

Uşaq məişət əşyalarının gigiyenası

*Kitaba və mebelə olan gigiyenik
tələblər*

Uşaq və yeniyetmələrin sağlamlığı və əmək sağlamlığı
kafedrası

Dos. Ş.M.Balayeva

*Uşaq kitabları, dərslıklər, dərsl
vəsaitlərinə olan gıgıyenık
tələblər*

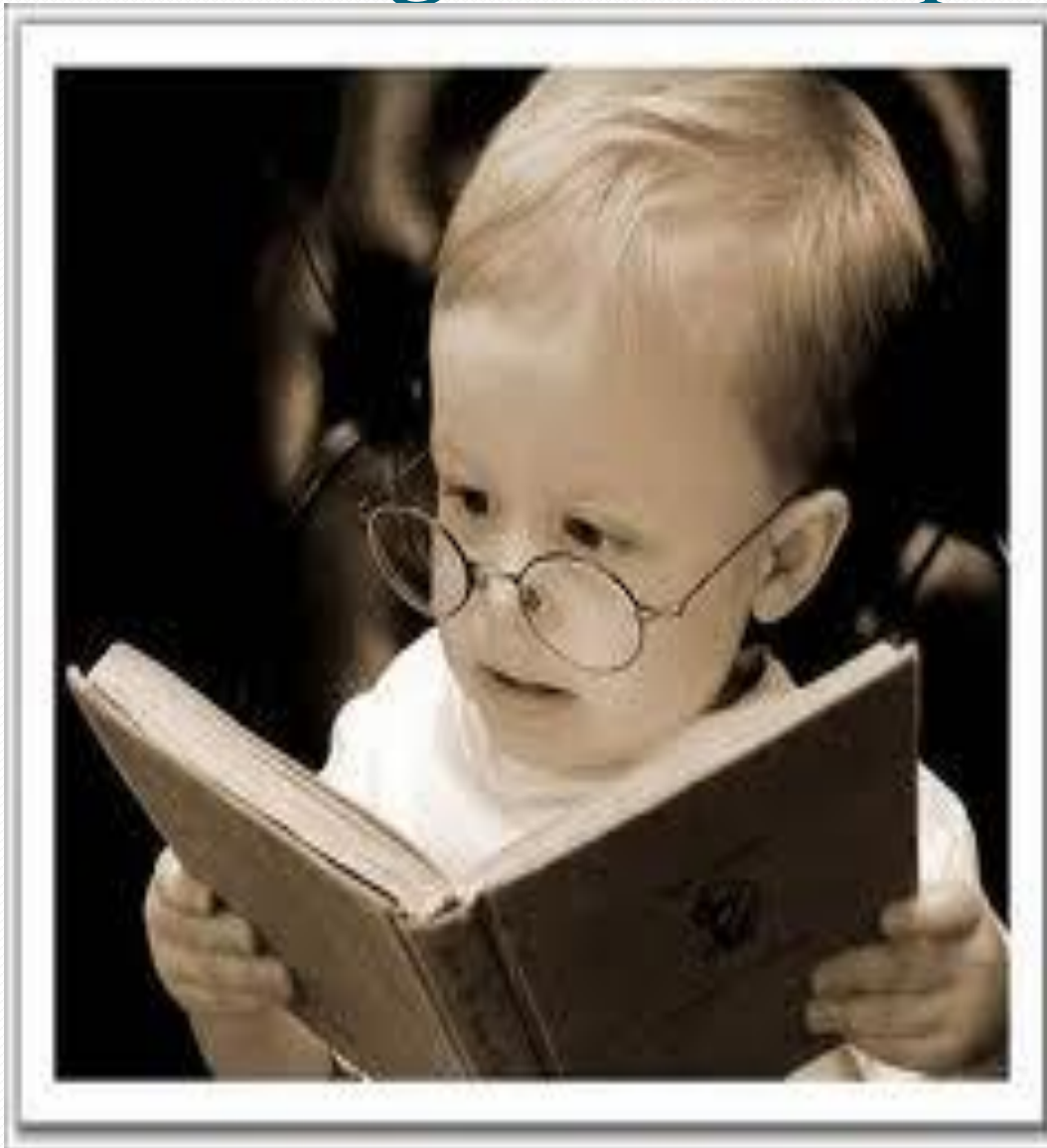
“Oxu – görmə, eşıtmə, hiss etmə və
təfəkkürü birləşdırır” – *Nazım Hikmət*

Tədris işində şagird ən çox kitabla təmasda olur. Bunun nəticəsində bütün tədris dövrü ərzində görmə üzvünə xeyli yük düşür.

Mütaliə çoxlu miqdarda kiçik obyektlərin sürətlə fərqləndirilməsindən ibarətdir.

