

Түркістан облысы
Шардара ауданы
№12 жалпы білім беретін мектеп

Қыздар жиналысының
Хаттамасы

26.09.2025ж.

Тақырыбы: «Ерте жүктіліктің алдын алу және репродуктивті денсаулықты сақтау»

Қатысқандар: 8,9,10,11 сыныптың қыздары

Өтетін орны: Акт зал

Күн тәртібінде:

1. «Қыз тәрбиесі – ұлт тәрбиесі». Баяндамашы ДТІЖО Н.Усенова
2. Қыздар гигиенасы, ерте жүктіліктің алдын алу салдары, жыныстық тәрбие
3. Репродуктивті денсаулықты сақтау. Баяндамашы аудандық аурухананың акушер гинекологы Т.Абдималикова

Мақсаты: Жасөспірімдердің арасында ерте жүктілік мәселесінің алдын алу, репродуктивті денсаулықты қорғау, өмірлік маңызды таңдаулар мен жауапкершілік туралы түсінік беру.

Қазіргі таңда жасөспірімдер арасында ерте жүктілік мәселесі – қоғамда алаңдаушылық тудырып отырған өзекті тақырыптардың бірі. Бұл – тек медициналық емес, сонымен қатар әлеуметтік, психологиялық және моральдық тұрғыдан да күрделі мәселе.

Репродуктивті денсаулық дегеніміз – адамның жыныстық және репродуктивті жүйесінің саулығы, яғни дені сау ұрпақ әкелу қабілетін сақтау мен қорғау. Бұл – әрбір қыз бала мен жасөспірімнің болашақтағы ана ретіндегі рөлінің қалыптасуына негіз болатын маңызды фактор.

Ерте жүктіліктің салдары

Ерте жүктілік – 18 жасқа дейінгі қыз балалардың жүкті болуы. Оның салдары тек ана мен баланың денсаулығына ғана емес, бүкіл отбасы мен қоғамға әсер етеді:

- **Денсаулыққа әсері:** жас ағза толық жетілмегендіктен, жүкті болу мен босану кезінде асқынулар пайда болуы мүмкін.
- **Психологиялық күйзеліс:** қыз бала бұл кезеңге дайын болмай, күйзеліске, жалғыздыққа ұшырауы мүмкін.

- **Білім мен болашаққа кері әсері:** білім алу тоқтап, өмірлік мүмкіндіктер шектеледі.
- **Қоғамдық пікір:** ерте жүктілік көбіне қыз балаға деген теріс көзқарас қалыптастырады. Бұл оның болашақ өміріне кері әсер етуі мүмкін.

2. Репродуктивті денсаулықты сақтау жолдары

- **Гигиена мен тазалық:** жеке бас тазалығын сақтау жыныстық аурулардың алдын алады.
- **Дұрыс ақпарат алу:** жыныстық қатынас, етеккір циклі, контрацепция (жүктіліктен қорғану әдістері) туралы сенімді, медициналық ақпаратты дереккөздерден алу маңызды.
- **Ата-анамен және мамандармен ашық сөйлесу:** қиын немесе түсініксіз жағдай туындағанда, дәрігермен, психологпен немесе ата-анамен кеңесу – дұрыс шешім.
- **Өзін-өзі құрметтеу және «жөк» деп айта білу:** өзіне деген сенімділік, ішкі шекараны сақтау – ерте жүктіліктен қорғанудың басты жолы.
- **Салауатты өмір салты:** спортпен шұғылдану, зиянды әдеттерден аулақ болу, дұрыс тамақтану – репродуктивті жүйені нығайтады.

Қыз бала – болашақ ана, болашақ ұлттың тәрбиешісі. Сондықтан өз денсаулығына, болашағына жауапкершілікпен қарауы тиіс. Ерте жүктіліктің алдын алу – тек медициналық мәселе емес, бұл – тәрбиенің, мәдениеттің, сананың көрсеткіші.

Біз бәріміз – ата-ана, ұстаз, медицина қызметкері – бірігіп, жасөспірімдерге дұрыс бағыт-бағдар көрсетіп, олардың болашағы жарқын болуына жол ашуымыз қажет.

Қаулы:

1. Жасөспірімдермен тұрақты түрде ақпараттық-түсіндіру жұмыстары жүргізілсін;
2. Репродуктивті денсаулыққа арналған мектептік тәрбие сағаттары ұйымдастырылсын;
3. Қыз балалардың жеке кеңес алуына мүмкіндік беретін сенім кабинеттері жұмыс істесін;
4. Ата-аналармен бірлескен семинарлар өткізу қажет.

Жиналыс төрайымы:

Хатшы:

Н.Усенова

Ш.Әзбергенова

