

Mövzu 4. Məktəbdə əmək, politexnik və peşə təliminin gigiyenik əsasları, tədris istehsal prosesinin təşkilinə olan gigiyenik tələblər. Peşə yönümünün tibbi profilaktika məsələləri, həkim-peşə məsləhəti.

Mövzu planı

- 1. Əməyin böyüyən orqanizmə təsiri.**
- 2. Uşaqların texniki təhsilinin, əmək təliminin fizioloji və gigiyenik əsasları.**
- 3. Yeniyetmə orqanizminə istehsalat peşə amillərinin təsiri.**
- 4. Həkim – peşə məsləhətinin tibbi-gigiyenik əsasları.**
- 5. Yeniyetmələrin peşə yararlığı.**

Əmək tərbiyəsi, təlimi və peşə təhsili gənclərin tərbiyə sistemində mühüm yer tutur. Əmək tərbiyəsi ailədən başlayır. Ailə münasibətlərinin təsirini insan bütün həyatı boyu hiss edir. Bu zaman tərbiyə özünün təsdiqini əmək həyat tərzində, sərbəst həyata hazır olmaqda, ailənin, vətəndaşın və müəyyən bir kollektivin hər hansı bir funksiyanı yerinə yetirərkən onun məsuliyyətinin və cavabdehliyinin formalaşmasında tapır. Əmək vərdişlərinin formalaşması öz-özünə xidmətdən, heyvanlara və bitkilərə qulluqdan, oyuncaqların düzəldilməsi kimi faydalı uşaq əməyindən başlayır.

Ona görə də uşaq əməyinə və onun təşkilinə olan gigiyenik normalara cavab verməsinə nəzarət olunması uşaqlarda yaradıcılığın formalaşmasında mühüm rol oynayır. Bu keyfiyyət yaşa, cinsə, regional və milli xüsusiyyətlərə uyğun şəkildə formalaşır. Təhsilin ictimai yararlı, məhsuldar əməklə uyğunlaşdırılması uşaq və yeniyetmələrin həmahəng inkişafının formalaşdırılmasında vacib şərtidir. Əmək fəaliyyətinin məktəbli orqanizminə müsbət təsiri bir çox fizioloqlar və gigiyenistlər tərəfindən sübut edilmişdir. Fiziki əməyin səmərəli təşkili zamanı məktəblilərdə bütün fizioloji sistemlərin funksional səviyyəsi yüksəlir. Bu özünü hemopoezin stimullaşdırılmasında, qanın oksigenlə zənginləşməsində, oyanma və ləngimə sinir proseslərinin tarazlanmasında, hərəkət koordinasiyasının yaxşılaşmasında, əzələnin güc və dözümlülüyünün artmasında, əqli və fiziki iş qabiliyyətinin yüksəlməsində göstərir.

İstehsalda insan amili həlledici rol oynayır. Bazar münasibətlərinin formalaşması şəraitində müasir cəmiyyətlə uzlaşan gənc nəsələ ehtiyac artır. Müasir məktəb yeni əsrdə yaşayacaq və işləyəcək gənc nəsələ sosial şərait və bazar iqtisadiyyatını nəzərə alaraq təhsil verməli və əmək vərdişləri formalaşdırmalıdır. Cəmiyyətin intellektual potensialı artır, maddi və mənəvi istehsalın bütün sahələrində əmək məhsuldarlığının daha da artması üçün yeni imkanlar yaradılır. Bu baxımdan gənclərin gələcək peşəyə hazırlanması problemi aktuallaşır.

Əmək təhsili - uşaqlarda əmək vərdişi və bacarıqlarını formalaşdırır, işə vicdanlı münasibət tərbiyə edir, yaradıcılığı, təşəbbüskarlığı və daha yaxşı nəticələr əldə etməyə çalışmaq üçün şagirdlərin əmək fəaliyyətini təşkil edir və stimullaşdırır. Uşağın əmək təhsili ailədə və məktəbdə əmək vəzifələri haqqında ilkin fikirlərin formalaşması ilə başlayır. Əmək təhsili uşaqların texniki hazırlığı ilə sıx bağlıdır.

Politeknik təhsil müasir texnikanın əsasları, texnologiyası və istehsalın təşkili barədə məlumat verir, şagirdləri əmək haqqında bilik və bacarıqlarla təchiz edir, işə yaradıcı münasibət inkişaf etdirir, düzgün peşə seçiminə kömək edir.

Əmək təliminin əsas funksiyalarına aiddir: öyrədici - əmək dünyasında təcrübə bacarıq və vərdişlərin mənimsənilməsi; İnkişaf etdirici - intellektual, fiziki, emosional-iradi, sosial inkişafı təmin edir; Tərbiyəvi - düzgün təşkil olunmuş əmək prosesi zəhmətsevərlik, kollektivizm, sosiallaşma, qarşılıqlı əlaqə, nizam-intizam, təşəbbüskarlıq formalaşdırır.

Əmək təliminin vəzifələri: Şagirdlərdə əmək fəaliyyətinin yüksək sosial motivi əməyə müsbət münasibətin formalaşdırılması; biliklərə marağın inkişafı, yaradıcı işə ehtiyac, bilikləri praktikada tətbiq etmək istəyi; yüksək əxlaqi keyfiyyətlər, çalışqanlıq, vəzifə və məsuliyyət, məqsədyönlülük və təşəbbüskarlıq, səmərəlilik və dürüstlük tərbiyəsi; müxtəlif iş vərdişləri və bacarıqlarının yaradılması, əqli və fiziki əmək mədəniyyətinin əsaslarının formalaşdırılması.

Əmək təhsilinin məzmunu iqtisadi amillər, rayonun, bölgənin istehsal şəraiti, məktəbin imkanları və ənənələrdən və s. asılıdır.

Ümumtəhsil məktəblərində əmək tərbiyəsi “Texnologiya” fənninin tədrisi çərçivəsində həyata keçirilir. Texnologiya təhsili bir çox inkişaf etmiş ölkələrdə mütləq tədris fənnidir və texnoloji cəmiyyətdə gəncləri həyat üçün hazırlığa yönəldir. Məktəb təhsil sistemində texnologiyaya şagirdlərin ümumi inkişafı və sosiallaşmasına yönəlmiş fənn kimi baxılır. Azərbaycan təhsil sistemində “Texnologiya” dərsi məktəblilərin təhsil fəaliyyəti, həyatda, peşədə özünü təyin etmədə və yeni sosial – iqtisadi şəraitə uyğunlaşmasında prioritet rol oynayır. Gün rejimində hər hansı bir işlə məşğul olmaq hərəkəti komponentləri artırmaqla hipokineziyanın profilaktikasında effektiv bir üsuldur. O, uşaq və yeniyetmələrdə müsbət emosiyalar formalaşdırır, sərf olunan əməyin konkret nəticəsini görməyə imkan verir, sevinc və şadlıq hissi yaradır.

Təbiidir ki, fiziki işqabiliyyəti ancaq əzələ işi ilə müəyyən edilmir. O xeyli dərəcədə orqanizmin funksional vəziyyətindən asılıdır, bu isə birinci növbədə orqanizmin ümumi vəziyyəti ilə müəyyən edilir. Odur ki, əmək təlimi təşkil olunarkən sağlamlıq vəziyyətində dəyişiklikləri olan şagirdlər həkimin xüsusi diqqətinə ehtiyac duyurlar. Məlumdur ki, bu şagirdlərin funksional imkanları sağlam uşaqlara nisbətən aşağıdır, onlarda sinir proseslərinin tükənməsi daha tez baş verir və odur ki, onlar eyni dərəcəli işi yerinə yetirərkən tez yorulurlar.

Əmək politekniki təlim iki mərhələdə aparılır: müxtəlif xammalın əllə emalının ilkin üsullarına yiyələnmə və kənd təsərrüfatı bitkilərinin becərilməsi (1-4-cü siniflər) və daha əsaslı politekniki səciyyəli ümuməmək hazırlığı (5-7-ci siniflər), hansı ki, məktəbin tədris emalatxanalarında və kabinetlərində aparılır.

Xalq təsərrüfatının müəyyən təmayülləri üzrə hazırlıq (8-9-cu siniflər) məktəb və məktəblərarası tədris və tədris-istehsalat emalatxanaları, məktəblərarası tədris-istehsalat kombinatları, peşə-texniki məktəblərin emalatxanaları, tədris sexləri və müəssisə sahələri bazasında həyata keçirilir. Bu siniflərdə əmək təlimi və peşə yönümü şagirdləri natamam orta məktəbi qurtarmaq (9-cu sinif) üçün dərk edərək peşə və təhsilini davam etməkdən ötəri tədris müəssisəsi seçməyə hazırlamalıdır.

Peşə hazırlığı 10-11-ci sinif şagirdlərinin konkret peşələr üzrə bu və ya digər bazalarda, həmçinin istehsalatda iş yerlərində həyata keçirilir. Orta məktəbi qurtarmaq üçün şagirdlər müəyyən peşəyə yiyələnməli və qəbul olunmuş qaydada ixtisas üzrə imtahan verməlidirlər.

Tədris ili ərzində məcburi ictimai yararlı, məhsuldar əməyin başlıca məqsədi məktəblilərdə Vətən naminə işləmək tələbatının formalaşmasından ibarətdir. Bununla yanaşı ictimai yararlı fəaliyyət prosesi zamanı məktəblilər təsərrüfat-məişət və digər əmək növləri üzrə dəyərli vərdişləri mənimsəyirlər. Əmək tərbiyəsinin bu forması 6 yaşlı uşaqlardan (1-ci sinif) başqa bütün siniflərin şagirdləri üçün məcburidir. Bu əsasən dərs cədvəlindən kənar aparılır və tədris ili ərzində bərabər bölünür.

Yay tətilləri zamanı ictimai yararlı, məhsuldar əmək böyük sinif şagirdlərinin müxtəlif əmək birliklərində məktəblilərin könüllü iştirakı əsasında təşkil olunur.

Yeniyyətlərin peşə təhsili peşə-texniki məktəblərdə, ali və orta xüsusi təhsil müəssisələrində həyata keçirilir.