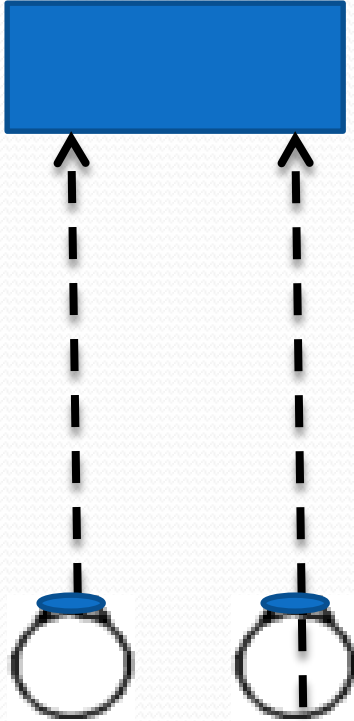


Mütaliənin görmə orqanına təsiri

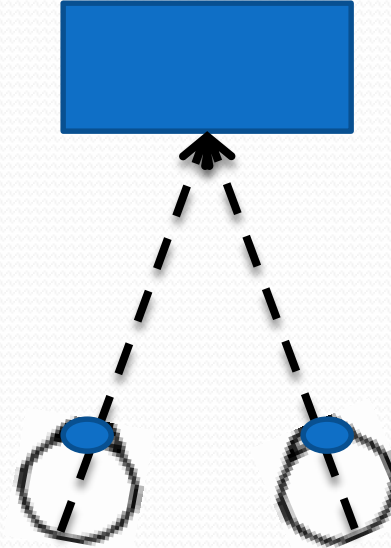


Gözün uyğunlaşması

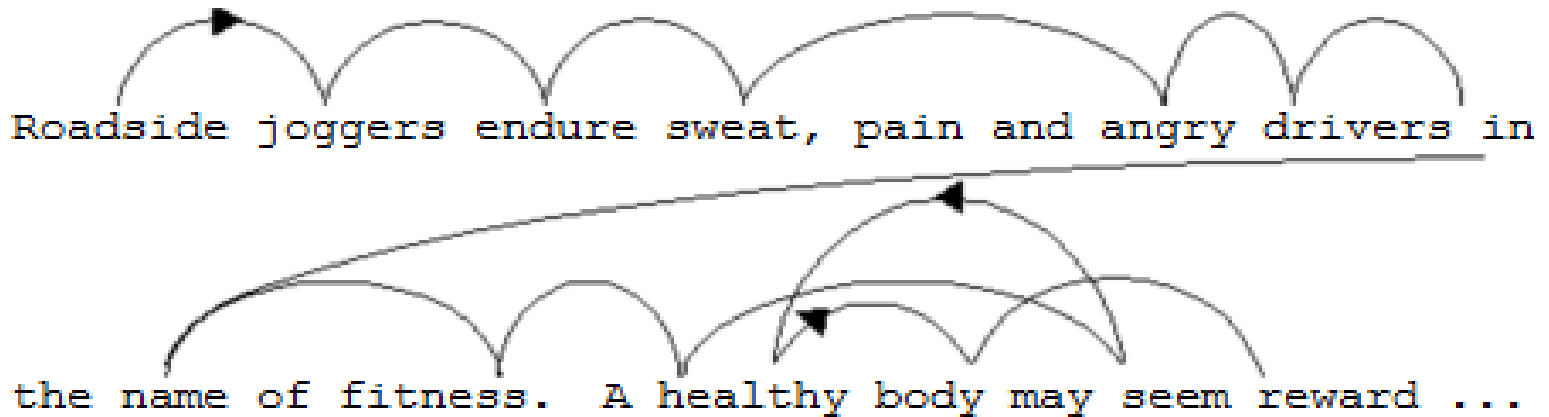
• A – uzağa baxış

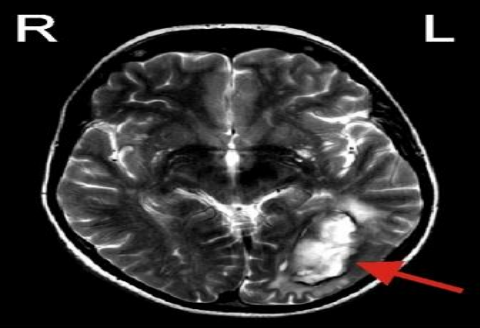


• B – kitaba baxış

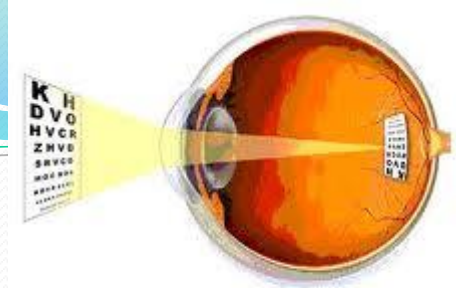


- Gözün sətirdən sətərə hərəkəti səlist və fasiləsiz olmayıb sıçrayışlar ola bilər. Sıçrayışdan sonra yaranan qısa müddətli fasilə fiksasiya adlanır. Sıçrayış zamanı gözün hərəkəti o qədər tez baş verir ki, göz mətni qavraya bilmir. Qavrama yalnız fiksasiya zamanı baş verir. Fiksasiyanın müddəti 0,2-0,6 saniyədir

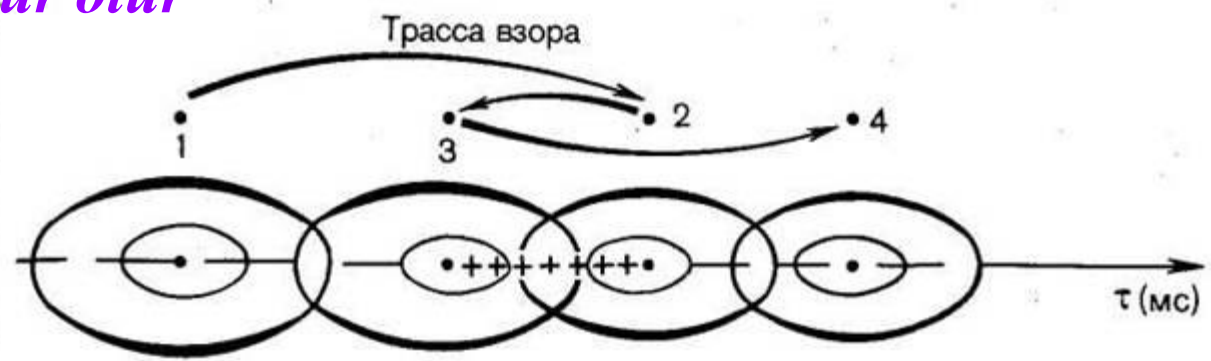




LONDON. Um eine Operation für seine teure kleine Tochter bezahlen zu können, hat ein Mann seine Niere im Internet zur Verfügung gestellt. Der Mann hat sich dafür ein Organ im Rahmen einer Online-Auktion für einen Preis von 100.000 Pfund, wie eine englische Zeitung berichtet.



- *Gözün gördüyü hərəkət qövsü nə qədər kiçik olarsa Gözün hərəkəti bir o qədər yorucu olar*
- *Refleksasiya zamanı göz daha çox yorulur, çünki oxucu mətni yenidən oxumağa məcbur olur*



When you read, your eyes do not smoothly travel over the print. Instead, they make short jumping movements called saccades.

These eye movements must be made quickly, sequentially, and accurately so that the words come to the brain in the proper order.

- Строки текста
- • • • Точки фиксации взора на строке
- 1 2 3 4 Порядковый номер фиксации на строке
- Малый эллипс-зона опознания, т. е. зона ясного восприятия отрезка строки
- Большой эллипс-зона предсказания, т. е. зона неясного, нечеткого восприятия
- ++++ Повторно читаемый (фиксируемый) в результате регрессии участок строки

Oxucunun təcrübəsi nə qədər az olarsa onun gözü bir o qədər çox sətir üzərində dayanar. Təcrübəli oxucu sətir üzərində 4-6 fasilə təcrübəsiz oxucu isə 10-20 fasilə edir.

Накопленные числовые и зрительные в книгах знания можно считать вальной скатертой. Установленной всевозможными людьми. Меняются поколения изрущих, а лица не меняются и разнообразно. Но что это? Один, другой, третий пробуют самые различные знания и не могут ничего найти по вкусу — всего много, глаза разбегаются, а выход из-за стола голодными. Пригладимся к ним. Это — молодые, начинающие.

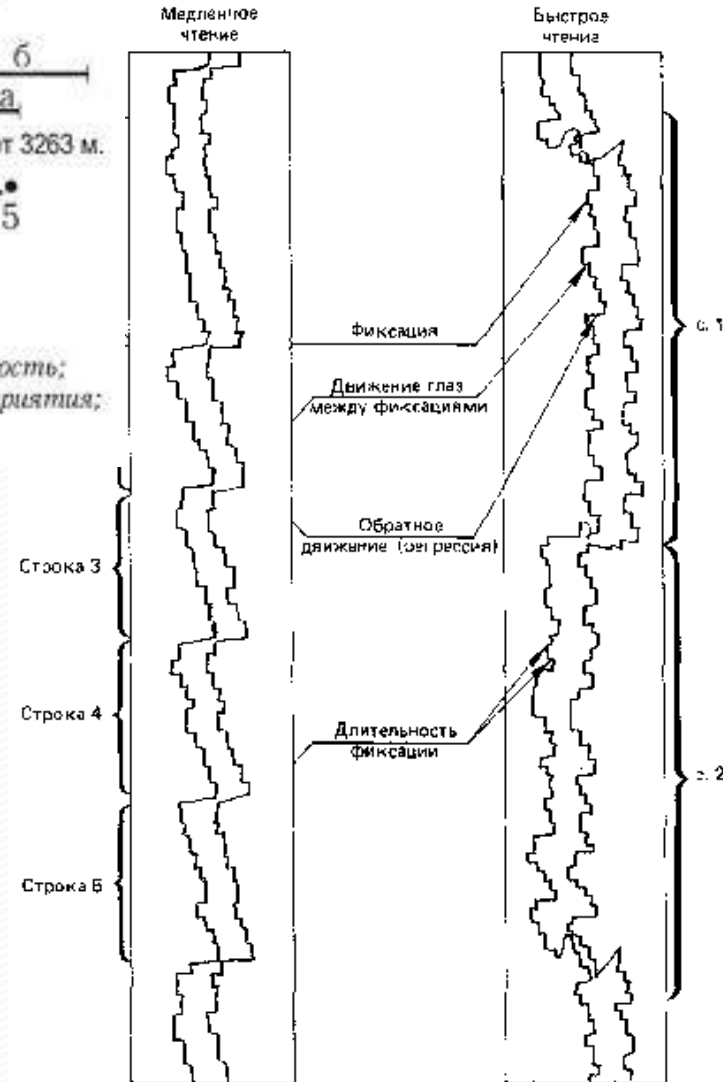
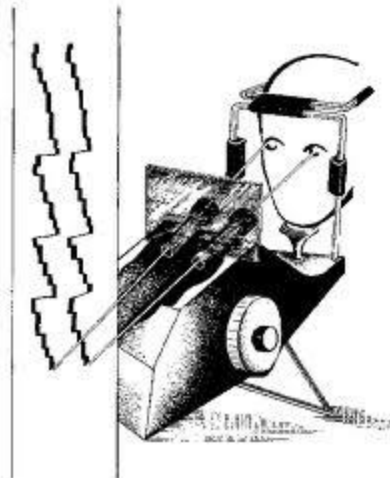
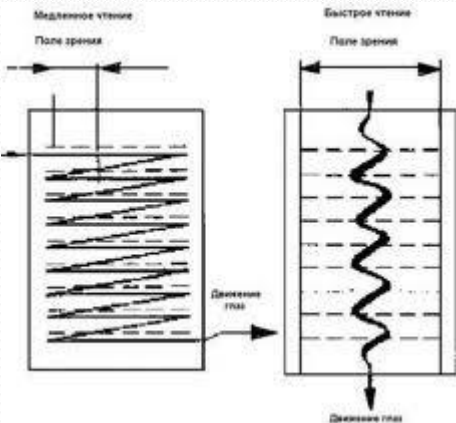
Положение молодого читателя вызывает и зависть и сожаление. Перед ним — вся жизнь, сколько он прочтет новых книг? Но когда он успеет прочесть те замечательные творения, насладиться которыми досталось на долю старших?

