16 FEB 2013

1 MAR 2010

Հ. Ս. Խ. Հ.
ԿԵՆՏԳՈՐԾԿՈՄ

ԼՈՒՍԺՈՂԿՈՄԱՏ, ՆԱԽԱԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ԲԱԺԻՆ

ԱՄԱՌԱՅԻՆ ՄԱՆԿԱԿԱՆ ՀՐԱՊԱՐԱԿԻ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀԱԿԱՆ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒՄԸ

ՄԱՆԿԱԿԱՆ ՀՐԱՊԱՐԱԿԸ Ի ՕԳՆԱՍ ԿՈԼԽՈԶՈՒՀՈՒՆ ԳԱՐՆԱՆԱՑԱՆԻ ԸՆԹԱՑՔՈՒՄ

БИБЛИОТЕКА
ИНСТИТУТА
ВОСТОКОВЕДЕНИЯ
Академии Наук
СССР

Հողամաս

Ամառային հրապարակի համար անհրաժեշտ է նախ և առաջ ընտրել համապատասխան հողամաս. բավականաչափ չոր, առողջ և բարձրադիր տեղում: Հողամասը պետք է արևոտ լինի: Ցանկալի յե անտառի կամ կանաչապատ տեղի ու հոսուն ջրի մոտիկությունը: Հողամասը ընտրելիս պետք է հաշվի առնել շրջապատի սանիտարական պայմանները: Հողամասի տարածությունը պետք է լինի 60 յերեխայի համար— մոտավորապես 0,5 հեկտար: Հրապարակի այն մասը, վորը հատկացվում է խաղերի, պետք է լինի ուղիղ, հարթ, մաքուր և ամուր: Փոշի չբարձրանալու համար, ամեն որ հրապարակը պետք է ջրել:

Վերանդա

Թեև խմբի մի քանի մոմենտները բացոթյա անցկացնելու և անձրևային յեղանակներին բացոթյա պահելու համար, հրապարակը անպայման պիտի ունենա վերանդա (ծածկ ունեցող տեղ): Տնտեսական հնարավորությունների դեպքում, անհրաժեշտ է սանիտարական և

45.338

տեխնիկական բոլոր պահանջներին բավարարող խաղական վերանդա կառուցել: Վերանդա չլինելու դեպքում, չպիտի հրաժարվել սովորական ծածկված տեղից միայն թե հատակը պետք է անդացնել և հյուսիսային կողմից պատ քաշել: Ցանկալի է, որ ծածկված տեղը գետնից քառորդ մետր բարձրությամբ տախտակե հատակ ունենա: Կտուրը պիտի դեպի հյուսիս ուղղված թեքություն ունենա: Չափից դուրս չտաքանալու համար, կտուրը պետք է ծածկել տախտակով, կղմինդրով, բայց ոչ թիթեղով: Ցանկալի է որ հրապարակը մի քանի ծածկված տեղեր ունենա: Ծածկված տեղը կամ վերանդան պետք է 120–130 քառ. մետր տարածություն ունենա:

Փակ շենք

Ամառային հրապարակում անհրաժեշտ է ունենալ նաև փակ շենք, անտեսական և ուսումնական իրերը պահելու և վատ յեղանակին յերեխաներին պատսպարելու համար: Այս շենքից պետք է օգտվել բացառիկ դեպքերում (անձրևի և խիստ քամու ժամանակ): Շենքի մեջ թարմ օդի հոսանքը ապահոված պիտի լինի մշտապես բաց պատուհանների, օդանցքների միջոցով:

Ցանկալի է, որ յերեխաներին տրամադրած շենքը բաղկացած լինի 2–3 սենյակից: Փորձը ցույց է տալիս, որ մի սենյակը հրապարակի կյանքի վրա վատ է անդրադառնում. նպատակահարմար է հատկացնել մի փոքրիկ սենյակ ևս հանկարծակի հիվանդացածներին առանձնացնելու համար:

Այս հնարավորության բացակայության դեպքում, պետք է բավականանալ մեկ սենյակով կամ հրապարակի մոտ գտնվող որևէ շենքով:

35:K
Ә1114

Հրապարակի սարքավորումը.