Əmək fəaliyyətinin məktəbli orqanizminə müsbət təsir ehtimalı fizioloqların və gigiyenistlərin çoxsaylı tədqiqatları ilə sübut olunmuşdur. Belə ki, tədris emalatxanalarındakı məşğələlər şagirdlərin əzələ sistemini tonuslandırır, əsas sinir proseslərinin – oyanma və ləngimənin qarşılıqlı münasibətini normalaşdırır, görmə analizatorlarının qabıq qurtaracağında baş verən sinir proseslərinin sürətini artırır. Əmək dərindən sonra gələn məşğələlər, 40-60 dəqiqə ərzində qanın yüksək dərəcədə oksigenlənməsi şəraitində keçir. Əmək dərslərinin ürək-qan damarı sistemə təsiri də müəyyən edilmişdir – bu zaman ürək əzələsi möhkəmlənir, qanın nəbz və dəqiqlik həcmi artır. Sübut edilmişdir ki, əmək dərsləri tədris günlərində şagirdlərin iş qabiliyyəti artır. Bununla bərabər əmək təlimi şagirdə nəinki müsbət, hətta sağlamlaşdırıcı təsir göstərməlidir, bunun üçün bütün imkanlar vardır.

Məlumdur ki, insan orqanizminin inkişafı onun fəaliyyəti ilə əlaqədardır və müəyyən maneələri aradan götürməklə baş verir. Odur ki, məqsədəuyğun təşkil olunmuş fiziki əmək, orqanizmin ayrı-ayrı funksiya, sistem və analizatorlarının yaş təkmilləşməsinə və möhkəmlənməsinə kömək edir və beləliklə tam orqanizmin düzgün inkişafına səbəb olur. Əməyin müsbət təsiri özünü bundan başqa onunla bürüzə verir ki, o bir fəaliyyət növünün digərinə keçid rolunu oynayan – göstərilən halda zehni fəaliyyətdən fiziki işə. Zehni iş təsirindən oyanma vəziyyətində olan baş beyin qabığı hüceyrələri, əmək zamanı ləngimə vəziyyətinə keçirlər, yəni istirahət edirlər və əksinə, zehni iş zamanı sakit vəziyyətdə olan baş beyin qabığının sahələri əməyin təsirindən təsirindən fəaliyyətə başlayırlar, çünki onlarda oyanma ocaqları əmələ gəlir. Şagirdlərin zehni yükü xeyli dərəcədə olduğu üçün, belə keçid böyük rol oynayır. O fizioloji yorğunluğun həddən artıq yorğunluğa keçməsinə mane olur və bununla da şagirdin ümumi iş qabiliyyətini yüksək səviyyədə saxlayır. Deməli, fizioloji nöqtəyi-nəzərcə, əmək təlimi şagirdin həm fiziki, həm də zehni iş qabiliyyətlərinin ahəngdar inkişafına kömək edə bilər.

Əməyin müsbət təsiri ancaq o zaman mümkündür ki, əgər əmək təlimi rejimi və şəraiti gigiyenik məqsədəuyğun təşkil olunubdur. Əmək yükünün normalaşdırılması zəruriyyəti məktəb yaşının xüsusiyyətləri ilə və birinci növbədə,

bütün məktəb yaş dövründə orqanizmin fasiləsiz böyüməsi və ayrı-ayrı funksiyaların təkmilləsməsi nəticəsində funksional göstəricilərin mütərəddidliyi ilə müəyyən edilir. Əmək təlimini normallaşdırılması üçün hərəki analizatorların funksiyasını, xüsusən əzələ gücü və möhkəmliyinin tam inkişaf etməməsi mühüm əhəmiyyət kəsb edir.

İnsanın əzələ qüvvəsi, həmçinin əzələnin funksional imkanlarını səciyyələndirən oyanma və dəyişkənlik, məktəb yaş dövründə fasiləsiz olaraq artır və 13-14 yaşlarında, yəni 7-8-ci siniflər üçün yüksək həddə çatır. Artıq təkə bu göstərir ki, kiçik yaşdan başlayaraq, böyük yaşa kimi, əmək yükü çox ehtiyatla artırılmalıdır. Əzələnin müəyyən vaxt ərzində fiziki gərginliyi saxlamaq qabiliyyətini əks edən və əzələ funksiyasını səciyyələndirən əzələ dözümlüyü, şagirdlərdə yetkin şəxslərə nisbətən az olur. Əmək yükünün müxtəlif yaş dövrlərində uşaq orqanizminə olan təsirinin öyrənilməsinə həsr olunmuş elmi tədqiqatlar xüsusən maraqlıdır. Məsələn, 6 yaşdan 18 yaşa qədər 500 şagirdin müayinəsinə əsasən müəyyən edilmişdir ki, fiziki əmək qabiliyyəti yaşa müvafiq olaraq artır, bu da nəinki inkişaf səviyyəsi ilə, həmçinin fiziki dözümlüklə izah olunur (F.Yanda). 14 və 16 yaşlı yeniyetmələrin əzələ iş qabiliyyəti müxtəlifdir və yaşlılarkindən fərqlənir. Yaşlıların dözümlüyünə nisbətən yeniyetmələrin dözümlüyü 14 yaşda 70,7%, 16 yaşda isə 80,4% təşkil edir. Yaş artdıqca, yorğunluq əlamətləri meydana çıxana qədər nisbətən ağır iş icra etmək imkanı yüksəlir: yaşlıların göstəricisinə müvafiq olan iş qabiliyyəti göstəricisi 14 yaşlı yeniyetmələrdə 71,3%, 16 yaşlılarda isə 78,6% təşkil edir.

A.M.Kleyner və b., çilingər ixtisası üzrə işləyən 15 və 16 yaşlı şagirdlərin fizioloji reaksiyalarının dinamikasını öyrənərkən 15 yaşlı yeniyetmələrdə nəbz tezliyi və oksigen mənimsəməsinin bərpası dövrünün 16 yaşlı yeniyetmələrə nisbətən sürəkli olduğunu aşkar etmişlər. 15 yaşlı yeniyetmələrdə statik dözümlük 6 saatlıq iş ərzində durmadan aşağı enir. 16 yaşlı yeniyetmələrdə isə belə hadisə ancaq işin axırında 3 saatında müşahidə olunur.

Xronometraj müşahidələri göstərir ki, yaş, ümumi iş qabiliyyətinə də təsir edir. Artıq 2 saatlıq işdən sonra 15 yaşlı yeniyetmələrin təxminən yarısı (44%) işlərini dayandırır, halbuki 16 yaşlı yeniyetmələrin çoxu (76%) işlərini davam etdirir.

Eyni yük, oğlan və qızlara müxtəlif təsir göstərir və çox vaxt qızlar üçün həddən artıq olur. Bu özünün izahını hər bir cinsin fizioloji xüsusiyyətlərində, birinci növbədə fiziki inkişafın qanunauyğunluqlarında tapır. Məlumdur ki, fiziki inkişaf göstəriciləri 14-15 yaşdan başlayaraq, oğlanlarda qızlara nisbətən həmişə yüksəkdir. Qızların əzələ qüvvəsi hələ məktəbə daxil olarkən aşağı olur və bu fərq yaş artdıqca xeyli yüksəlir. 5-7-ci siniflərdə oğlan və qızların əməyə hazırlığının müxtəlif dərəcədə olduğunu müşahidə etmişlər. Qızlarda, xüsusən fiziki cəhətcə zəif hazırlıqlı qızlarda, oğlanlara nisbətən məktəbin tədris emalatxanalarında iş zamanı əməyə olan marağın və müvəffəqiyyət göstəricilərinin tezliklə aşağı enməsi müşahidə edilir. Aşkar olunmuşdur ki, qızlarda, hətta idmanla məşğul olanlarda belə, oğlanlara nisbətən iş qabiliyyəti aşağıdır, onlar yükə tezliklə reaksiya verirlər və onların orqanizmi bu yükə çətinliklə uyğunlaşır. Cinsi fərq nəinki ayrı-ayrı sistemlərin funksiyalarında, həmçinin tam orqanizmdə də özünü göstərir. Oğlanlar eyni yaş, çəkisi və boyu olan qızlara nisbətən yüksək iş qabiliyyətinə malikdirlər.

Müşahidələr göstərir ki, əmək təlimi zamanı oğlan və qızların əmək vərdişlərini qavramaq qabiliyyətləri müxtəlifdir. Bu fərq orqanizm inkişafının büluğ dövründə xüsusən aydın aşkar edilir. 13-14 yaşlı şagirdlərin iş prosesi zamanı fizioloji funksiyalarının dinamikasını öyrənmiş N.M.Popovanın müşahidələrinə görə, qızlar oğlanlara nisbətən çilingərlik əməliyyatlarını ağır mənimsəyir, onlarda əlverişsiz fizioloji dəyişikliklər və yorğunluğa şikayət tezliklə meydana çıxır.

Gigiyenistlərin və pedaqoqların elmi tədqiqatlarının materialları, əmək təlimi üzrə tədris proqramının dəyişilməsi üçün əsas olmuşdur. Qızlar xarratlıq və çilingərlik emalatxanalarında işdən tamamilə azad edilmişlər, 1967-ci ildən isə qızların əmək hazırlığı əsasən xidmətçi əmək adlanan, əmək növü üzrə aparılır.

Aşkar olunmuşdur ki, şagirdlərin iş fəallığı, məşğələlərin birinci saatında 60-95% təşkil edir, ikinci saatında o 25-dən 80% qədər tərəddüd edir, üçüncü saatda isə kəskin azalır və 60%-dən artıq olmur. Düzgün qamətin pozğunluğu birinci saatda uşaqların 15%-də müşahidə edilir, ikinci saatda bu 20% və üçüncü saatda isə 47% təşkil edir.

Evdarlıq, kulinariya, biçmə və tikiş məşğələləri qızlar üçün maraqlıdır və onları yormur, lakin əgər aşağı siniflərdə (V sinif) bu dərslər zamanı uzun müddət ərzində biçimlər çəkilərsə, onda bu qızları yorur. Odur ki, 5-ci sinifdə belə dərsləri minimuma qədər məhdudlaşdırmaq, 6-7-ci siniflərdə isə biçimlərin çəkməsini başqa iş növləri ilə növbələşdirmək lazımdır.