Конечно, старшие заботятся о духовном питании следующего поколения. Беспорядочно обновляются школьные программы и учебники, чтобы соответствовать современному уровню научного знания, при этом игнорируется содержание рекомендательных библиографических пособий. И тем не менее много «молодых». Некоторые из них выводят сами, никак не удаётся излечиться от детской болезни чрезмерного самодовольствия — в советах учителей, библиотечарей, и рекомендательных пособий, они видят только покусения на свою личную независимость. Они сами себе понимают, и помочь себе они должны сами. Нельзя забыть о том, что читает, какую и от кого она могут получить ориентацию в книжном океане, о тех, кто хочет узнать, о том, что представляет собой библиографическое обслуживание, что оно дает читателю, в какой мере осуществимо библиографическое самообслуживание.



Рис.2. Движение глаз по строке.

1—5 — точки фиксации глаза и их последовательность;
«а» — зона ясного восприятия; «б» — зона неясного восприятия;
«---» — дважды читаемый участок строки



Qreinə görə mütləhin aspektləri

- 1) Bir və ya bir neçə söz daxil olmaqla tanınması şərtilə onların qavranılması
- 2) Başadüşmə
- 3) İki tipdə ola bilən reaksiya: kritik mütləh və ya müxtəlif qisimli və intensivlikli emosional cavablar
- 4) məlumatın inteqrasiyası və assimilyasiyası

Oxu sürəti

Yaş	1 dəq ərzində sözlərin miqdarı
I ilin sonunda	40 – 50
II il	60 – 70
III il	80 – 90

Dərslıklərə gigiyenik tələblər qoyarkən aşağıdakılar nəzərə alınmalıdır

1) görmə üzvünün yaş xüsusuyyətləri

2) müəllimlə vərđişi formalaşdırılmasının tədriciliyi

3) Kitablarnın tərtibi prinsipləri



Mütaliə zamanı görmə üzvünün gərginliyinə təsir edən əsas faktorlar aşağıdakılardır

- 1) kitabın tərtibinin keyfiyyətindən
- 2) mətinin görünmə dərəcəsiindən
- 3) çap işarələrinin ölçüsündən



Dərs kitablarının nəşrinə dair xəbərdaredici sanitariya nəzarəti

- 1) kitabın texniki xüsusiyyətlərinin gigiyenik tələblərə uyğunluğunun yoxlanılması
- 2) Nəşri nəzərdə tutulan dərslik və uşaqlara məxsus kitabların kütləvi tiraja qədər seçmə yolu ilə sanitariya ekspertizası



Dərslük kağızının qiymətləndirilməsi

Kağızın rəngi - Ağ və ya zəif sarımtıl rəng mətnin yaxşı görünməsini təmin edir

Kağız işıq keçirməsi-3 bal sistemi ilə qiymətləndirilir

Zəif dərəcədə-kitab vərəqinin arxa hissəsində müəyyən cizgilər və ya hərflər görünür

Orta dərəcədə-yalnız bəzi cizgilər görünür

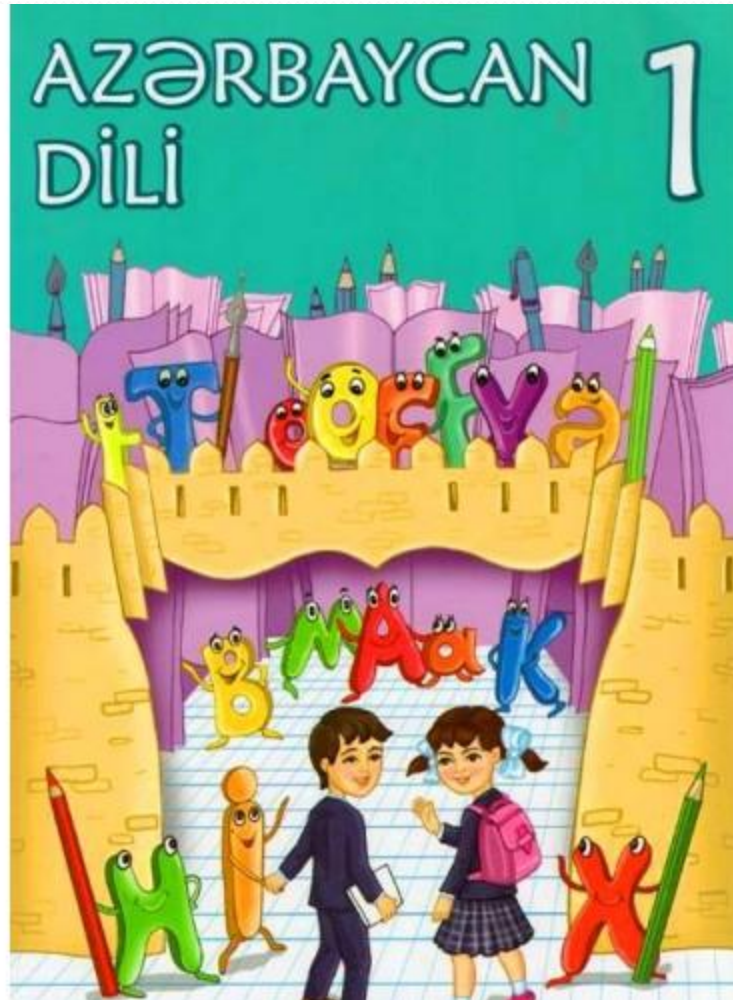
Güclü dərəcədə-hərflər və mətn əks tərəfdən yaxşı görsənir

Kağızın qalınlığı-normada kağızın qalınlığının 0,075-0,1mm qəbul edilməşdir

Hərflərin ölçüləri

Təyinat	Hərflər ölçüsü
Əlifba – yeni hərflər	8 – 6 mm
Əlifba – yeni sözlər	4,5 – 4 mm
Əlifba – kiçik mətnlər	3,5 – 2,8 mm
I sinif	2,8
2, 3, 4 siniflər	2,5 – 2 mm
5 və yuxarı siniflər	1,75 mm

- oieyfw



- Z,xm<>xz:Zx

Jackdaws love my big sp

Съешь еще этих мягких французских

АБВГДЕЖЗИЙКЛМНОПРС

Jackdaws love my big sp

Jackdaws love my big sp

Jackdaws love my big sp

Jackdaws love my big sp

Jackdaws love my big sp

Jackdaws love my big sp.....