Յերեխաներին առողջապահական ունակություններ պատվաստելու հիմնական պայմանը կահույքի առողջապահական կազմակերպումն է. չի կարելի յերեխային կանոնավոր լվացվել սովորեցնել, յեթե լվացարանը այնպիսի բարձրություն ունենա, որ յերեխայի հասակը չհասնի: Չի կարելի յերեխային կանոնավոր ուտելու ունակություն տալ, յեթե կահավորումը և ամանները յերեխայի հասակին, ույժին համապատասխան չեն: Այսպիսով ամառային հրապարակի ամբողջ աշխատանքը համապատասխան սարքավորում է պահանջում: Այս տեսակետից հիմնական պահանջներից մեկն այն է, որ կահկարասին իր չափերով համապատասխանի յերեխաների հասակին: Ցանկալի է խուսափել յերկար նստարաններից: Ցերեկվա քնի և արևի վաննաների համար գործադրվող մահճակալները պետք է լինեն ծալվող, թեթև և համապատասխան մեծության: Մահճակալներ ձեռք բերելու համար միջոցներ չլինելու դեպքում, կարելի է բավարարվել չոր խոտով լցրած պարկերով, իսկ արևի վաննաների համար խսիրներով:

Խոտով լցրած պարկերը մեծ խնամք են պահանջում: Խոտը պիտի փոխել, իսկ պարկերը լվանալ ամիսը մեկ անգամից ոչ պակաս: Խոտով լցրած պարկերը, գործածությունից հետո, անհրաժեշտ է արևի տակ փռել օդափոխելու և չորացնելու համար, մանավանդ յեթե պարկերը դրվում են կանաչ խոտի վրա, որից խոնավանում են:

Սարքավորման մեջ անպայման պետք է մտցնել լվացարան 5–10 հոգուն մեկ ծորակի հաշվով և հարմարեցնել յերեխաների հասակին:

Շատ օգտակար է կազմակերպել Ջրցիր: Ջրցիրը կարող է փոխարինել ցնցուղը:

Տնտեսական սարքավորման մանկհրապարակը

45.338

տեխնիկական բոլոր պահանջներին բավարարող իդեա-կան վերանդա կառուցել: Վերանդա չլինելու դեպքում, չպիտի հրաժարվել սովորական ծածկված տեղից միայն թե հատակը պետք է պնդացնել և հյուսիսային կողմից պատ քաշել: Ցանկալի յե, որ ծածկված տեղը գետնից քառորդ մետր բարձրությամբ տախտակե հատակ ունենա: Կտուրը պիտի դեպի հյուսիս ուղղված թեքություն ունենա: Չափից դուրս չտաքանալու համար, կտուրը պետք է ծածկել տախտակով, կղմինդրով, բայց ոչ թիթեղով: Ցանկալի յե որ հրապարակը մի քանի ծածկըված տեղեր ունենա: Ծածկված տեղը կամ վերանդան պետք է 120–130 քառ. մետր տարածություն ունենա:

Փակ շենք

Ամառային հրապարակում անհրաժեշտ է ունենալ նաև փակ շենք, տնտեսական և ուսումնական իրերը պահելու և վատ յեղանակին յերեխաներին պատսպարելու համար: Այս շենքից պետք է օգտվել բացառիկ դեպքերում (անձրևի և խիստ քամու ժամանակ): Շենքի մեջ թարմ օդի հոսանքը ապահոված պիտի լինի մշտապես բաց պատուհանների, օդանցքների միջոցով:

Ցանկալի յե, որ յերեխաներին տրամադրած շենքը բաղկացած լինի 2–3 սենյակից: Փորձը ցույց է տվել, որ մի սենյակը հրապարակի կյանքի վրա վատ է անդրադառնում. Նպատակահարմար է հատկացնել մի փոքրիկ սենյակ ևս հանկարծակի հիվանդացածներին առանձնացնելու համար:

Այս հնարավորության բացակայության դեպքում, պետք է բավականանալ մեկ սենյակով կամ հրապարակի մոտ գտնվող որևէ շենքով:

35-K
Ձ1114

Հրապարակի սարքավորումը.