Həddən artıq statik gərginliklə əlaqədar olan emalatxanalardakı yeknəsəq iş (mişarlama, kəsmə, ölçmə, biçmə və s.) şagirdlərin iş qabiliyyətini aşağı salır və yorğunluğun erkən baş verməsinə səbəb olur, bu zaman qanın oksigenlə doyma səviyyəsi aşağı düşür. Odur ki, yeknəsəq işin məhdudlaşdırılması və onun başqa işlə növbələşdirilməsi tövsiyyə olunur, yəni dinamiki və statik gərginliklərin münasibəti düzgün olmalıdır.

Təbiidir ki, fiziki iş qabiliyyəti ancaq əzələ iş qabiliyyəti ilə müəyyən edilmir. O xeyli dərəcədə orqanizmin funksional vəziyyətindən asılıdır, bu isə birinci növbədə orqanizmin ümumi vəziyyəti ilə müəyyən edilir. Odur ki, əmək təlimi təşkil olunarkən sağlamlıq vəziyyətində dəyişiklikləri olan şagirdlər həkimin xüsusi diqqətinə ehtiyac duyurlar. Məlumdur ki, bu şagirdlərin funksional imkanları sağlam uşaqlara nisbətən aşağıdır, onlarda sinir proseslərinin tükənməsi daha tez baş verir və odur ki, onlar eyni dərəcəli işi yerinə yetirərkən tez yorulurlar.

Anamnezində revmatizm olan şagirdləri iş zamanı müşahidə etmişdir. Tədris emalatxanalarında və kənd təsərrüfatında işlərkən sağlam uşaqlarda ürək-qan damar sisteminin funksional sınağına qarşı orta dərəcəli dəyişikliklər qeyd edilirdi, lakin revmatizmlə xəstə olan uşaqlarda isə əlverişsiz reaksiya müşahidə olunurdu. Nəbz tezliyi və arterial təzyiqin səviyyəsi sağlam şagirdlərdə 1-3 dəqiqədən sonra bərpa olurdu, yəni fizioloji səciyyə daşıyırdı, revmatizmlə xəstə olan uşaqlarda isə bir qayda olaraq bu funksiyaların bərpası 4-6 dəqiqəyə qədər, bəzi şagirdlərdə hətta 10 dəqiqəyə qədər ləngiyirdi. Revmatizm keçirtmiş şagirdlərdə iş zamanı qeyri-iradi fasilələr tez-tez baş verir və sürəkli olur. Kəskinləşmədən sonrakı dövrdə revmatik prosesin fəallaşmasının bəzi əlamətləri olan şagirdlər üçün əmək

dərslərində fiziki yük azaldılmalıdır, çox zəhmət tələb edən proseslər isə tamamilə istisna edilməlidir.

Yaxından görmə - məktəb yaşlarında çox tez-tez rast gəlir. Şagirdlərdə refraksiyanın anomaliyası, xüsusən yüksək dərəcəli yaxında görmə, bir tərəfdən eyni məşğələ və əmək şəraitində tez yorulmaya səbəb olur, digər tərəfdən isə həmin şagirdlərdə yaxından görmənin artması təhlükəsi vardır, bu isə gələcəkdə peşə seçərkən mənfi rol oynaya bilər. Odur ki, refraksiya anomaliyalarının korreksiyası bütün əmək növlərində, hətta onun ibtidai forması olan əl əməyi zamanı zəruridir, çilingərlik və xarratlıq emalatxanalarında, evdarlıq kabinetlərində, tikiş tikərkən və s. işlər zamanı isə bu xüsusən vacibdir. Yaxından görmə eynək vasitəsilə korreksiya olunmadıqda işləyən şagird ya iş obyektini həddən artıq gözə yaxınlaşdıracaq, bu isə arzuolunmaz dərəcədə akkomodasiyanın gərginləşməsinə və gövdənin qeyri-düzgün vəziyyətinə səbəb olacaqdır, ya da ki, obyektə qədər düzgün məsafənin olmasına baxmayaraq, şagird onun ayrı-ayrı hissələrini aydın seçə bilməyəcəkdir. Hər iki hal şagirdlərdə yorğunluğun artmasına və refraksiya anomaliyalarının ağırlaşmasına səbəb ola bilər.

Məktəb həkimi rekonvalessentlərə də xüsusi diqqət verməlidir. Məlumdur ki, keçirilmiş xəstəliklərdən sonra ali sinir fəaliyyətinin normallaşdırılması ancaq 10-12 gündən sonra baş verir. Tədqiqatlar göstərir ki, kəskin respirator xəstəliklərdən sonrakı ilk günlərdə, uşaqların funksional imkanları xeyli məhdudlaşır. Bu fizioloji göstəricilərin yüksək dərəcədə gərginləşməsi onların uyğunsuzlaşması ilə, həmçinin vegetativ pozğunluqların meydana çıxması və yorğunluğa olan subyektiv şikayətlərlə təzahür olunur.

Qeyd etmək lazımdır ki, əmək məşğələləri, gün rejimində hərəkət komponenti artıraraq, həmçinin məktəblilərdə hipogineziyanın profilaktikası üsullarından biridir. Bu məşğələlər uşaq və yeniyetmələrdə müsbət emosiyaların formalaşmasına imkan verir, çəkilən zəhmətin konkret nəticələrini görməyi mümkün edir, hansı ki, həmişə sevinc və məmnunluq hissi doğurur.

Əməyin orqanizmə sağlamlaşdırıcı təsiri ancaq o hallarda mümkündür ki, nə vaxt:

- ▶ əmək təliminin təşkili və keçirilməsində sistemlilik;
- ▶ orqanizmə məşqedic təsir göstərən fiziki və digər növ gərginliklərin tədricən artırılması (məktəblilərin işləmələri olduqları materialların düzgün seçilməsinə böyük diqqət yetirilir və istifadə olunacaq bütün materiallar aşağıdakı qayda üzrə yerləşdirilir: kağız – parça – karton – gil – plastilin – naqıl – faner – ağac – metal (məhkəm və yumşaq dəmir).
- ▶ əmək fəaliyyəti və onun strukturunun məktəblinin yaş – cins xüsusiyyətləri və sağlamlıq vəziyyətinə uyğunluğu;
- ▶ səmərəli əmək təlimi rejimi;
- ▶ uşaqların sağlamlığı üçün təhlükəsiz, əlverişli sanitariya-gigiyenik tələblərə müvafiq əmək fəaliyyəti şəraitinin yaradılması.

Bu müddəalar şagirdlərin əmək tərbiyəsi, təlimi və peşə təhsili üzərində sanitariya nəzarət üzrə həkim işinin əsas istiqamətlərini müəyyən edir. Şagirdlərin yaşına, cinsinə və sağlamlıq vəziyyətinə müvafiqlik baxımından əməyin məzmunu; əməyin davam etmə müddətini, onun ümumi gün rejimində və tədris məşğələləri

rejimində yerini, əmək prosesinin quruluşunu birləşdirən anlayış, əmək rejimi; əmək fəaliyyəti həyata keçirilən şərait nəzarət olunur.

Hazırkı mərhələdə məktəbin xüsusiyyəti birinci sinifdən başlayaraq əmək dərslərinin tətbiq edilməsi və onun sürəkliyinin tədricən artırılması, həmçinin sonrakı siniflərdə onun məzmun və məqsədinin genişləndirilməsidir. 1-7-ci siniflərdə əmək təliminin iki növü tətbiq edilir: əl əməyi, məktəbin tədris emalatxanalarında və evdarlıq kabinetində iş. Bu proqramlar 6-12 yaşlı uşaqların yaşcins xüsusiyyətlərini nəzərə alaraq qurulur. Əl əməyi dərslərində uşaqlar işləməyə alışırlar və ilkin əmək vərdişlərini əldə edirlər. Əl əməyi məşğələlərinin keçirilmə şəraitinin böyük əhəmiyyəti vardır. Onları partalarla deyil, masalarla təchiz olunmuş xüsusi kabinetlərdə keçirtmək lazımdır. İbtidai sinif şagirdlərinin işlədikləri masalarda qapağın sahəsi nisbətən böyük, onlarda əşyaların saxlanması üçün siyirtmə yeşiklər olmalıdır. Ümumtəhsil məktəbləri və internat məktəbləri nəzdində 1-3-cü sinif şagirdləri üçün sahəsi 50m² olan xüsusi əl əməyi emalatxanaları nəzərdə tutulur. Belə emalatxanalar 1-3-cü siniflərin yerləşdikləri mərtəbədə tanış təşkil olunur, onlar əlüzyuyanla təchiz olunmalıdırlar. Əgər məktəbdə əl əməyi üçün xüsusi emalatxana yoxdursa, onda dərsləri sinifdə, üzərinə üfüqi taxta qoyulmuş adi parta arxasında keçirtmək olar.

Əl əməyi məşğələləri münasib qurulub və müvafiq gigiyenik şəraitdə keçirilərsə, bu zaman onlar biləyin xırda əzələlərinin inkişafına, hərəkətlərin koordinasiyasının yaxşılaşdırılmasına, həmçinin görmə qabiliyyətinin məşqinə səbəb olurlar. Bu məşğələlərin təsiri altında, şagirdlərin iş qabiliyyəti də artır.

10-12 yaşlarda (5-7-ci siniflər) şagirdlər nisbətən mükəmməl ümuməmək politexniki hazırlıq alırlar. Tədris emalatxanalarında iş prosesi zamanı, şagirdlər əmək hərəkətlərinin düzgün vərdişlərinə və xammalın əllə emalı əməliyyatlarını mənimsəyir, taxta və metalın texnoloji xassələrilə, əl alətlərinin işi və quruluşu ilə tanış olurlar.

Ev təsərrüfatını səmərəli aparmaq, eyni cümlədə kulinariya, tikiş, mənzilə, paltara və ayaqqabıya qulluq vərdişlərini tərbiyə etmək məqsədilə qızlar üçün evdarlıq üzrə məşğələlər aparılır.