СЯН РЕМО | ФЛАМИНГО

Ком Леопольд Рукописный шрифт

Чеширский Ком Страна Чудес

Шрифт English ROSE

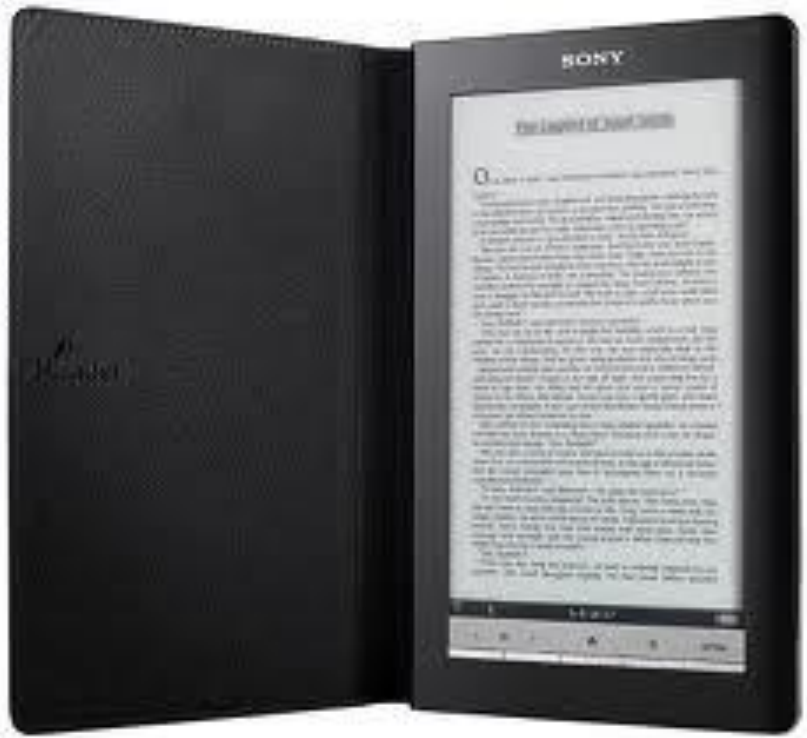
DISCO 60-S ДИСКО 60-X

Шрифт Chokogirl Бивальди

Шрифт Аметист Сладкоежка

АЛИСА В СТРАНЕ ЧУДЕС

Белладонна Мишка Тегги




Признаки сколиоза



Перекошены
плечи

Искривлён
позвоночник

Перекошен
таз



*Məktəblilərin ağır çantaları –
sağlamlıqlarının pozulmalarının
amillərindən biridir.*

Məktəbli çantasının materialına olan gigiyenik tələblər

- Məktəbli çantasının materialına olan gigiyenik tələblər
- Çantanın konstruksiyası
- Çantanın ölçüləri
- Çantanın kütləsi

İbtidai sinif çantalarının ölçüsünə qoyulan tələblər

Göstərici	Təhlükəsiz səviyyə, mm
Uzunluq (hündürlük)	300 – 360
Ön divarın hündürlüyü	220 – 260
Eni	60 – 100
Çiyin kəmərinin uzunluğu (az olmamalı)	600 – 700
Çiyin kəmərinin eni:	
Yuxarı hissə - uzunluğu boyunca	400-450 mm
(az olmayaraq)	35 – 40
Davamı (az olmayaraq)	20 – 25

Qeyd: Ölçünün 30 mm artırılmasına yol verilir.

Məktəbli çantasına gigiyenik normalar

- 1-2 sinif - 1,5 kq
- 3-4 sinif - 2,5 kq
- 5-6 sinif - 3 kq
- 7-9 sinif - 3,5 kq
- 9-12 sinif - 4 kq



Mebellərə olan gigiyenik tələblər

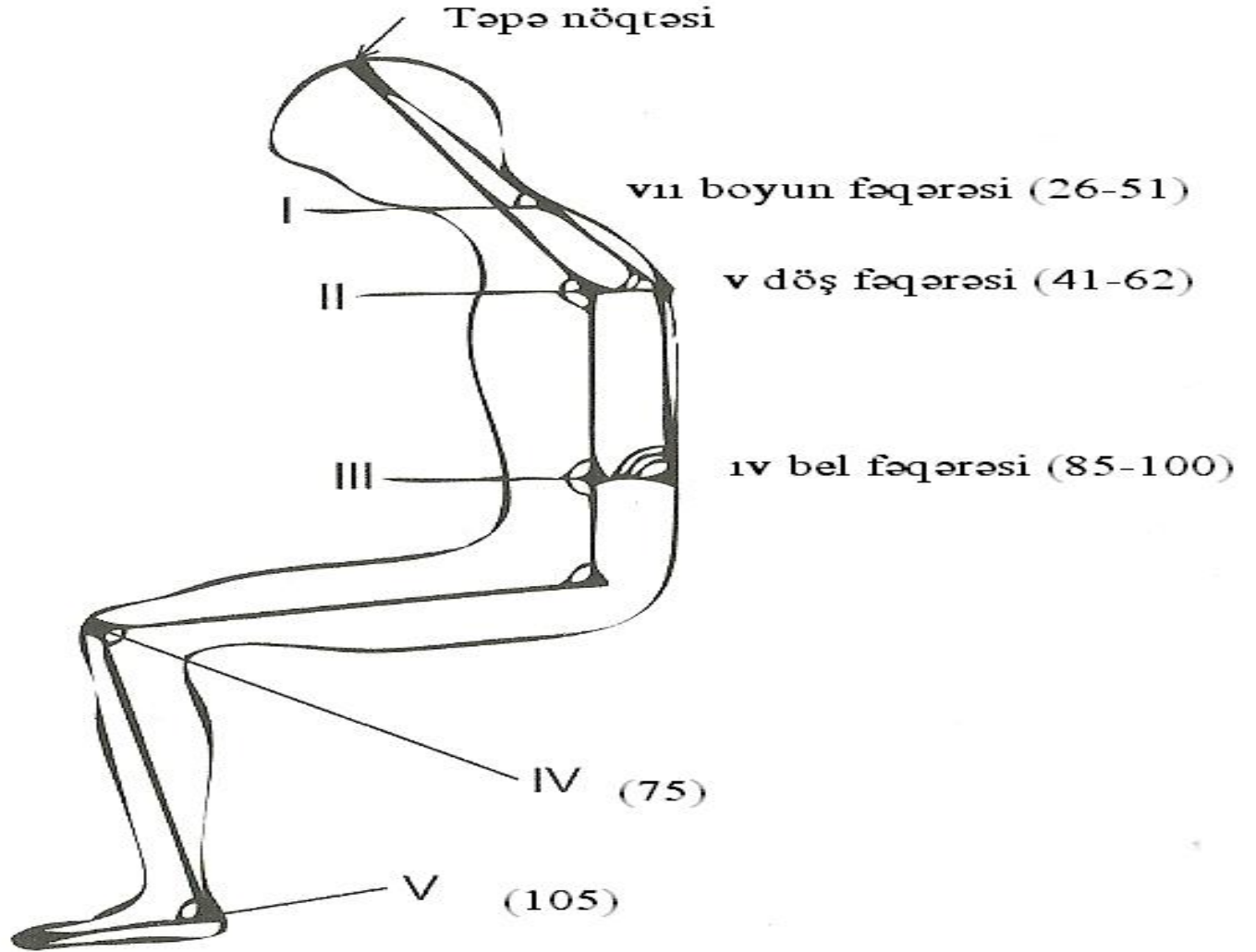


Parta, lövhə, dəzɡah arxasında dayanarkən orqanizmin aldığı statik vəziyyət poza adlanır

pozanın qiymətləndirilməsinin patofizioloji meyarlarına:

- Pozanın asimmetriyası
- Əzələ fəaliyyətinin asimmetriyası
- Parta arxasında oturma
- Dəzɡah işlərində düzɡün vəziyyət aiddir.