Յերեխաներին առողջապահական ունակություններ պատվաստելու հիմնական պայմանը կահույքի առողջապահական կազմակերպումն է. չի կարելի յերեխային կանոնավոր լվացվել սովորեցնել, յեթե լվացարանը այնպիսի բարձրություն ունենա, որ յերեխայի հասակը չհասնի: Չի կարելի յերեխային կանոնավոր ուտելու ունակություն տալ, յեթե կահավորումը և ամանները յերեխայի հասակին, ուժերին համապատասխան չեն: Այսպիսով ամառային հրապարակի ամբողջ աշխատանքը համապատասխան սարքավորում է պահանջում: Այս տեսակետից հիմնական պահանջներից մեկն այն է, որ կահկարասին իր չափերով համապատասխանի յերեխաների հասակին: Ցանկալի յե խուսափել յերկար նստարաններից: Ցերեկվա քնի և արևի վաննաների համար գործածվող մահճակալները պետք է լինեն ծալվող, քաթանի և համապատասխան մեծության: Մահճակալներ ձեռք բերելու համար միջոցներ չլինելու դեպքում, կարելի յե բավարարվել չոր խոտով լցրած պարկերով, իսկ արևի վաննաների համար խսիրներով:

Խոտով լցրած պարկերը մեծ խնամք են պահանջում: Խոտը պիտի փոխել, իսկ պարկերը լվանալ ամիսը մեկ անգամից ոչ պակաս: Խոտով լիքը պարկերը, գործածությունից հետո, անհրաժեշտ է արևի տակ փռել օդափոխելու և չորացնելու համար, մանավանդ յեթե պարկերը դրվում են կանաչ խոտի վրա, որից խոնավանում են:

Սարքավորման մեջ անպայման պետք է մտցնել լվացարան 5–10 հոգուն մեկ ծորակի հաշվով և հարմարեցնել յերեխաների հասակին:

Շատ օգտակար է կազմակերպել ջրցիր: Ջրցիրին կարող է փոխարինել ցնցուղը:

Տնտեսական սարքավորման մանկհրապարակը

պետք է ունենա ջուր տաքացնելու, խմելու ջրի ամաններ և մթերքներ ու ամանեղեն պահելու համար՝ պահարան:

Խմելու ջրի ամանը պետք է խուփ ու ծորակ ունենա: Յերեխաների ամանները պիտի լինեն անպայման անհատական, հաղճապակյա: Նպատակահարմար է յերեխաների համար գավաթները, ափսեները, դգալները և պատառաքաղները ամեն օր յեռացրած ջրով լվանալ, այլ և ուշադիր հետևել խոհանոցի ամանների մաքրությանը:

Հրապարակը հաճախող ծնողների համար պետք է նստարաններ դնել:

Ինչ վերաբերվում է զուտ մանկավարժական սարքավորմանը, բացի խաղանյութերի և գրքույկների վերաբերյալ վերը հիշածից, վոր հրապարակի հետ առողջապահական տեսակետից, գնահատելի յեն գնդակներ, ցատկիչներ, խոշոր շինանյութ և այնպիսի այլ խաղանյութեր, վորոնք հնարավորություն են տալիս բացոթյա բազմազան շարժումներ կատարելու: Բացոթյա հրապարակի սարքավորման անհրաժեշտ մասն է կազմում նաև դեղարկղը, վորի համար պետք է ունենալ բժշկի ցուցմունքները, թե բովանդակության և թե առանձին դեղերի գործադրության մասին:

Կահկարասիքի չափերը սանտի–մետրներով·

Յերեխաների հասակը	Տարիքը	Աթոռակ: Նստատեղի բարձրութ.	Աթոռակ: Նստատեղի լայնութ.	Աթոռակ: Նստատեղի խորութ.	Աթոռակ: Նստատեղից մինչև թիկն. հեռավոր.	Սեղան: Բարձրութ.	Սեղան: Լայնութ.	Սեղան: Մեկ երեխայի համար երկարութ.
Սանտիմետրով								
90—94	3—4	23,5	20	25	16,5	41	34	36
95—99	4—5	25	21	26	17	43	35	38
100—104	4—5	25	22	27	17,5	44,5	37	40
105—109	5—6	27,5	23	28	17,5	46	38	42
110—114	6—7	29,5	25	30	18	48,5	40	45
115—119	7—8	31,5	27	32	18,5	51	41	45

