмгегинин гигиенасын сактоосун, аткартуу мүмкүнчүлүгүнө ээ. Мугалим окуучуларга ден соолукка таасир

этүүчү ар бир фактордун оң жана терс таасирлерин чечмелеп терең түшүндүрүп баруу аркылуу окуучуларда ден соолукту сактоо жана чыңдоо жүрүм-турум моделдерин үйрөтүүгө, жашоо образын калыптандырууга жетише алат.

Мугалимдер окуу процессинде, жалпы эле мектеп чөйрөсүндө стрессстик абалдарды азайтуу, окуучулардын акыл эмгегинин гигиенасын сактоосун, социалдык чөйрөгө адаптациялануусун такай көзөмөлдөй алууга жана окуучуларга түздөн-түз жардам көрсөтүү мүмкүнчүлүгүнө ээ. Ошондуктан мугалим окуучулардын ар биринин психологиялык, физиологиялык өзгөчөлүктөрүн билет, алардын ар биринин чарчап-чаалыгуусунун алдын алууга, акыл эмгегинин гигиенасын сактоого түздөн-түз жардам бере алат. Эң башкысы мугалим такай түрдө окуучуларды өз убагында эс алууга үйрөтөт, анын аткарылышын көзөмөлдөп, оңдоп түзөйт ж.б. Мугалим окуучуларын өз ден соолугун сактоого жана чыңдоого болгон мамилесин өзгөртүү багытында тарбиялык иштерди (М: аңгемелешүү, талкуу, ролдук оюндар, эссе жаздыруу ж.б.) жүргүзүп, аларда өз ден соолугун сактоо жана чыңдоо багытында ойлонуу, кам көрүү адаттарына ээ болушуна жетишет. Ушул багытта жүргүзүлгөн иштердин натыйжасында окуучуларда өз ден соолугун сактоо жана чыңдоо жашоодогу негизги дөөлөткө айланат жана аларда өз ден соолугун сактоо жана чыңдоо адаттарын калыптандырууга жана социалдаштырууга алып келет.

Мугалим окуучулар менен ар жума сайын тарбиялык сабак өткөрөт. Айына бир жолу тарбиялык саатардын мазмуну генофондду сактоо багытында болуп, тарбиялык сабактарда ден соолукту сактоо жана чыңдоо үчүн окуучуларга тамакты тандоо, өз убактысында уктоо, бош убакытты өткөрүү жана сабака даярдануу режимин туура пайдалануу көндүмдөрүн, адаттарын калыптандырууга багытталышы зарыл. Мугалим окуучуларын өз ден соолугун сактоого жана чыңдоого болгон мамилесин өзгөртүү багытында тарбиялык иштерди (М: аңгемелешүү ж.б.) жүргүзүп, аларда өз ден соолугун сактоо жана чыңдоо багытында билимдерге ээ кылат жан ушул багытта ой жүгүртүп чечим кабыл алууга, өз ден соолугуна кам көрүү адаттарына ээ болушуна жетишет. Ушул багытта жүргүзүлгөн иштердин натыйжасында окуучуларда өз ден соолугун сактоо жана чыңдоо жашоодогу негизги дөөлөттөрдүн бирине айланат.

Жогоруда айтылгандардан билим берүү тутумунда системалуу түрдө ден соолукту сактоо жана чыңдоо багытында такай иш жүргүзүү гана жаш муундарда өз ден соолугун сактоо жана чыңдоо баалуулукка айланары, анын натыйжасында бара-бара элибиздин генофондун сактоого

жана жакшыртууга мүмкүндүк түзүлөрү белгилүү болот. Ошондуктан жаш муундардын ден соолугун, саламатчылыгын сактоо жалпы идеологиябыздын бир тармагы болушу керектиги жана кыргыз элинин жаш образындагы баалуулуктардан; курсакты бекем тойгузуу, жакшы тамактануу, майлуу тамактарды жөө ж.б. арылуу, ал эми сүт азыктары менен тамактанууну күндөлүк турмушта көбүрөөк колдонуу менен бирге эле көчмөндүктө калыптанган баалуулуктарды бүгүнкү турмуш шартка ылайыктап колдонуу зарыл экендиги белгилүү болот.

#### **Жыйынтык:**

Бүгүнкү күндө кыргыз элинин генофондун сактоо актуалдуу. Улуттук генофондду сактоо үчүн улуттук идеологиянын өзөгүн генофондду сактоо идеясы түзүп, анын бир тармагы катары жаш муундардын ден соолугун сактоо жана чыңдоо багытындагы жүргүзүлүүчү иштердин программасын иштеп чыгуу зарыл болуп саналат.

Генофондду сактоодо жаш муундарды өз ден соолугун сактоо жана чыңдоо билимдерине, көндүмдөрүнө жана билгичтиктерине ээ кылуу негизги маселе, аны ишке ашырууда билим берүү системасында тарбиялык иштерди системалуу түрдө жүргүзүүнүн мааниси чоң. Мына ошондуктан билим берүү системасында жаш муундардын ден соолугун сактоо жана чыңдоо боюнча концепция иштелип чыгылышы зарыл жана ошол концепцияга ылайык такай тарбия ишин жүргүзүп баруу максатка ылайыктуу болуп саналат.

Билим берүү тутумунда педагогдор окуучуларда стрессстик абалдарды, нервдик-психикалык бузулууларды болтурбоо, ден соолукту сактоо жана чыңдоо боюнча билимдерге, көндүмдөргө жана билгичтиктерге ээ кылуу багытында иш жүргүзүү аркылуу окуучулардын ден соолугунун бекем, саламатчылыгынын чың болушуна жетишүү мүмкүнчүлүгүнө ээ.

Окуучулардын дени сак, саламатчылыгынын чың болушунда мугалимдин мүмкүнчүлүгү чоң болуп, окуу процессин уюштурууда окуучуларга гигиеналык эрежелерди сактоо, акыл эмгегин жана эс алууну туура уюштурууга үйрөтүү, ден соолукту сактоо көндүмдөрүн, билгичтиктерин калыптандыра алат. Мугалим окуу процессинде жагымдуу психологиялык маанайды жаратуу аркылуу да окуучулардын ден соолугунун чың болушун камсыз кылат. Мугалим окуучулардын өз ден соолугуна кам көргөн инсан катары калыптандыруу багытында иш жүргүзүү аркылуу жаш муундарды такай өз ден соолугуна кам көргөн, ден соолугуна этият мамиле жасаган инсанга айлантат.

Улуттук генофондду сактоо багытындагы иштерди жүргүзүүдө окуучуларда жаш муундарда өз ден соолугун сактоого багытталган жашоо образды калыптандыруу зарыл болуп саналат. Бул багыттагы иштерди жүргүзүүдө адамдардын өз ден соолугун сактоого жана чындоого болгон мамилесин өзгөртүүгө, коомдук денгээлде улуттук генофондду сактоого алып келет.

**Адабияттар:**

1. Абрамзон С.М. Киргизы и их этногенетические и историко-культурные связи. – Фрунзе: Кыргызстан, 1990. - 480 с.

2. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. - М.: Политиздат, 1975. -304 с.
3. Мардахаев Л.В. Социализация человека как социально-педагогический процесс. / Педагогическое образование и наука. 2009, № 4. С.20-25.
4. Мурзаев М.С. Психология терминдеринин жана түшүнүктөрүнүн сөздүгү – Ош: 2012. - 138 б.