OTURMA ZAMANI ƏYİLMƏ BUCAĞI



Oturma zamanı ağırlıq mərkəzi



ШКОЛЬНАЯ ПАРТА И СТУЛ «ДЭМИ»

Привычные позы — залог здоровья будущего ребенка!



Согласно рекомендациям ВОЗ, оптимальная поза для сидения — та, при которой позвоночник находится в естественном изгибе, а нагрузка на него минимальна. Это достигается за счет правильного выбора мебели, которая должна обеспечивать поддержку естественной кривизны позвоночника.



ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

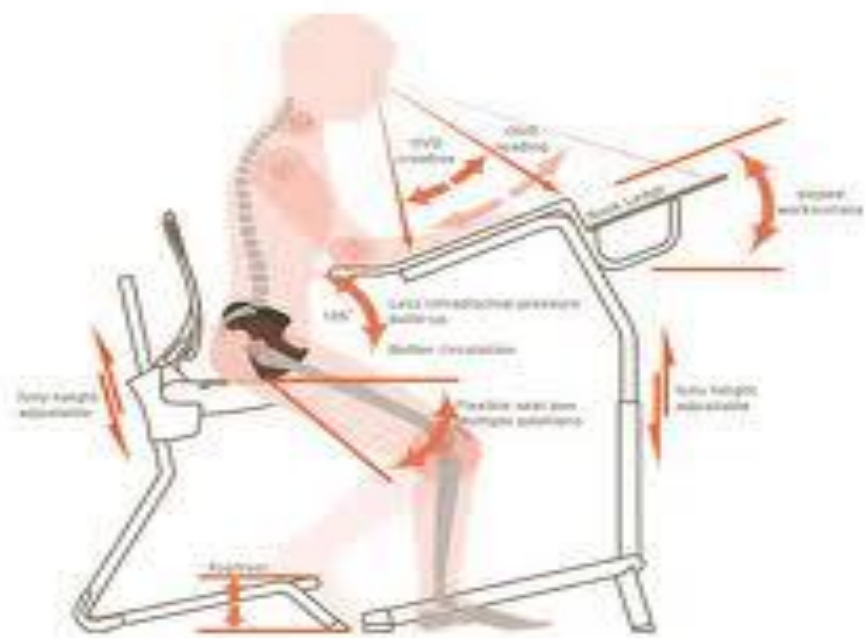


ЦВЕТОВАЯ ГАММА



7 ПЕРИМЕТРОВ ДЛЯ РЕБЕНКА

- ВЫСОТА
- ДЛИНА
- ГЛУБИНА
- ШИРИНА
- ПЕРИМЕТР
- ОБЪЕМ
- ПЛОЩАДЬ



Flexible seat pan / Fully height adjustable chair and desk

Uşaq və yeniyetmələr üçün nəzərdə tutulmuş avadanlıq, orqanizmin **anatomo-fizioloji** imkanlarına müvafiq olmalıdır

Mebelin konstruksiyası:

- Möhkəm
- Sadə
- Təmizləmə və dezinfeksiya üçün asan olmalıdır.

Standartlara əsasən :

ölçüsü- boya

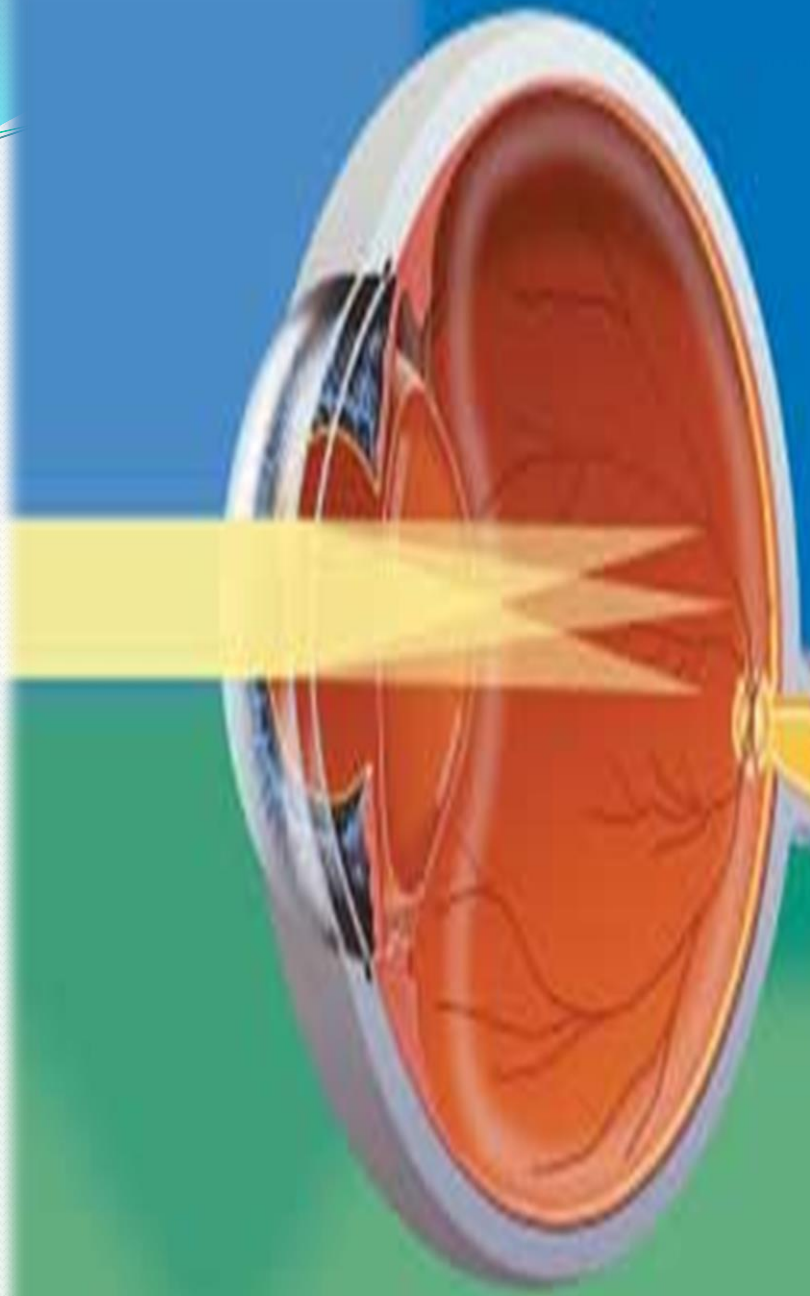
kütləsi- uşaqların gücünə

formasını- əsas bədən nisbətlərinə müvafiq
olmalıdır



Düzgün olmayan bədən fəaliyyətinin fəsadları:

- Qozbellik
- Skaliolar
- Ciyin və kürəyin asimmetriyası
- Yaxından görmə
- Daxili üzvlər, qan dövranı və tənəffüs sistemi üzvlərinin funksiyalarının cətinləşməsi.



