

«КЕЛІСЕМІН»

Жуалы аудандық орталық
ауруханасының профилактика
бөлімінің меңгерушісі
Е.Б.Көмек
2026 жыл



«БЕКІТЕМІН»

Жуалы аудандық орталық
ауруханасының бас дәрігері
Б.Б.Үсенбаев
2026 жыл



Қауіпті мінез-құлық қауіп-қатер факторлары жөніндегі денсаулық мектебінің бағдарламасы

p/c	Сабақтың атауы	Жауаптылар
№1 сабақ Дене белсенділігі – салауатты өмір салтының негізі		
1	Дене белсенділігінің маңызы. Салауатты өмір салтының мәні	Дәрігер Бердіхожаева З.С
2	Дене белсенділігінің қан қысымы және ішкі ағзаларға әсері	
3	Дене шынықтырудың негізгі түрлері	
4	Практикалық бөлім Спортзалдарда гимнастика жасау. 1 минуттағы тыныс алуды санау	Медбике Мамедова Л.М

№2 сабақ Дұрыс тамақтану		
1	Артық салмақты қауіп-қатер ретінде бағалау	Дәрігер Бердіхожаева З.С
2	Тамақтану тәртібі	
3	Дене салмағының жетіспеушілігі	
4	Практикалық бөлім Дененің артық салмағын ИМТ бойынша анықтауды үйрету	Медбике Мамедова Л.М

№3 сабақ Темекі шегушіліктің алдын алу		
1	Темекінің зияны	Дәрігер Бердіхожаева З.С
2	Темекінің өкпеге, асқазанға әсері	
3	Насыбайдың зияны	
4	Практикалық бөлім Бейне ролик көрсету. Ақпараттық материалдарды тарату.	Медбике Мамедова Л.М

№4 сабақ Алкогольді ішімдіктерді шамадан тыс тұтынуға жол бермеу		
1	Сыраның зияны. Сыраның өсіп келе жатқан ағзаға кері әсері	Дәрігер Бердіхожаева З.С
2	Алкогольге әуестенудің зияны	
3	Ақыл-кеңестер. Ішімдікке әуесқойларға жеке сұхбат жүргізу	
4	Практикалық бөлім Бейне ролик көрсету. Ақпараттық материалдарды тарату.	Медбике Мамедова Л.М

№5 сабақ Жеке гигиенаны сақтау		
1	Жеке бас тазалығын сақтау	Дәрігер Бердіхожаева З.С
2	Жас өспірім қыздардағы гигиенаның маңызы, даярлау	
3	Гигиенаның ережелері, нормасы	
4	Практикалық бөлім Жеке сұрақтарға жауап беру. Ақпараттық материалдар тарату бейне ролик көрсету.	Медбике Мамедова Л.М

№6 сабақ Қарым-қатынас жағау дағдылары		
1	Хал-жағдай сұрау, сәлемдесу	Дәрігер Бердіхожаева З.С
2	Пациенттердің бір-бірімен сәлемдесуі. Сауалнама тарату.	
3	Пациенттердің базалық білім деңгейің тексеру	
4	Практикалық бөлім Трейнинг өткізу, олардың ұсыныс пікірлерімен танысу	Медбике Мамедова Л.М