Emalatxanalarda şagirdlərin bilavasitə iş prosesi zamanı, bir sıra fizioloji funksiyaların tədqiqinə əsasən əmək əməliyyatlarının bir momentli davam etmə müddəti müəyyən edilmişdir, hansı ki, 10 dəqiqədən artıq olmamalıdır. Şagirdlərin təlimində dəqiqədə 66-75 hərəkət optimal iş sürəti sayılır. Şagirdlərə zərbə hərəkətlərini öyrətərkən (təlimin başlanğıc dövründə) iş sürəti dəqiqədə 60-70 zərbə, fasiləsiz iş sürəkliyi 1,5-2 dəqiqə və mikrofasilələr 25-30 saniyə olmalıdır.

Əməyin gigiyenik təşkilində məktəb emalatxanaları avadanlığının və alətlərinin mühüm əhəmiyyəti vardır, çünki işin yoruculuq dərəcəsi, avadanlığın şagirdin anatomo-fizioloji imkanlarına nə qədər müvafiq olmasından asılıdır. Böyüklər üçün nəzərdə tutulmuş alətlərdən, ancaq 15 yaşlı yeniyetmələr istifadə edə bilirlər. Nisbətən kiçik şagirdlər, böyüklər üçün nəzərdə tutulmuş alətlərdən istifadə edərkən dözümlülük 2-3 dəfə aşağı düşür, hərəkət dəqiqliyi 9-20% azalır, iş qabiliyyəti enir və düzgün işçi vəziyyət də pozulur. Hal –hazırda, fizioloji tədqiqatlara əsasən, müxtəlif yaşlı şagirdlərin xarratlıq və çilingərlik emalatxanalarında işləməsi üçün alətlərin ölçüləri müəyyən edilmişdir.

Məktəblər layihələşdirilərkən əmək məşğələləri üçün iki emalatxana nəzərdə tutulur: biri metal emalı üzrə, ikincisi isə taxta emalı üzrə və onların nəzdində olan alətxana. Layihə normalarına müvafiq olaraq hər emalatxananın sahəsi 66 m^2 -dir və 20 dəzgahın yerləşdirilməsi üçün hesablanmışdır. Burada eyni vaxtda 20 şagird, yəni sinifdə olan şagirdlərin yarısı işləyə bilər. Emalatxanaların yerləşdirilməsi siniflərdən ayrıca, birinci mərtəbədə, binanın təcrid olunmuş hissəsində nəzərdə tutulur. Tədris proqramına müvafiq olaraq emalatxanaların ancaq lazımi avadanlıqla (kiçik ölçülü torna və dülgərlik dəzgahları) düzgün təchiz olunmasının mühüm əhəmiyyəti vardır. Dəzgahlar 3 sırada, pəncərələrlə perpendikulyar, pəncərədən 0,4-0,6 m məsafədə yerləşdirilir. Dəzgah sıraları arasındakı məsafə 1 m, ən azı 0,65 m təşkil edir. Məngənələri olan dördyerli çilingərlik masaları pəncərələrə perpendikulyar, 5 sıra üzrə yerləşdirilir. Pəncərədən dəzgahlara qədər olan məsafə ən azı 2 m, dəzgah sıraları arasındakı məsafə 1 m və daxili divadan dəzgaha qədər 0,8-1 m məsafə olmalıdır. Dəzgahın işçi səthi bir yerə $90-100 \times 60 \text{ sm}$, dəzgahın hündürlüyü üçün iki ölçü 85 və 95 sm qəbul olunmuşdur.

Evdarlıq üzrə məşğələləri keçirtmək üçün sahəsi 50 m^2 olan xüsusi kabinetlər nəzərdə tutulur. Məşğələlər biçim və tikiş üzrə aparılır. Odur ki, evdarlıq kabinetlərində əl və maşın vasitəsilə tikiş üçün işçi yerlər düzəldilir. Xüsusi müşahidələr göstərir ki, hər şagirdə düşən sahə $3,5 \text{ m}^2$ təşkil etməlidir və beləliklə evdarlıq kabinetinin ümumi sahəsi ən azı 70 m^2 olmalıdır. Belə sahəsi olan otaqda həm dərz, həm də kulinariya bloklarını yerləşdirmək mümkündür.

Məktəb emalatxanalarında və istehsalatda göz zədələnməsinin profilaktikası məqsədilə metal və taxta emalı zamanı yonqar və xırda qəlpələrdən görmə üzvünü qorumaq üçün mütləq müdafiə vasitələri istifadə olunmalıdır. Bu məqsədlə müxtəlif müdafiə alətləri tətbiq edilir, dəzgahlarda müdafiə ekranları bərkidilir və müdafiə eynəkləri istifadə olunur.

Məktəb təliminin bütün mərhələlərində kənd təsərrüfatı əməyi üzrə məşğələlər keçirilir. Kiçik siniflərdə şagirdlər məktəbyanı sahədə bitki, gül və tərəvəzə qulluq edirlər, torpağın becərilməsi ilə tanış olurlar. 5-7-ci siniflərdə, məktəbin tədris-təcrübə sahəsindəki təcrübə məşğələləri, biologiya kursunun proqramına müvafiqdir. Bu məşğələlər təbiidir ki, kənd məktəblərində xüsusən geniş yayılmışdır. Müəyyən edilmişdir ki, şagirdlərin kənd təsərrüfatındakı işi, onların sağlamlıq vəziyyətinə müsbət təsir göstərir, bu həm bilavasitə işdən sonra, həm də işdən bir neçə müddət keçdikdən sonra, orqanizmin funksional göstəricilərinin yaxşılaşması ilə əks olunur. Bu onunla izah edilir ki, şagirdlər kənd təsərrüfatında işlərkən, onlar məhz açıq havada fiziki işlə məşğul olurlar, bunun isə böyük sağlamlaşdırıcı əhəmiyyəti vardır. Bununla yanaşı, kənd təsərrüfatı işlərinin özünəməxsus xüsusiyyətləri, həm iş sürəkliyi və intensivliyinin şagirdin yaş imkanlarına müvafiq olması, həm də iş şəraitinin təşkili üzərində ciddi həkim nəzarəti qoyulması tələb edir. Qeyd etmək lazımdır ki, kənd təsərrüfatı işlərinin çoxu, ayrı-ayrı əzələ qruplarının uzun müddətli statik gərginliyi ilə əlaqədardır və iş zamanı bədən vəziyyətini dəyişdirmək imkanın olmaması nəticəsidir. Bu isə tam inkişaf etməmiş şagird orqanizmi üçün xüsusən yorucudur. Ayrı-ayrı işlər çox vaxt ağır fiziki yüklə əlaqədardır. Bəzi işlər zamanı, xüsusən kənd təsərrüfatı maşınlarında işlərkən, bədbəxt hadisələr təhlükəsi vardır. Gübrə işlədikən və

xəstə heyvanlara qulluq edərkən, onlarla təmasda olan şagirdlərin zəhərlənmə və yoluxma qorxusu vardır. Odur ki, əmək rejimi və həcmi, əməyin növü, səciyyəsi, həmişə şagirdin funksional imkanlarına müvafiq gəlmir. Məsələn, şagirdlərin taxıl biçimində, yığımında və dərzlərin bağlanılmasında iştirakı, ürək-qan damarı sisteminə əlverişsiz təsir göstərir. Fasiləsiz olaraq ağır işin 2 dərs ərzində görülməsi, həmçinin arzu edilməz fizioloji dəyişikliklərə səbəb olur.

Kənd təsərrüfatında işləyən şagirdlərin istehsal normaları vacib məsələlərdəndir. İstehsal normaları müəyyən edilərkən, yaşlıların bir saatlıq normalarına əsaslanırlar. Bu yaşa müvafiq olaraq fərqləndirilir: 9-11-ci sinif şagirdləri üçün – yaşlıların bir saatlıq normasının 75%, 7-8-ci sinif şagirdləri üçün – 60%, 5-6-cı sinif şagirdləri üçün – 40%. Müxtəlif kənd təsərrüfatı işlərini icra edərkən, şagird orqanizminin funksional vəziyyətinin tədqiqi göstərir ki, iş vaxtı yüklənmə sıxlığı əmək məhsuldarlığı və şagird orqanizminin funksional vəziyyəti arasında asılılıq vardır. Müəyyən edilmişdir ki, işin səciyyəsindən asılı olaraq iş vaxtının sıxlığı xeyli tərəddüd edə bilər. İstehsal normaları oğlan və qızlar üçün eyni ola bilməz, o həmçinin bütün kənd təsərrüfatı işləri üçün eyni ola bilməz. İşin ağırlığından, tarlanın zibillənmə dərəcəsi, yer relyefinin səciyyəsi, torpağın vəziyyətindən və s. asılı olaraq, şagirdlərin 1 saatlıq istehsal normaları 7-8-ci siniflərdə yaşlıların istehsal normalarının 61%-nə, 9-10-cu siniflərdə isə 70-80%-ə bərabər olur. Böyük ağırlıqlı işlər zamanı 9-10-cu sinif oğlanlarının istehsal normaları, yaşlıların istehsal normalarının 60-65% -nə qədər, qızlarınkı isə 25% azalır.

Kənd təsərrüfatı işləri icra edilərkən yüksək temperaturun şagird orqanizminə əlverişsiz təsiri aşkar edilmişdir. Məsələn, 25^oC-dən yüksək temperaturda tarlada 3-4 saatlıq iş zamanı, orqanizmin funksional vəziyyətində əlverişsiz dəyişikliklər müəyyən edilmişdir. Temperatur amilindən başqa kənd təsərrüfatı məşinlərini sürərkən səs-küy və titrəyişin də əhəmiyyəti mühümdür.