Mebelə sürülən pedaqoji tələblər

- Avadanlıq tədris-tərbiyyə işinin müvəffəqiyyətlə getməsinə
- Hərəkəti vərdiş və bacarıqların təkmilləşməsinə imkan verməli
- Ölçüləri, konstruksiyası və forması uşaq rahatlığını təmin etməli
- Mebeldən istifadədə fikri yayındıran səs küy və cığılıtlı olmamalıdır

MEBELİN GİGIYENİK CƏHƏTDƏN QIYMƏTLƏNDİRİLMƏSİ

- Sanitar həkim uşaq və yeniyetmə müəssisələrində mebelə nəzarət edərək, onu gigiyenik cəhətdən qiymətləndirmək məqsədilə aşağıdakı göstəricilərə diqqət yetirməlidir:
 - 1. Mebelin tədris-tərbiyə və əmək prosesinə müvafiqliyi;
 - 2. Mebeldən istifadə edərkən bədənin vəziyyəti;
 - 3. Mebelin əsas ölçüləri və onların yaş-boy göstəricilərinə uyğunluğu;
 - 4. Tədris otaqlarında mebellərin yerləşdirilməsi;
 - 5. Mebellərin sanitar cəhətdən təmiz saxlanması.

Funksional əlamətlər üzrə avadanlıqlar yeddi qrupa bölünür:

- Üfüqi səthdə işləmək üçün mebel
- Oturmaq üçün
- Uzanmaq üçün
- Saxlamaq üçün
- Hərəkətli fəaliyyət üçün
- Çoxməqsədli transformasiya olunan avadanlıqlar

Uşaq müəsisələrində İstismar xüsusiyyətlərinə görə əsas otaqların avadanlıqları bölünür:

- Uşaqlar üçün mebel
- Xidmət edən heyət üçün mebel
- Uşaqlar və heyət üçün mebelə bölünür.





MƏKTƏBƏQƏDƏR YAŞLI UŞAQLARIN MEBELLƏRİNİN ÖLÇÜLƏRİ VƏ NİŞANLANMASI

<i>Mebelin N-si</i>	<i>Nişanlanmanı n rəngi</i>	<i>Boy qrupu</i>	<i>Stolun döşəmədən hündürlüyü</i>	<i>Oturacağın döşəmədən hündürlüyü</i>
A	sarı	80 qədər	34	17
B	qırmızı	80-89	38	20
C	mavi	90-99	43	24
D	yaşıl	100-114	48	28
E	ağ	115-129	54	32
F	göy	130 və yuxarı	60	36

Məktəbəqədər müəsisələrdə:

- Uşaqların sayını nəzərə almaqla mebellər otağın 1/3 hissəsini tutmalıdır
- Döşəmə sahəsi mümkün qədər azad olmalıdır
- Ən səmərəlisi transformasiya edilən mebellərdən istifadə olunmalıdır



Çarpayılar

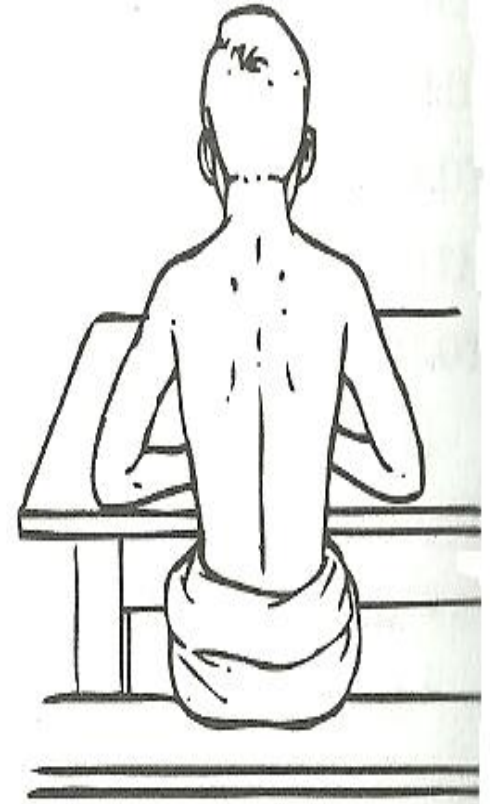
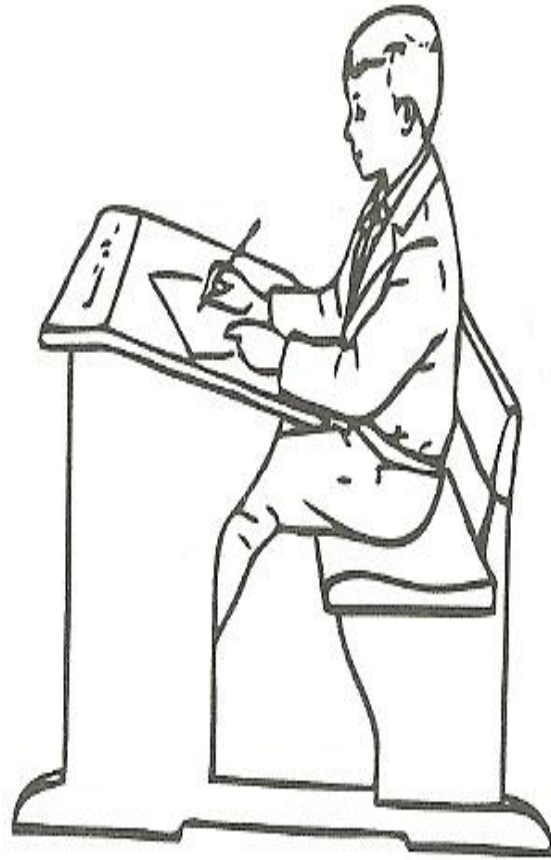
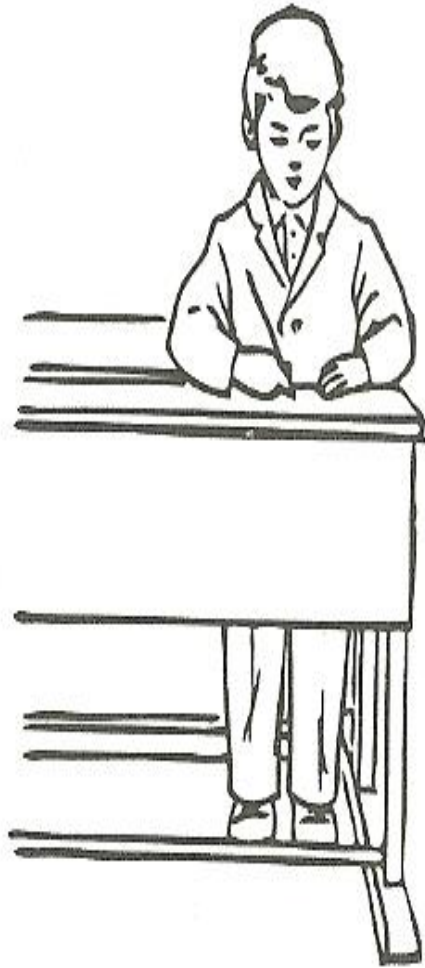
- *İki yaşına qədər uşaqlara-manej*
- *İki yaşdan yuxarılarına – carpayı qoyulur*
- *Carpayı arası məsafə- 0,3 m olmalıdır (həmçinin yolxucu xəstəliklərin qarşısını almaq üçün)*
- *Çarpayının ölçüsü :*
- *120-60sm-erkən məktəbə qədər*
- *140-160sm- 3 yaşdan yuxarı*
- *146x66, 166x71, 186x76 sm- məktəb yaşlı uşaqlar üçün*



