**Дұрыс тамақтану-денсаулық кепілі.**



Адамзат денсаулығын сақтаудың басты шарты – дұрыс тамақтану. Сондықтан тамақтануға ерекше көңіл бөлген жөн. Тамақ құрамының құндылығы басты назарда болғаны дұрыс. Тиімді, дұрыс тамақтану денсаулықты сақтауға, ағзаның қалыпты өсуі мен дамуына, жұмыс қабілетінің жоғарылауына және ағзаның қоршаған ортаның әртүрлі жағымсыз әсеріне қарсылығын күшейтуге ықпалын тигізеді.

Жоғарыда көрсетілген мақсаттарды және Ақмола облысы мектепке дейінгі ұйымдары тәрбиеленушілерінің жекелеген санаттарына тамақтандыру үшін шығындарды өтеу туралы Ақмола облысы әкімдігінің 2023 жылғы 23 маусымдағы № А-7/249 қаулысы негізін басшылыққа ала отырып, «Терісаққан ауылының негізгі орта мектебі» коммуналдық мемлекеттік мекемесінде 2023 жылы 4 қыркүйектен бастап мектеп асханасында 1-4 сынып оқушылары, «Күншуақ» шағын орталығының көпбалалы отбасының 5 тәрбиенушілері және мемлекеттік атаулы әлеуметтік көмек алмайтын, жан басына шаққандағы орташа табысы төмен күнкөріс деңгейінен төмен отбасылардан шыққан 12 балалар үшін ыстық тамақпен қамтылу жұмыстары жүзеге асырылуда.

2023-2024 оқу жылында «Терісаққан ауылының негізгі орта мектебі» коммуналдық мемлекеттік мекемесінде мектеп директорының міндетін атқарушы О.А. Сулейменов «Мектеп асханасынан бастауыш сынып және әлеуметтік жағдайы төмен оқушылар үшін ыстық тамақ беруді ұйымдастыру туралы» 04.09.2023 күнгі №37 бұйрығы шығарылып, 04 қыркүйектен бастап ыстық тамақ ұйымдастырылды. Ыстық тамақпен қамтылған барлық балалар саны-27. Оның ішінде 1-4 сынып оқушылар саны-15, «Күншуақ» шағын орталығының көпбалалы отбасының 5 тәрбиенушілері және 5-9 сыныптарда жан басына шаққандағы орташа табысы төмен күнкөріс деңгейінен төмен отбасылардан шыққан 7 оқушылар. Жалпы мектеп бойынша 1-9 сынып оқушылар саны- 42, мектепалды даярлық тәрбиенушілер саны- 10, Күншуақ» шағын орталық тәрбиенушілер саны- 20.

Оқу жылының басында ата-аналар қоғамы мен мектеп әкімшілігі қатарынан бракераждық комиссия құрылды.  Мониторинг комиссиясы, бракераж комиссиясы айға 2 рет рейд жүргізіп акттар жасақталады.  Комиссия мүшелері дайын және шикі өнімнің сапасын бақылау үшін мониторинг жүргізді. Асханада санитариялық-гигиеналық нормалардың сақталуын тексерді.  Асханадағы оқушылардың тамақтану ережелерінің және уақытылы тамақтануларының қатаң сақталуын жауапкершілікпен қадағалау мақсатында сынып жетекшілері мен мұғалімдердің кезекшілік кестесі құрылып, бекітілді. Кезекшілер оқушылардың уақытында тамаққа баруын қадағалап отырады. Мектеп асханасы 1 қабатта орналасқан, 40 орындық бар. Асханада «Дұрыс тамақтану-денсаулық кепілі» стендісі, «Астарыңыз дәмді болсын!»атты стендіде асхана талаптары, үстел басындағы үйлесімді тәртіп бойынша ақпараттар ілінді.

Мектеп медбикесі Капаева Мәншүк Мендыгереевна «Күншуақ» шағын орталық тәрбиенушілер, мектепалды даярлық тәрбиенушілер, 1-9 сынып оқушылар арасында «Дұрыс тамақтану-денсаулық кепілі» тақырыбы аясында бірнеше тақырыптық пікір-таластар, әңгімелер, сауалнамалар, дәрістерді ұйымдастырып өткізеді. Мәншүк Мендыгереевна жоғарыда аталған шараларды төмендегі мақсатты басшылыққа алып жүзеге асырады. Атап айтсақ, олар: дұрыс  тамақтану туралы білімдерін жүйелеу, кеңейту, тазалық гигиенасы туралы ережеллерді қайталау, дұрыс тамақтана білуге үйрету.

Аспаз – күнделікті ас әзірлеумен айналысатын мамандық иесі екенін білгенімізбен, оның қоғамда алар орыны мен еңбегі жайында көп айтыла бермейді. Биылғы жылы біздің мектепте аспазшы қызметін ауылымыздың беделді тұрғыны Жолдыбаева Балшай Заидовна атқарып жұр. Ертемен келіп, күнделікті қоймашы, диета медбикесінің белгілеп берген ас мәзірін балалар жиналғанша даярлап, түскі уақытқа үш кезеңмен астарын уақытында таратып отырады.

«Терісаққан ауылының негізгі орта мектебі» коммуналдық мемлекеттік мекемесі Терісаққан ауылында орналасқан. Ауыл аумағында бірнеше ЖШС-рі орналасқан. Ауылымыздың ЖШС-рі мектебімізге зор көмек көрсетуде. Біздің ауылымыздан 70 км-дей жерде көршілес Қийма ауылы орналасқан. Осы ауылда «Золотая Нива» атты ЖШС-гі, басшысы республикаға, облысымызға, ауданымызға танымалы Аубакиров Багдат Тулегенович азаматы. Бірнеше жыл бойы Аубакиров Багдат Тулегенович мектебіміздің ыстық тамақпен қамту ісіне асар көмек көрсетуде. «Золотая Нива» атты ЖШС-не, басшысы Аубакиров Багдат Тулегеновичке мектеп ұжымы атынан шексіз ризашылығымызды білдіреміз.

Тамақтану- адамның өмірлік қажеттігі және денсаулық кепілі. Ас-адамның арқауы, ағза дене жүктемесінде ғана емес, тыныштық жағдайында да шығындайтын қуат көзі. Ас ішу біздің жасушаларымыз бен тіндерімізді жаңартуға мүмкіндік береді.

«Терісаққан ауылының негізгі орта мектебі» КММ-нің

оқу ісінің орынбасары Уаисова Шазизат Шаяхметовна