Gigiyenik normalaşdırılmada nəinki istehsal normaları, həmçinin iş vaxtının sürəkliyinin normalaşdırılması da böyük əhəmiyyət kəsb edir. Fizioloji tədqiqatlara əsasən ən əlverişli iş sürəkliyi aşağıdakılar sayılır: 5-ci sinif şagirdləri üçün – gündə 2 saat, 6-cı sinif şagirdləri üçün – 2-3 saat, 7-8-ci sinif şagirdləri üçün gündə 4 saatdan artıq olmayaraq. Bostan bitkiləri ələq edilərkən, 7-10-cu sinif şagirdlərinin əmək sürəkliyi gündə 4 saatdan çox olmamalıdır, üzüm tənəkləri bağlarkən işin davam etmə müddəti 5 saat olmalıdır. Hər 45-50 dəqiqəlik işdən sonra fasilələr nəzərdə tutulur, üzüm tənəkləri bağlarkən belə fasilələr hər 1,5 saatdan bir edilməlidir. Ən münasib iş vaxtı səhər saatlarıdır.

Kənd təsərrüfatı işlərinin proqramına şagirdlərin həyatı və sağlamlığı üçün qorxulu olan işlər daxil edilməməlidir. Bunlara aiddir: kənd təsərrüfatı məşinlərində bəzi işlər, zərərvericiləri qırmaq məqsədilə zəhərli kimyəvi maddələrlə əlaqədar olan işlər, böyük heyvanlara, həmçinin yaşdan asılı olmayaraq xəstə heyvanlara qulluq, peyinin daşınması və digər işlər.

9-11-ci sinif şagirdlərinin əmək təliminin məzmunu konkret ərazinin, bölmənin, kadrlara olan tələbatını, tədrisi texniki bazanın mövcudluğunu, şəhər və kənd məktəblərinin xüsusiyyətlərini, oğlan və qız əməyini nəzərə alaraq hazırlıq təmayülü müəyyən edilir. “Ümumtəhsil məktəblərdə hazırlığı təşkil olunan

peşələrin müvəqqəti siyahısına” ağır iş şəraiti və şagirdlərin sağlamlığına mənfi təsir göstərməyən 900-ə qədər peşələr daxil edilmişdir. Lakin yerlərdə məktəbə, tələbata müvafiq olaraq digər təmayüllər üzrə də işçi qüvvəsi hazırlığının təşkilinə göstəriş verilə bilər.

Yuxarı siniflərdə şagirdlərin əmək təliminə buraxılışının məcburi şərti tibbi yoxlamaların keçirilməsi və seçilmiş peşəyə yararlılıq haqqındakı xülasənin tərtibindən ibarətdir. 10-11-ci sinif şagirdləri bilavasitə baza müəssisələrinin işçi yerində peşə vərdişlərini mənimsəyir. Bu cəhət nəinki təlim və peşə yönümü, həmçinin konkret işçi yerlərinin razılaşdırılmasını tələb edir.

Ümumtəhsil məktəbləri şagirdlərinin ictimai yararlı, məhsuldar əməyinin təşkili əsasnaməsində şagirdlərin 4 əsas əmək istiqaməti nəzərdə tutulmuşdur: 1. Sənayedə, kənd təsərrüfatında, xidmət sahəsində əmək. 2. Təbiətin mühafizəsi. Abadlaşdırma üzrə işlər. 3. Məktəb üçün işlər. 4. İkincili xammalın yığılması. Bu səpkili işlər dərindən kənar vaxtda həyata keçirilir.

Deyilən istiqamətli işlərdə şagirdlərin iştirak dərəcəsi yaş və sağlamlıq vəziyyətindən asılıdır. Kiçik sinif şagirdləri təbiətin mühafizəsi işlərinə cəlb olunurlar. İkincili xammalın yığılması 9 yaşdan, metal qırıntıları 11 yaşdan icazə verilir. Orta (5-7-ci) və yuxarı (8-11-ci) sinif şagirdləri yaşlarına müvafiq olaraq sənaye, kənd təsərrüfatı, xidmət sahəsindəki işlərə cəlb olunurlar.

Peşə təhsilinin məzmunu bütün tədris müəssisələrində və istehsalatda xüsusi plana əsasən müəyyən edilərək peşə texniki məktəblərdə və orta xüsusi tədris müəssisələrində həyata keçirilir.

Beləliklə, əmək təlimi, tərbiyəsi və peşə təhsili üzərində nəzarət apararkən uşaq və yeniyetmələr gigiyenası üzrə sanitar həkiminin vəzifələrinə aiddir:

- şagirdlərin əmək fəaliyyəti səciyyəsinin vaxtında razılaşdırılması (8-9-cu sinif şagirdlərinin təmayül hazırlığının, 10-11-ci sinif şagirdləri üçün konkret peşələri, hər il əmək təcrübəsinə, həmçinin dərindən kənar vaxtda və yay tətilləri dövründə şagirdlərin cəlb olunacaqları ictimai yararlı, məhsuldar əmək növləri);
- işin səciyyəsinin sağlamlıq vəziyyətinə müvafiqliyini əks edən sənədlərlə tanışlıq; bu sənədlərin hərtərəfli tibbi yoxlamalarla tam əhatə səpkisində qiymətləndirilməsi; həkim-peşə məsləhətlərinin nəticələri və seçilən təhsil təmayülünə və peşəyə yararlılıq haqqındakı xülasənin qeydiyyatının mövcudluğu; sağlamlıq vəzifələrində sağlamlıq vəziyyətində pozğuntuları olan uşaqlar üçün məsləhətlərin qeydiyyatı;
- peşə-texniki məktəblərə və texnikumlara daxil olanların qəbul yaşı üzərində nəzarət;
- əmək təlimi və təcrübəsi məzmunununun tədris proqramlarına müvafiqliyi üzərində nəzarət.

Ümumtəhsil məktəbləri şagirdlərinin əmək tərbiyəsi və təlimi rejiminin mühüm əhəmiyyəti vardır. Məktəbdə əmək təliminin əsas forması əmək dərslidir. Siniflər üzrə il və həftəlik dərslərin miqdarı Təhsil nazirliyinin planlarına görə normalaşdırılır. Bu plan üzrə əmək təliminə 1-7-ci siniflərdə həftədə 2 saat ayrılır, 8-9-da – 3 saat, 10-11-də - 4 saat. Bundan əlavə məcburi ictimai yararlı əmək nəzərdə tutulur. 2-4-cü siniflərdə həftədə 1 saat, 5-7-də - 2 saat, 8-9-da – 3 saat, 10-

11-də - 4 saat. Hər illik əmək təcrübəsinin davamətmə müddəti 5-7-ci siniflərdə gündə 3 saat olmaqla 10 gün ərzində planlaşdırılır, 8-9-da – gündə 4 saat 16 gün, 10-da – 6 saat 20 gün.

Məktəbin dülgərlik və çilingərlik emalatxanalarında aparılan əmək dərsləri aşağıdakı gigiyenik tələblərə cavab verməlidir:

- şagirdlərə verilən təcrübə tapşırıqları 1-2 əməliyyatın icrası ilə bitməyərək, 3-5 əməliyyatdan ibarət olmalıdır;
- əməliyyatlar arasında əlavə təlimat, alətlərin dəyişdirilməsi və digər təşkilati məsələlər üçün kiçik (1-3 dəqiqəlik) fasilə nəzərdə tutulmalıdır, hansı ki, iş zamanı istirahətdir;
- qoşa əmək dərsləri zamanı bədən tərbiyəsi dəqiqələrini hər dərslərin ortasında deyil, işçi dinamik stereotipi pozmaq məqsədilə 1-ci dərslərin sonunda və ya 2-ci dərslərin əvvəlində aparmaq məqsədəuyğundur. Məktəbin ibtidai siniflərində qoşa dərslər yolverilməzdir. Bu siniflərdə uşaqların işi nisbi hərəkətsizliklə (oturaq vəziyyət) əlaqədar olduğu üçün bədən tərbiyəsi; dəqiqələrini dərslərin 15-20-ci dəqiqələrində aparmaq lazımdır;
- qoşa əmək dərslərində davamətmə müddəti 10 dəqiqə olmaqla məcburi fasilələr təşkil olunmalı, bu zaman şagirdlər otaqdan çıxmalı və onun havası təzələnməlidir;
- müəllimin izahı dərslərin 25%-dən artıq olmamalıdır (10-12 dəqiqə);
- dərslərin ən münasib sıxlığını təmin etmək üçün işçi yerinin təşkilinə, otağın təmizlənməsinə və s. ayrılan vaxt qısaldılmalıdır;
- dərslərin sıxlığı 60-85% həddində olmalıdır. Sıxlıq 60%-dən az olduqda şagirdlərin işə marağı itir, onların diqqəti yayınır, işçi stereotip formalaşmır;
- əmək dərslərində sağlamlıq vəziyyətində dəyişiklikləri olan şagirdlərə fərdi yanaşma tələb olunur, çünki onlar üçün emalatxanalarda iş sağlamlıq şagirdlərə nisbətən daha yorucudur və nəbzın sürətlənməsini, qan təzyiqi və bədən temperaturunun yüksəlməsini, çoxlu tər ifrazatını, yorğunluğa şikayətlərin xeyli artmasını törədə bilər. Onlar üçün tapşırıqlar sadə olmalı, istirahət üçün əlavə fasilələr verilməlidir;
- şagirdlərin fərdi iş rejimi üzrə tibb işçilərinin məsləhətləri vaxtında sinif jurnalının sağlamlıq vərəqəsində əks olunmalı və əmək müəllimi tərəfindən nəzərə alınmalıdır.

8-11-ci siniflərdə tədris həftəsi strukturunda əmək təliminə bir gün ayrılır: 6-7 tədris saatları onlardan 3-4 saat tədris planı üzrə nəzərə alınmış, 2-3 saat isə məcburi ictimai yararlı əmək hesabına. Bu cür rejim məktəbə əlverişlidir, tədris gününün tamlığını qoruyur, şagirdləri baza müəssisələrinə və geriyə, məktəbə qayıtmaq üçün artıq vaxtın sərf olunmasına yol vermir.

Əmək təlimi günlərində məşğələlərin quruluşu məktəbdə tədris günü strukturuna oxşardır: hər 45 dəqiqədən bir – davamətmə müddəti 10 dəqiqədən az olmayan fasilə, iş gününün artmasında – qida qəbulu üçün böyük fasilə (30 dəqiqəlik). Cədvəl ilə xüsusi fənlər üzrə 1-2 nəzəri dərslər və 3-5 təcrübəvi iş dərsləri nəzərdə tutulur. Təcrübəvi iş dərsləri zamanı şagirdlər ilkin peşə vərdişlərinə yiyələnirlər, sonra isə məhsuldar əməyə keçirlər.