Bədən tərbiyəsi avadanlıqları

- Gimnastik duvar
- Sohkədilən pilləkən
- Körpü
- Yırğalanan körpü
- Gimnastik skamya və.s





Partanın növləri

- 1. Metal borudan hazırlanmış stol və stul
- 2. Bir yerli parta
- 3. İki yerli parta
- 4. Hündürlüyə görə tənzimlənən mono-blok parta



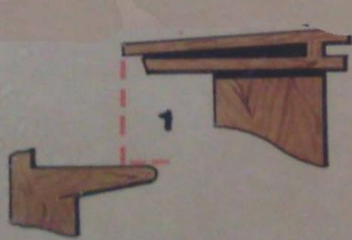
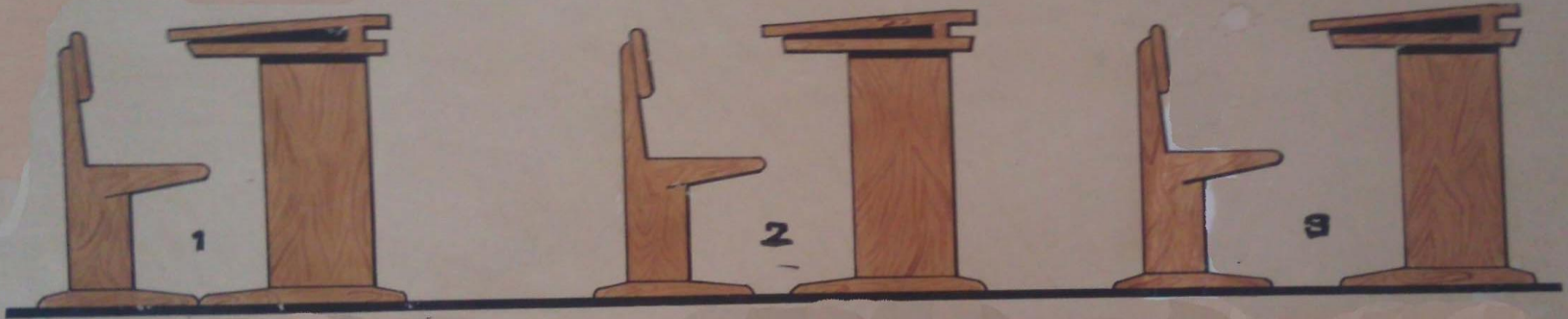
MƏKTƏB MEBELLƏRİNİN ÖLÇÜSÜ VƏ NİŞANLANMASI

Mebelin №-si	Boy qrupu (sm)	Nişanlamamın rəngi	Stolun arxa kənarının (şagirdə baxan tərəf) döşəmədən olan hündürlüyü	Oturacağın ön kənarının döşəmədən olan hündürlüyü
1	100-115	Narıncı	46	26
2	115-130	Bənövşəyi	52	30
3	130-145	Sarı	58	34
4	145-160	Qırmızı	64	38
5	160-175	Yaşıl	70	42
6	175-dən yuxarı	mavi	76	44

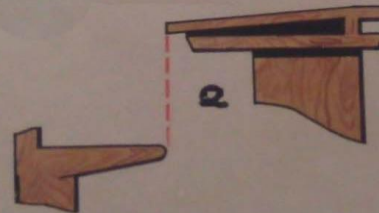
OTURACAĞIN DİSTANSİYASI

Parta oturacağının distansiyası

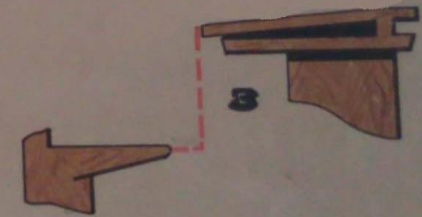
__masanın arxa kenarından oturacaq sethine endirilmiş xeyali perpendikulyar xettin kesişme nöqtəsi ile oturacağın ön kenarı arasındaki mesafeye deyilir.



menfi



sıfır



müsbet

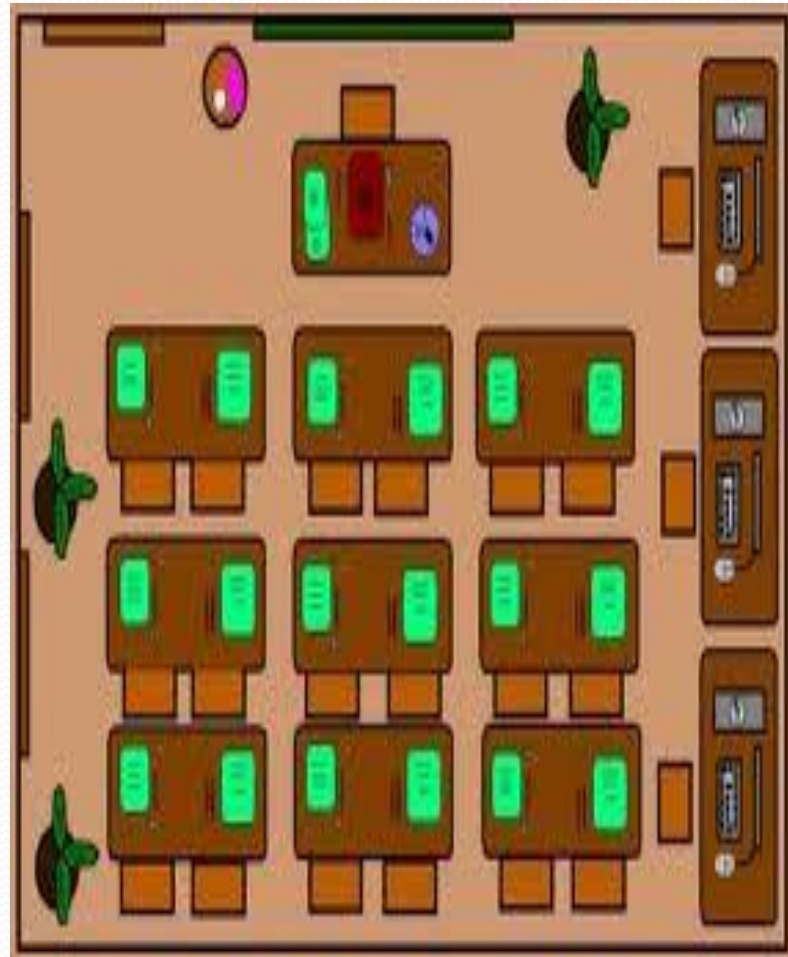
Sınıf otaqları:

- İki yerli partalar
- Kabinetlərdə masa və stullar
- Lövhələr:
 - Laylı lövhə uzun 100-120sm, eni 150-200sm
 - Üfuqi yeri dəyişilən lövhə- h 110-120sm eni 90-180 sm
 - Elastiki lentvari lövhə- h 100-200sm, eni180-200sm

Döşəmədən 75-80sm və 80-90 sm hündür olmalıdır

PARTA SİRALARI VƏ AVADANLIQLAR ARASINDAKI MƏSAFƏ (sm-lə)

1. İki yerli partalarda sıra arasını - 60-dan az olmayaraq;
2. Xarici divardan birinci parta sırasına – 50-70;
3. Daxili divardan üçüncü parta sırasına – 50-70;
4. Axırını partadan arxa divara – 70;
5. Birinci partadan lövhəyə qədər - 240-270;
6. Axırını partadan lövhəyə qədər ən uzaq məsafə - 860;
7. Lövhənin aşağı kənarının döşəmədən hündürlüyü – 80-90;





laboratoriya

- Masalar 3 tipdə olur
- Şagird fiziki laborator masası
- Şagird kimyəvi laborator masası
- Şagird bioloji laborator masası