ՀՍՍՌ–Арм ССР
60711-67

ՅԵՐԵԽԱՆԵՐԻ ԸՆԴՈՒՆԵԼՈՒԹՅՈՒՆՆ ՈՒ ԲԺՇԿԱԿԱՆ ՀՍԿՈՂՈՒԹՅՈՒՆԸ

Յերեխաներին հրապարակ ընդունելուց հետո, անհրաժեշտ է, վոր բոլորը բժշկական քննության յենթարկվեն:

Յեթե բժշկական քննության յենթարկվելը հնարավոր չէ, համապատասխան պատրաստություն ստացած ղեկավարն ուշադրությամբ քննելով յերեխաներին, կասկածելիներին ուղղում է մոտակա հիվանդանոցը:

Հրապարակում աշխատանքներն սկսվելուց հետո, նոր ընդունվող յերեխաները նույնպես պիտի բժշկական քննության յենթարկվեն:

Հրապարակ ընդունվելուն արգելք են հանդիսանում՝

1. Վարակիչ հիվանդությունները ընդհանրապես և մաշկի հիվանդությունները մասնավորապես.

2. Թոքերի տուբերկուլյոզի ծանր դեպքերը. տրախոմայով շատ հիվանդներ լինելու դեպքում. ցանկալի յե նրանց համար հատուկ հրապարակ կազմակերպել:

Անտրոպոմետրիկ և բժշկական քննության տվյալները մտցվում են համապատասխան անկետաների մեջ: Յերեխաների քննության մեջ պետք է մտնի և նրանց ընտանեկան և միջավայրի նկարագրությունը թե առողջապահական–սանիտարական և թե սոցիալ կենցաղային տեսակետից: Այս բոլոր տվյալները պիտի պահվեն գործերի մեջ և կցվեն հաշվետվությանը:

Հրապարակի աշխատանքների վերջում ցանկալի յե կրկին լրիվ բժշկական քննություն կատարել:

Բժշկի մշտական մասնակցությունը հրապարակի աշխատանքներին վերին աստիճանի գնահատելի յե: Նա զգալի կերպով հեշտացնում և կանոնավորում է առողջապահական աշխատանքը, ապահովում ժամանակին բժշկական օգնությունը և հեշտացնում հասարակա–

կան-մանկավարժական աշխատանքը (բժշկի զեկուցումները հրապարակի խորհրդի նիստում, ծնողական ժողովներում և այլն)։ Միայն բժշկի չափազանց ծանրաբեռնված լինելու դեպքում, մանավանդ շրջանային կամ գյուղական բժշկի ամբողջ առողջապահական աշխատանքը, հանձնվում է մանկավարժ-ղեկավարի։

Յերեխաների ֆիզիկական դրության ստուգումը կարող է տանել հրապարակի ղեկավարը։ Սա կայանում է յերեխաներին ընդհանուր քննության յենթարկելու և կշռելու մեջ։ Կշռելը առաջարկվում է կատարել ամիսը մեկ անգամից ոչ պակաս։ Կշռել կարելի յե մոտակա կոոպերատիվում կամ մի ուրիշ հիմնարկում, սակայն ոչ բուժարանում կամ հիվանդանոցում։ Քննության և քաշի տվյալները ցուցակագրվում և հաշվառման են յենթարկվում աշխատանքի վերջում։

Հրապարակի աշխատանքի պրոցեսում շատ կարևոր է ձեռնարկել վարակիչ հիվանդությունները կանխող պրոֆիլակտիկ միջոցներ։

Մեծ նշանակություն է ստանում այսպիսի աշխատանքներում ընտանիքի հետ պահպանված կապը և նրան փոքրուց առողջապահական ունակություններ պատվաստելը։