Ümumtəhsul məktəblərində şagirdlərin əmək təlimi və tərbiyəsi rejimi üzərində sanitar nəzarəti həyata keçirərkən uşaq və yeniyetmələr gigiyenası üzrə sanitar həkiminin vəzifələrinə daxildir:

- yoxlanılan məktəb şagirdlərinin əmək təlimi və tərbiyəsi rejimi və təşkilini əks edən sənədlərlə ətraflı tanışlıq. Onlara aiddir: dərs cədvəli, 5-10-cu sinif şagirdlərinin tədris məşğələləri və təcrübəsinin illik cədvəli; özünəxidmət üzrə və ictimai yararlı məhsuldar əməyin digər növləri üzrə iş cədvəli, yay tətili dövründə məktəblilərin əmək birliklərinin təsdiq olunmuş gün rejimi, məktəb müdiriyyəti (tədris-istehsalat kombinatı) və baza müəssisəsi arasında əmək sazişi;
- göstərilən sənədlərin əmək təlimi üzrə təsdiq olunmuş proqramlara, həmçinin məktəblilərin əmək təlimi üzrə təsdiq olunmuş proqramlara, həmçinin məktəblilərin əmək təlimi və tərbiyəsi üzrə məlumatlara müvafiqlik səpkidə təhlil;
- yoxlanılan məktəbdə fotoxronometraj üsulunun tətbiqilə şagirdlərin təsdiq olunmuş əmək rejiminin yerinə yetirilməsinin bilavasitə nəzarəti;
- məktəbdə əmək dərsləri quruluşunun, əmək təcrübəsinin, ictimai yararlı məhsuldar əməyin dəqiqəlik xronometraj üsulunun köməkliyi ilə gigiyenik qiymətləndirilməsi;
- məktəblilərin əmək təlimi və tərbiyəsinin ayrı-ayrı bölmələri üzrə tematik yoxlamaların və elmi-təcrübəvi işin aparılması, məsələn 1-7-ci sinif şagirdlərinin əmək dərsləri quruluşunun və təşkilinin, 7-9 və 10-11-ci sinif şagirdlərinin əmək təlimi rejiminin və s. gigiyenik qiymətləndirilməsi.

PEŞƏ YÖNÜMÜNÜN TİBBİ-PROFİLAKTİKİ MƏSƏLƏLƏRİ, HƏKİM-PEŞƏ MƏSLƏHƏTİ VƏ PEŞƏ SEÇMƏ.

İxtisaslı gənc mütəxəssislərin hazırlanması, onlardan xalq təsərrüfatında istifadə olunması üçün vaxtında aparılan peşə yönümü işinin böyük əhəmiyyəti vardır. Peşənin seçilməsi məktəbdə başlanır. Hal-hazırda peşələr siyahısına daxil edilən peşələrin sayı tədricən daha da artır. Məktəb şagirdlərin peşədən əvvəlki hazırlığını təmin etməlidir, çünki belə hazırlıq olmadan gələcək əmək fəaliyyəti istiqamətinin düzgün seçilməsində xeyli çətinliklərlə rastlaşırlar.

Peşə yönümünün vəzifəsi gənclərdə əməyə şüurlu münasibətin tərbiyəsinə, onlarda əmək fəaliyyətinin seçilməsinə hazırlığı, məhsuldar əməkdə geniş iştirakını təmin etməkdir. Bu xalq təsərrüfatının tələblərini nəzərə almaqla gənc mütəxəssishazırlığının səmərəli planlaşdırılmasına imkan verir.

Peşə yönümü - məktəbliyə peşə seçimində kömək məqsədilə çox aspektli elmi əsaslandırılmış təsir sistemidir. Peşəyə meyillilik cinslə, yetişkənlik isə - yaşla müəyyən olunur. Peşə yönümünün əsas şərtini ixtisas seçərkən sərbəst şəraitin yaradılması təşkil edir. Peşə yönümü cəmiyyətin müxtəlif təmayüllü və dərəcəli mütəxəssislərə olan tələbatının ödənilməsi, ixtisasın mənimsənilmə müvəffəqiyyətini təmin edən, onun insanın müəyyən keyfiyyətlərinə irəli sürdüyü tələbat nöqtəyi nəzərdən peşənin xüsusiyyətlərinin tədqiqini nəzərdə tutur.

Peşə yönümünün həyata keçirilməsində müxtəlif təmayüllü mütəxəssislər iştirak edirlər: sosioloqlar, psixoloqlar, pedaqoqlar, iqtisadçılar, fizioloqlar və həkimlər. Peşə yönümünün bir neçə məsələləri vardır:

1)Peşə yönümünün psixoloji və pedaqoji məsələləri şagird şəxsiyyətinin,şəxsi xüsusiyyətlərdən və qabiliyyətdən asılı olaraq peşə istiqamətinin formalaşmasının tədqiqini nəzərdə tutur.

2)İqtisadi məsələ xalq təsərrüfatının müxtəlif təmayüllü və dərəcəli mütəxəssislərə olan tələbatının öyrənilməsini nəzərdə tutur,

3)Tibbi-fizioloji məsələ sağlam yeniyetmələrin peşə seçilməsinin və sağlamlıq vəziyyətində dəyişiklikləri olan yeniyetmələrin peşə yararlığının müəyyən edilməsini nəzərdə tutur.

Ümumtəhsil məktəblərində peşə yönümü tədris-tərbiyə işinin tərkib hissəsidir. Onun aparılmasında müəllimlər, peşə-texniki təhsil sisteminin, istehsalatın və ictimai təşkilatların işçiləri həkimlər iştirak edirlər.Peşə seçərkən əksər yeniyetmələr bu və ya digər işçi əməliyyatlarının və ümumi peşənin mənimsənilməsində müvəffəqiyyəti təmin edən keyfiyyət və xüsusiyyətlərinin inkişaf səviyyəsinə,peşənin irəli sürdüyü tələblərə özlərinin müvafiqliyini düzgün müəyyən edə bilmirlər. Çox vaxt onlar öz sağlamlıq vəziyyətlərinin peşə tələblərinə müvafiqliyini belə heç nəzərə almırlar.Yeniyetmələr üçün öz fiziki imkanlarının həddindən artıq şişirdilməsi,onlarda olan xəstəlik və sağlamlıq vəziyyətindəki dəyişikliklərə etinasızlıq xasdır. Sağlamlıq vəziyyəti peşə seçilməsinin xeyli dərəcədə müəyyən edici vacib amildir. Bu amilə əhəmiyyət verməmək olmaz,çünki orqanizmin imkanlarını nəzərə almadan peşə marağının formalaşması ,sonralar mövcud xəstəliklərin kəskinləşməsinə gətirir, əlillik üçün zəmin yaradır. Peşə seçimi - insan peşə üçün seçilir, Peşə məsləhəti - peşə insan üçün seçilir

Düzgün peşə seçmə nəinki sağlamlıq vəziyyətinin ,həmçinin orqanizmin psixofizioloji səciyyəsinin nəzərə alınmasını tələb edir. Məsələ ondadır ki,insan fərdi fizioloji xüsusiyyətlərinə müvafiq olmayan iş ,aşağı əmək məhsuldarlığına,ruhi pozğuntuların inkişafına ,somatik səciyyəli xəstəliklərə səbəb ola bilər. Bu cür qeyri-müvafiq xəstəlik tezliyinin 2-3 dəfə artmasına gətirir.Peşə seçərkən tibb işçilərinin yardımına məktəblilər digər əhali qruplarına nisbətən daha çox ehtiyac duyurlar.Bu yardımı məktəb pediatri ,uşaq məsləhətxanalarının və böyüklər üçün olan poliklinikalar nəzdindəki yeniyetmələr kabinetlərinin müxtəlif ixtisaslı həkimləri və həmçinin gigiyena və epidemiologiya mərkəzlərinin uşaq və yeniyetmələr həkimləri həyata keçirirlər.

Sanitar həkiminin rolu digər mütəxəssislərlə birlikdə məktəb şagirdlərində sağlamlıq vəziyyətində və orqanizmin fərdi psixofizioloji xüsusiyyətlərindən asılı olaraq düzgün peşə istiqamətinin formalaşdırılmasından ibarətdir.

Bu sahədə sanitar həkiminin konkret vəzifəsinə aiddir: 1) İstehsalat şəraitinin və əmək prosesinin böyüyən orqanizmə təsirinin proqnozlaşdırılması məqsədilə məktəblilərin və peşə-texniki məktəbin şagirdlərinin həyata keçirilən ixtisaslar üzrə peşələrin sanitar səciyyəsinin tərtibi; 2)Yeniyetmələrin peşə yönümü məsələləri həll edilərkən əməyin mühafizəsi üzrə qanunların gözlənilməsinə nəzarət; 3)Ümumtəhsil məktəblərində və digər tədris müəssisələrində həkim-peşə məsləhətinin tamlığı və vaxtında aparılmasına nəzarət ; 4)Peşə yönümünün tibb məsələləri üzrə məktəblilər, valideynlər və müəllimlər arasında sanitar-maarif işi.