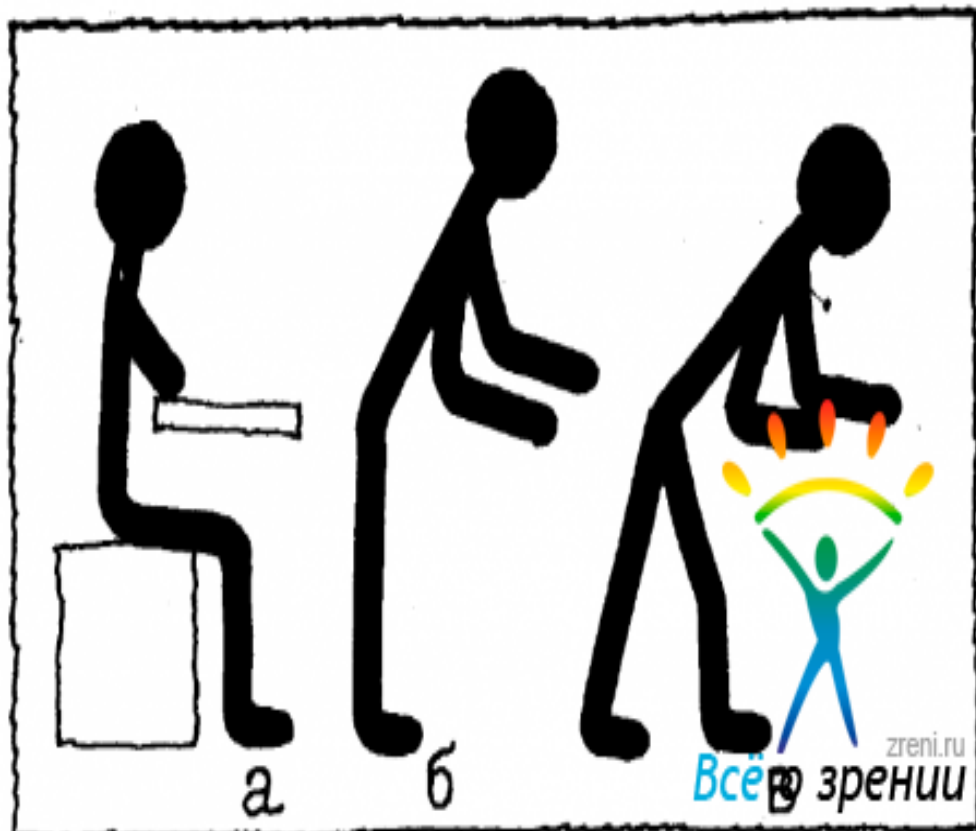
Nümayiş etməi üçün masalar 2 cür olur

1. Böyük masalar-195x300 h 90 sm
2. Kiçik masalar- 120x150 sm h 90 sm

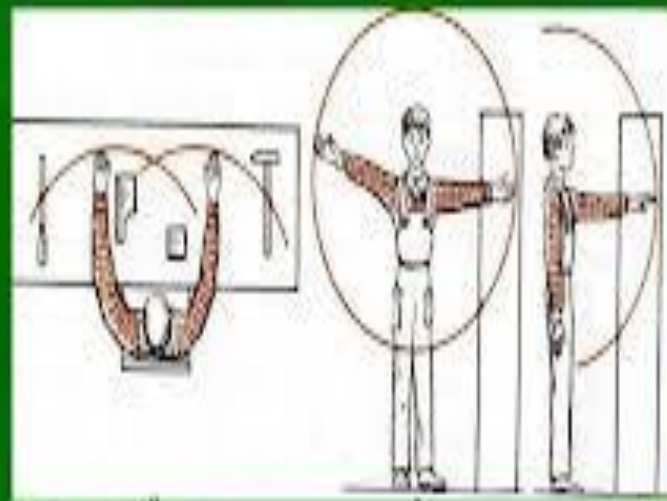


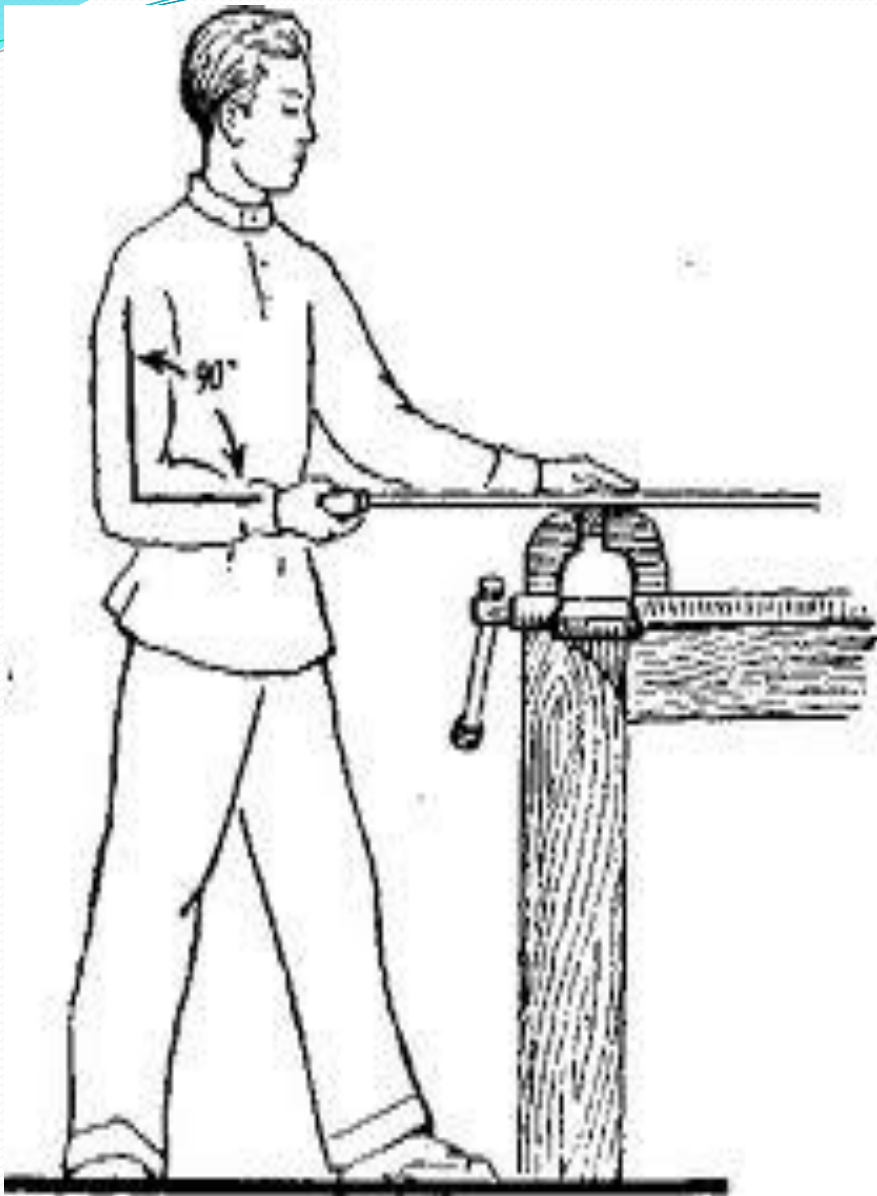
MAŞROL

Əmək təlimi dərbində partanın boya müvafiqliyi



Рабочая зона — пространство высотой до 2 м над уровнем пола и расстояние досягаемости рук в пределах рабочего места.







Suallarınız

??????????