Որևէ սուր վարակիչ հիվանդություն յերևալու դեպքում, հարկավոր է բացատրական կամպանիա տանել ծնողների մեջ, որ նրանք հրապարակ չուղարկեն յերեխային այն դեպքում, յեթե նրա վրա հիվանդության նշաններ են յերևում կամ ընտանիքի անդամներից մեկը հիվանդ է սուր վարակիչ հիվանդությամբ։ Հարկավոր է ամեն որ ստուգման յենթարկել հաճախումները և ժամանակին պարզել հրապարակից բացակայելու պատճառները։

Շատ կարևոր է, որ ղեկավարները ծանոթ լինեն բոլոր մանկական հիվանդությունների առաջին նշանների և նմանապես անհրաժեշտ պրոֆիլակտիկ միջոցների հետ գիտենան ինչպես ժամանակին հեռացնել կասկածելի դեպքերը և ինչ շտապ պրոֆիլակտիկ միջոցներ գործադրել։ Այդպիսի դեպքերում հարկավոր է շտապ բժիշկ հրավիրել և նրա հետ խորհրդակցել այն միջոցների մասին, որոնք պիտի ձեռնարկվեն հետագայում վարակումը կանխելու համար։

Կարևոր է, որ ղեկավարը, հենց աշխատանքի սկզբում, տեղեկություններ ժողովի յերեխաների տարած վարակիչ հիվանդությունների մասին։ Սա զգալի կերպով հեշտացնում է հետագա ստուգումը և գործնական միջոցառումները հիվանդության նոր դեպքերի ժամանակ։

Բոլոր կասկածելի դեպքերում յերեխային չի թույլատրվում հրապարակ գալ և պահանջվում է բժշկական քննություն։ Հիվանդություններից հետո յերեխան հրապարակ է ընդունվում բժշկական կամ բուժ-հիմնարկի թույլատվությամբ։

ՀՐԱՊԱՐԱԿԻ ՆԵՐՔԻՆ ԿԱՐԳ ՈՒ ԿԱՆՈՆԸ

Հրապարակի առողջացնող աշխատանքներն առանձին ուշադրություն են պահանջում դեպի ռեժիմի բոլոր առողջապահական մոմենտները։ Այստեղ պետք է առանձնապես նշել ռեժիմը կանոնավոր տանելու կարևորությունը, այսինքն օրվա ժամանակի կանոնավոր դասավորումն և մասնավորապես առողջապահական ունակությունների, ռացիոնալ սննդի և բնական ֆակտորների (արևոտ ջրի) օգտագործումը։

Անհրաժեշտ է հաշվի առնել տեղական արտադրական և կենցաղային պայմանները։ Այսպես, օրինակ, գյուղում աշխատանքի օրը ստիպված պետք է սկսել շատ շուտ, իսկ դաշտային աշխատանքների ժամանակ վերջացնել ուշ։

Հրապարակի ռեժիմը մեծ պահանջներ է առաջադրում յերեխաների ուժին ու չափավորությանն ու յուր մեջ վորոշ առանձնահատկություններ է կրում: Ամենից առաջ կարեվոր է ընդգծել ցերեկվա հանգստի կարեվորությունը յերեխաների բոլոր խմբերի համար: Հանգիստը կամ քունն անց է կացվում անմիջապես նախաճաշից կամ ճաշից հետո, բացօթյա արևոտ տեղում $1^{1}/_{2}$—2 ժամ տեվողությամբ)

Առանձնապես զգուշություն են պահանջում եքսկուրսիաները: Շատ գնահատելի յե բժշկի մասնակցությունը, և կոնսուլտացիան եքսկուրսիա կազմակերպելու խնդրում: Եքսկուրսիային նպատակահարմար է մասնակցեն մեծ խմբի (5—7 տարեկան յերեխաները):

Եքսկուրսիաներն, ինչպես ասացինք, պետք է սահմանափակվեն թվով, տևողությամբ և տարածությամբ գնալը պետք է տևի մեծ խմբի համար 30 րոպե., միջակ խմբի 20 ր., իսկ փոքր խմբի 10 ր.: Եքսկուրսիայի տևողությունը—տեղում մեծ խմբի համար 20—25 ր., միջակ խմբի 15—20 ր. և փոքր խմբի— 10—15 ր.:

Եքսկուրսիաներ դեպի բնություն մեծ տեղ պետք է գրավի հրապարակի կյանքում, բայց նրանց անցկացնելիս անհրաժեշտ է զգուշանալ, վոր յերեխաները չհոգնեն:

ՍՆՈՒՆԴԸ

Յերեխաներին առողջացնելու բոլոր միջոցներից, վոր տրամադրում է ամառային մանկհրապարակը, ամենախոշոր դերը տրվում է ռացիոնալ կազմակերպված սննդին:

Սննդի քանակական և վորակական արժեքը հրապարակում ավելի յե մեծանում հետևյալ պատճառներով. ամառը բաց օդում յերեխայի թե շարժունությունը և թե աճումը չափազանց ուժեղանում է, դրա հետ

միասին ուժեղանում է նրա ախորժակը, ուստի սննդի պահանջն ամառն ավելի մեծ է քան ձմեռը:

Անհրաժեշտ է ուշադրության առնել, վոր ամառը յերեխայի սննդի խնդրում առաջին տեղը տրվում է բուսական և կաթնեղեն մթերքներին: Շատ կարեվոր է մտցնել և հում մրգեր, բանջարեղեն և զանազան մթերքներ բնական ձևով ինչպիսին են արաժանը, շոռը և այլն:

Ամառն այս բոլորը մատչելի յեն տնտեսապես և այդ մատչելիությունը պետք է օգտագործել վորքան կարելի յե լայն չափով: Յեթե հրապարակի աշխատանքներին բժիշկ է մասնակցում անհրաժեշտ է նրա մասնակցությունը կերակրացուցակ կազմելիս: Վորտեղ պիտի պատրաստվի սնունդը: Ամենից լավ կլինի՝ հատուկ խոհանոցում: Յեթե հրապարակն ստիպված է օգտվել հասարակական ճաշարանից, անհրաժեշտ է պահպանել հետևյալ առողջապահական պայմանները. կերակրացուցակը համաձայնեցնել նախադպրոցական հասակի պահանջներին, ուշադրություն առնել ճաշարանի մոտիկությունը հրապարակին և կերակուրը հրապարակ բերելու համար հատուկ աման ունենալ, վորը պիտի ընդհանուր ամաններից առանձին լվանալ և այլն:

Ամառը յերեխան շատ է շարժվում: Ծանր հագուստը և կոշիկները դժվարացնում են նրա աշխատանքները և շարժումները: Յերեխան շատ է հոգնում և կորցնում խաղալու ցանկությունը: Ուստի ամառվա հագուստը պիտի լինի վորքան կարելի յե թեթև և բաց գույնի: Բայց ավելի լավ է, յեթե ամառվա շոգին յերեխան վազվզի մերկ, միայն տրուսիկներով: Այդպիսով յերեխայի ամբողջ մաշկը շնչում է մաքուր օդ, արևից սևանում է, ամրանում, բժշկվում է մի շարք հիվանդություններից և մեծ թափով աճում, զարգանում է: Զգուշորով յերեխայի մարմնի մաքսիմալ մերկացմանը, պահանջվում է աստիճանաբար թեթևացում հագուս-

տից, այրվածքներ չստանալու համար: Վոտքերը, պիտի լինեն բոբիկ, կամ բոբիկ վոտքերին թեթև կոշիկներ՝ սանդալներ, չուստեր: Գլխին նույնպես թեթև, բաց գույնի քաթանե, ծղոտե գլխարկ կամ սպիտակ գլխակապ:

ՀՍՍՌ-Арм ССР

Պետհրատի տպարան Սրբ. Ա. Հախվերդյան

Գլավլիտ № 201: Պատվեր № 475: Տիրաժ 2000

ՀՀ Ազգային գրադարան
NL0229180

45.338

Библиотека
Института
Востоковедения
Академии наук
СССР

371
Ц-48