Peşənin sanitar səciyyəsi aşağıdakı sxem üzrə tərtib olunmalıdır:

a)iş prosesinin və ayrı-ayrı əməliyyatların ardıcıl olaraq təsviri;

- b) tərtib olunan materialların ,avadanlıq və alətlərin səciyyəsi;
- ç) işçi qamətin səciyyəsi (ayaq üstə,oturaq vəziyyətdə ,məcuburi); bədən vəziyyətinin yeknəsəkliyini tələb edən işin davamətmə müddəti; statik gərginliyin mövcudluğu və onun davamətmə müddəti ;yeknəsəq hərəkətlərin mövcudluğu(müəyyən edilmiş və sərbəst surətdə vahid vaxt ərzində əməliyyatların təxmini sayı);
- c) ağırlıq qaldırma və daşınma daxil olan işin mövcudluğu haqqında göstəriş (kütlə və məsafə); bu işlərin müntəzəmliyi,onların ümumi davamətmə müddəti və iş günü ərzində daşınma ağırlığının ümumi kütləsi;
- d) ayrı-ayrı analizatorlara (eşitmə ,görmə,qoxu),statokinetik davamlılığa, həmçinin sinir sisteminə (diqqət,hərəkətlərin koordinasiyası,yaddaş və s.) tələblərin artması ehtimalı haqqında göstəriş; istehsalat zədələnmələri,tez-tez rast gələn zədələnmələr təhlükəsinə göstəriş;istehsalat zərərlərinin təsir imkanını haqqında göstəriş: a) işçi yerində havanın pozulması (laborator tədqiqatlar əsasında keyfiyyət və kəmiyyət səciyyəsi);
- e) kimyəvi maddələr (laborator tədqiqatlarına əsasən işçi sahəsinin səciyyəsi və çirklənmənin daimiliyi); c) ümumi və yerli vibrasiya ,onun təsir müddəti ; ə) əlverişsiz meteoroloji şərait ; e) səs-küy ,onun gərginliyi və təsir daimiliyi.

Peşənin yeniyetməyə təsirinin proqnozlaşdırıqda nəzərə almaq lazımdır ki,orqanizmin yaş imkanlarına müvafiq olan əmək ,sağlamlıqlı möhkəmləndirmə vasitəsidir. Eyni zamanda nəzərə almaq lazımdır ki,yeniyetmələrə emosional müvazinətsizlik, gərgin vəziyyətdə davranışın qeyri-adekvatlığı ,öz imkanlarının həddən artıq şişirdilməsinə meyillik,yüksək reaktivlik və orqanizmin erkən yorğunluğu çox xas olan xüsusiyyətlərdir.Odur ki,əlverişsiz istehsalat şəraiti onlarda funksional dəyişikliklər və hətta sağlamlıq vəziyyətində pozğunluqlar törədə bilərlər.Yeniyetmələrin tibbi peşə yönümünün peşə tələbinin ümumi yaş-cins xüsusiyyətlərinə müvafiqliyi ,həmçinin sağlamlıq vəziyyətinin fərdi səciyyələri və orqanizmin ayrı-ayrı funksional sistemlərinin inkişaf səviyyəsi təşkil edilməlidir. Peşə yararlılığı dedikdə orqanizmin funksional imkanlarının peşənin tələblərinə uyğun gəlməsi – (məsələn: ən inkişaf etmiş funksiyaların istifadəsinə üstünlük verilməsi və ya funksional cəhətdən nisbətən zəif olan orqan və sistemlərin mühafizəsi baxımından) başa düşülür.

Əmək şəraitinin mövcud olan sanitar səciyyəsi, laborator və alətlərlə tədqidat məlumatları üzrə qiymətləndirərkən, həkim şərti olaraq peşəni aşağıda göstərilən dörd qrupdan birinə aid edə bilər. Bu çür təsnifat yeniyetmələrin peşə yönümünün düzgün aparılması (tibbi nöqteyi-nəzərcə) üçün tövsiyyə olunur.

Birinci qrupa ağır əmək şəraiti və əlverişsiz istehsalat amilləri olmayan peşələr aiddir.Bu xidmət sahəsinin peşələridir, saat istehsalatdakı ,cihazqayırma müəssisələrindəki və s. işlərdir. Sağlamlıq vəziyyətində , həmçinin fiziki və ruhi inkişafında dəyişiklikləri olan məktəblilər ,bu qrupa daxil edilmiş çoxlu peşələrdən birini seçə bilərlər.

İkinci qrupa əlverişsiz istehsalat amillərinin müvəqqəti təsiri ilə əlaqədar olan peşələri birləşdirir. Məsələn, aşpazın işi xeyli yüksək temperaturun (23-38 0 C) və artmış rütubətin orqanizmə müvəqqəti təsiri ilə bağlıdır.Yeniyetmədə sobanın yanında işləyən zaman çoxlu tər ifrazı, bədən temperaturunun artması və

nəbzın dəqiqədə 140-a qədər tezləşməsi müşahidə olunur.Yəni, istehsalat otaqlarında diskomfort mikroiqlim, bu şərait təsirinin müvəqqəti olmasına baxmayaraq, tənəffüs üzvlərinə və ürək-qan damarı sisteminə artmış tələblər irəli sürür.Buna əsaslanaraq, aşpaz peşəsi tənəffüs üzvləri və qandövranı xəstəlikləri ilə əzab çəkən yeniyetmələrə məsləhət oluna bilməz, çünki bu xəstəliyin ağırlığını gücləndirə bilər .

Üçüncü qrupa daimi olaraq müxtəlif əlverişsiz peşə istehsalat amillərinin kompleks təsiri ilə əlaqədar ixtisaslar daxildir. Misal kimi toxucu peşəsini göstərmək olar.Toxucu sexində təlim və iş ,havanın yüksək temperaturu və tozlanması, gərgin səs-küy və b. Orqanizmə təsiri ilə, yəni ürək-qan damarı sistemi və tənəffüs üzvlərinin xəstəliyi olan şəxslər üçün təhlükə amilləri ilə müşayiət olunur. Qamətin məcburi vəziyyətində, ayaq üstə iş,q amət pozğunluğu və yastıpəncəliyi olan şəxslərə əks göstərişdir. Beləliklə,ürək, ağ ciyər, eşitmə və istinad-hərəkət aparatının xəstəlikləri olan məktəblilərə bu peşə əks göstərişdir.

Kompleks əlverişsiz amillərin daimi təsiri ilə əlaqədar istehsalatda peşə təlimi və işin başlanğıcından əvvəl yeniyetmələr hərtərəfli tibbi yoxlamadan keçirlər və ancaq o şəxslər seçilir ki, hansılarda xroniki xəstəliklər və fiziki inkişaf qüsurları yoxdur. Tibbi yoxlama zamanı mütləq funksional sınaqlar edilir, əlverişsiz istehsalat amillərinin başlıca təsiri gözlənilən funksional sistemlərin inkişaf səviyyəsinə diqqət yetirilir. Bundan əlavə, bu növ peşə üzrə istehsalat təliminə və işə buraxılmış sağlam yeniyetmələr üçün istehsalat amillərinin əlverişsiz təsirini azaldan şərait yaradılır : fərdi müdafiə vasitələri ayrılır, ən münasib əmək və istehsalat rejimi nəzərdə tutulur, bədən tərbiyəsi və idmanla əlavə məşğələlər tövsiyyə olunur.

Dördüncü qrup 3000 qədər ağır və zərərli əmək şəraiti ilə əlaqədar olan peşə və işləri birləşdirir. Səhiyyə Nazirliyinin razılığı ilə “18 yaşdan gənc şəxslərin əməyinin tətbiqi qadağan olunan, ağır və zərərli əmək şəraitli istehsalat, peşə və işlərin siyahısı təsdiq olunmuşdur. Bu siyahıda göstərilən peşələr üzrə ancaq orta texniki - peşə və ümumtəhsil məktəblilərinin yuxarı sinif şagirdlərinə istehsalat təcrübəsi (istehsalat təlimi)keçməyə icazə verilir.Bu şəraitdə onların qalmasının davam etmə müddəti gündə 4 saatdan artıq olmamalıdır, bu şərtlə ki, belə istehsalatlarda və işçi yerlərində mövcud sanitar- gigiyenik normalar ciddi gözlənilsin.

Şagirdlərin kompleks peşə-istehsalat zərərləri ilə erkən təmasına yol verməmək məqsədilə, gigiyenistlər bu cür baza sənaye müəssisələrində istehsalat təlimi və təcrübəsini keçirilməsini orta peşə-texniki məktəblərin 2-ci kursundan başlanmasını təklif edirlər; 1-ci kursda nəzəri məşğələləri və istehsalat təliminin trenajerlər tətbiq etməklə tədris emalatxanalarında keçirilməsi məqsədəuyğundur. Yeniyetmələrin əmək münasibətləri mövcud əmək haqqında qanun Əsasnamələri ilə tənzim olunur.Qanunlar yeniyetmələrin sağlamlığının mühafizəsinə, həddibuluğa çatmayanları müəyyən etmək və istirahət şəraiti ilə təmin edilməsinə, işləyən yeniyetmələrin ümumi təhsil səviyyəsinin və istehsalat ixtisasının artmasına yönəldilmişdir.

İcbari məqsədli tibbi yoxlamaları cərrahın, nevropatoloqun oftalmoloqun, otolarinqoloqun,1 azım gələrsə digər mütəxəssislərin iştirakı ilə pediatr və

poliklinikanın yeniyetmə kabinetinin terapevti aparır. Onlar tibbi göstərişlər üzrə peşəyə yeniyetmənin peşə yararlığını ,yeni orqanizmin sağlamlıq vəziyyətinin və anatomo-fizioloji xüsusiyyətlərinin peşə üzrə təlim və iş zamanı ona irəli sürüləcək tələblərə müvafiqliyini müəyyən edirlər. Əlbətdək, peşə yararlığı xeyli dərəcədə peşənin mənimsəmə prosesində formalaşır: peşə əhəmiyyətli funksiyalar inkişaf edir, ayrı-ayrı funksional sistemlər və bütünlükdə orqanizmin istehsalat şəraitinə uyğunlaşması baş verir, işçi dinamik streotiplər yaranır. Lakin bu yenidənqurma prosesi yeniyetmənin sağlamlıq vəziyyəti üçün zərərli olmamalıdır. Seçilmiş peşədə iş, yeniyetmənin əmək qabiliyyətini, onun bütün sonrakı həyat boyu ərzində tam saxlanılmasını təmin etməlidir. Bu və ya digər sənətə peşə yararlığını çox vaxt sağlamlıq vəziyyətindəki pozğuntular məhdudlaşdırır. Odur ki, peşə seçilməsinə əks göstəriş ilk növbədə müəyyən olunur, məsələn, revmatizm, tənəffüs üzvləri və böyrək xəstəlikləri ilə əzab çəkən yeniyetmələrə inşaat peşələri əks göstərişdir. İnşaat işləri əlverişsiz meteoroloji şəraitdə aparılır, bu isə xəstəliklərin kəskinləşdirilməsini törədə bilər. Sinir sisteminin xəstəlikləri ,gənclik hipertoniyası xeyli sinir-ruhi gərginlik, səs-küy və vibrasiya ilə əlaqədar peşələrin seçilməsi üçün maneədir. Beləliklə, hər xəstəlik üçün bir neçə əks göstərişli peşə-istehsalat amillərinin müəyyən edilməsi mümkündür.

Sağlamlıq vəziyyətində dəyişiklikləri olan şəxslərin peşə yararlığı haqqında məsələnin düzgün və daha obyektiv həlli üçün yeniyetmə həkimi yeniyetmələrin işə və peşə təliminə qəbulunun təsdiq olunmuş tibbi əks göstərişlər siyahısından istifadə edir. Bu sənəddə 100 müxtəlif nozoloji forma , funksional pozuntu və inkişaf qüsuru göstərilmişdir; bu və ya digər xəstəlik və ya funksional pozuntu zamanı əks göstəriş olan ən kütləvi peşələr yazılmışdır. Tibbi əks göstəriş siyahısı yeniyetmələrin peşə yararlığı həkim xülasəsi üçün rəsmi sənəddir. Bəzi üzv və sistemlərin xəstəlikləri üçün aşağıda göstərilmiş peşə-istehsalat amilləri əks göstərişdir (MÜH. SLAYD).

Məqsədli tibbi yoxlamalarının nəticələri üzrə və tibb sənədlərində olan dinamik müşahidələrin məlumatlarını nəzərə almaqla məktəbin pediatri yuxarı sinif şagirdlərinin məktəblərarası tədris-istehsalat kombinatlarında və şagird istehsalat briqadalarında seçilmiş təmayüllü əmək təlimi üçün peşə yararlığı haqqında həkim xülasəsini tərtib edir. 9-cu sinifdən sonra peşə-texniki məktəbə daxil olanlar üçün seçilmiş sənətə peşə yararlığının xülasəsini yeniyetmələrin yaşayış yeri üzrə böyüklər poliklinikasının yeniyetmələr kabinetinin terapevti tərtib edir: xülasə ayrıca tibb arayışında qeyd olunur. Yeniyetmə kabinetinin terapevti həmçinin işə, texnikuma, orta və ali xüsusi tədris müəssisələrinə daxil olan məktəbin bütün məzunlarına peşə yararlığı haqqında arayış verir. Həkim xülasəsinin məlumatları yeniyetmələrin işə daxil olarkən və ya təhsili üçün tibbi göstəricilər üzrə peşə seçmələri üçün əsasdır. Tibbi göstərişlər üzrə peşə seçmə yeniyetmələrin bəzi peşə-texniki məktəblərə və xüsusi tədris müəssisələrinə qəbulu zamanı aparılır. Bundan əlavə ,bəzən sağlamlıq vəziyyəti və psixofizioloji göstəricilər üzrə təlim və işlər üçün peşə seçmə aparılması lazım olur ki, hansılarda xüsusi keyfiyyətlər tələb edilir: analizatorların yüksək həssaslığı, vestibulyar aparatının möhkəmliyi, ekstremal şəraitdə fəaliyyətə hazırlıq və başqaları . Peşə seçmə aparılarkən həkimin vəzifəsi müəyyən peşəni mənimsəmək istəyənlər

arasından bu işə sağlamlıq vəziyyəti və fərdi keyfiyyətlərə görə ən yararlılarının ayrılmasından ibarətdir.

Həkim-peşə məsləhəti, yeni peşə seçərkən yeniyetmələrə onların istəyini, sağlamlıq vəziyyətini və fərdi xüsusiyyətlərini nəzərə almaqla yardımdır. Müxtəlif xəstəlikləri olan şəxslərə həkim peşə məsləhətinin əsas şərti ,elə peşənin məsləhətindən ibarətdir ki,hansı sağlamlıq vəziyyətində mövcud olan dəyişikliyi ağırlaşdırmayaraq ,əksinə onların müvazinətləşdirilməsinə və orqanizmin qeyri-spesifik rezistentliyinin yüksəlməsinə kömək etsin.Həkim xəstə üzvü qorunmalı və funksiyaların maksimal inkişafından istifadə etməlidir.

Bərpa olunmaz inkişaf qüsurları və sağlamlıq vəziyyətində pozğunluqları olan (epilepsiya,polimielit nətəcələri,oynaqların ankiлоzu,2-ci dərəcəli skaliоз,yüksək dərəcəli yaxından görmə,birgözlülük və b.) uşaqlar üçün ilkin həkim-peşə məsləhəti 5-ci siniflərdə aparılır.Yoxlamanın nəticəsi və gələcək peşənin seçilməsi haqqında məsləhət uşağa deyil, valideynlərə bildirmək məqsədəuyğundur.Bununla uşağa ruhi zədə vurulmasının qarşısı alınır,böyük yaşlarda sağlamlıq vəziyyətinə müvafiq olan peşənin seçilməsini yüngülləşdirir. Təkrari Həkim-peşə məsləhəti bütün 7-11-ci sinif şagirdləri üçün aparılır və onların tədris istehsalat kombinatlarında əmək təlimi təmayülünün seçilməsindən, həmçinin gələcək işə və sənətə məktəbi bitirməmişdən əvvəl qəti ayırd edilməsindən qabaqcadan həyata keçirilir.

Həkim-peşə məsləhəti məktəblilərə nəinki sağlamlıq vəziyyət,həmçinin onların orqanizminin psixofizioloji keyfiyyətləri üzrə də verilir. Məsələ ondadır ki,insanın bəzi səciyyəvi psixofizioloji xüsusiyyətləri bir peşənin tez mənimsənilməsinə kömək edir və eyni zamanda digər sahələrdə müvəffəqiyyətli fəaliyyətə maneəçilik törədir. Bununla əlaqədar olaraq məktəblinin psixofizioloji meyarlar üzrə seçilmiş peşəyə yararlığının müəyyən edilməsi vacibdir. Peşə yararlığının psixofizioloji göstəricilərlə müəyyən olunmasının əsasını insanın ali sinir fəaliyyətinin tipoloji fərdi xüsusiyyətləri haqqındakı nəzəriyyə təşkil edir. Bu nəzəriyyəyə görə insanın mənimsədiyi keyfiyyətlər nəinki təlim-tərbiyə prosesindən ,həmçinin onun fitri psixofizioloji xassələrindən asılıdır. Psixikanın bəzi xassələri genetik ötürülür və insanda bütün həyatı boyu saxlanılır. Sinir proseslərinin gücü və hərəkətliliyi sinir sisteminin sabit xassələrindəndir. İ.P.Pavlov heyvanlarda iki növ sinir prosesləri-güclü və zəif ,ayırd edirdi. Bir müddət hesab olunurdu ki,sinir proseslərinin güclü növü olan insanlar peşəkarlığa görə ikinci qrupa aid olanlardan daha dəyərlidirlər.Hal-hazırkı təsəvvürlərə görə bu nöqtəyi-nəzər səhvdir.Məlum olmuşdur ki,sinir sisteminin kiçik dözümlüyü analizatorların yüksək həssaslığı kimi müsbət keyfiyyətlərlə tarazlaşır.Bu orqanizmin analizator sistemində xeyli tələblər irəli sürən bəzi peşələrin mənimsənilməsində belə şəxslərə böyük üstünlüklər verir.Məsələn kiçik hissəciklərin yığıcısı peşəsi əzələ-oynaq hissiyatına ,gözəyarı ölçmə dəqiqliyinə yüksək tələblər irəli sürür.Belə işi analizatorların yüksək həssaslığına malik olan şəxslər daha müvəffəqiyyətlə yerinə yetirirlər. Lakin digər təbii xassələr tələb edən peşələr də mövcuddur. Belə ki, ancaq güclü növ sinir sistemində malik olan insanlar uzunsürən saatlarla idarəedicilərin pultun qarşısında oturaraq sürəkli gərgin işi icra edirlər və bununla bərabər fəvqəladə fəaliyyətə hazırlığı qoruyurlar.Zəif növlü

sinir sistemi olan aeroportun dispetçeri və ya elektrik stansiyasında energetik sistemin operatoru yüksək ixtisasa və başqa ləyaqətlərə baxmayaraq ,qəza şəraitində müvəffəqiyyətlə hərəkət etməyə qadir deyildir.

Psixofizioloji mahiyyətinə görə peşə əhəmiyyətli funksiya və keyfiyyətləri bölmək olar: 1. Hərəkət (motor) - əzələ gücü, dözümlülük, koordinasiya göstəriciləri; 2. Sensor – analizator funksiyaları (görmə, eşitmə, lamisə, iybilmə, dad bilmə, vestibulyar davamlılıq); 3. Ali sinir fəaliyyətinin fərdi tipoloji xüsusiyyətləri (güc, mütəhərriklik, əsas sinir proseslərinin tarazlığı); 4. Attention – mnemik (diqqət və yaddaş xüsusiyyətləri); 5. İntellektual (intellektin inkişaf səviyyəsi, təfəkkür); 6. Şəxsiyyətin xarakterik xüsusiyyətləri (ekstraversiyanın inkişaf səviyyəsi – sakit danışmaq, sakit dillənmək, neyrotizm, rigidlik və s.).

Beləliklə,məktəblinin peşə yararlığını müəyyən edərkən ,sinir proseslərinin gücü və hərəkətliliyi ,həmçinin bütün həyat boyu az dəyişilən onun hiss üzvləri fəaliyyətinin xüsusiyyətlərini nəzərə almaq lazımdır. Bu işi peşə seçmə kabinetlərinin məsləhətçiləri həyata keçirirlər, hansılar ki,bəzi sənaye müəssisələrində və məktəblərarası tədris-istehsalat kombinatlarında mövcuddur. Ümumtəhsil məktəbləri və peşə-texniki məktəbləri şagirdlərinin peşə yönümü vacib tibbi-ictimai əhəmiyyət kəsb edir. Bu tədbirlərin tibb işçiləri tərəfindən tam və vaxtında aparılması üzərində nəzarət GEM-nin uşaq və yeniyetmələr şöbəsinin həkimlərinə həvalə olunmuşdur.