

Хаттама №1
№1 Әдістемелік отырыс

10.10.2022ж. күні Балбөбек жекеменшік шағын орталығында әдістемелік отырыс болып өтті.

Қатысқандар:

Шағын орталықтың
директоры: Мусаева.С
әдіскер : Сагпазова. Г
Тәрбиешілер: 6

Күн тәртібінде:

1. 2022-2023 оқу жылының әдістемелік отырыс жоспарымен таныстыру
2. Кеңес: «Ата-анамен балабақшаның бала тәрбиесіндегі рөлі»

Тындалды:

Күн тәртібінде бірінші мәселе бойынша бөбекжай директоры С. Мусаева 2022-2023 оқу жылының әдістемелік отырыс жоспарымен таныстырып өтті. Екінші мәселе бойынша бөбекжай әдіскері Г. Сагпазова Кеңес: «Ата-анамен балабақшаның бала тәрбиесіндегі рөлі» тақырыбында кеңесін оқып түсінік беріп өтті. Балалардың денсаулығын нығайту мақсатында күнделікті дене тәрбие сабағын уақтылы өткізуге, дене тәрбие оқу қызметінде дәстүрден тыс құрал-жабдықтарды қолдану керек екені айтылды.

Шешімі:

1. Шағын орталығының оқу тәрбие жұмысы 2022-2023ж алған міндеттері бойынша жүргізілсін.
2. Ата-анамен балабақшаның арасында тығыз байланыс орнатылсын.

Төрайымы:
Хатшы:



С. Мусаева
Г. Сагпазова

Хаттама №2 Әдістемелік отырыс

20.01.2023 ж. күні Балбөбек жекеменшік шағын орталығында әдістемелік отырыс болып өтті.

Қатысқандар:

Шағын орталықтың

директоры: Мусаева.С

әдіскер : Сагпазова. Г

Тәрбиешілер: 6

Тәрбиешілер: 6

1. Кеңес: «Мектеп жасына дейінгі балаларды байланыстырып сөйлеуге үйрету»
2. Ертеңгіліктер қорытындысы.

Тындалды:

Күн тәртібінде бірінші мәселе бойынша әдіскер: Г Сагпазова «Мектеп жасына дейінгі балаларды байланыстырып сөйлеуге үйрету» тақырыбында кеңес оқып түсінік беріп өтті. Балалар ұйымдастырылған оқу іс-әрекетінде сөздік қоры байып қана қоймай, байланыстырып сөйлеуге, сонымен қатар логикалық тапсырмаларды, әңгіме, ертегілерді, әр түрлі жұмбақтарды шешу арқылы ойлау қабілеті арта отырып, тілі дамиды. Қорыта келгенде, сөз - тәрбиешінің еңбек құралы. Баланың ой-өрісін кеңейту, ақыл-ойын дамыту, мінез-құлқын, еркін тәрбиелеудің бірі - тәрбиешінің сөзі арқылы іске асады. Өзімізді қоршаған өмір тіршілігімен бөбектерді таныстырып, білім беруде баланың нені қай дәрежеде ұққанын, нені есіне сақтағанын байқау, жалпы құралмен: ойыншықпен түрлі затпен, оқу құралымен, суретпен көрсетіп балаға үйретуде тәрбиешінің әбден төселген, сөйлеу дағдысы, сөйлеу мәнерінің қалыптасқан үлгісі болады. Сөйлеу мәнерінің қалыптасқан үлгісі - тілдік тәсілдер мен сөз шеберлігін дәл орнымен қолдану деген сөз. Мектеп жасына дейінгі бала тілді үлкендерден үйренеді. Мектеп жасына дейінгі балалардың сөздік қоры, сөйлеу мәнері, сөз сарыны соларға еліктеу арқылы қалыптасады. Сондықтан тәрбиешінің сөздік қоры бай, тілі орамды, стилі жатық, дыбыстау мәдениеті өрісті де өрелі болғаны абзал. Қызықты әңгіме, ертегі, өлең, тақпақтарды мақамдап айту - халық шығармашылығын ұрпақтан-ұрпаққа жеткізудің дәстүрлі тәсілі болып келді. Екінші мәселе бойынша бөбекжай әдіскер: Г Сагпазова жаңа жыл мерекесінде өткізілген ертеңгіліктер қорытынды есебін берді. №1 кіші тобында балалар кішкентай болса да, билерін билеп әндерін айтып шықты, бірақта көптеген қателіктер болды. Оның ішінде атап айтатын болсақ тәрбиешілер дайындық аз болған айтатын сөздерін қағазға қарап айтты. №2 «Балбөбек» ортаңғы тобының ертеңгілігі бойынша балалардың жақсы тақпақтарын әндерін жақсы айтып ертеңгілік өз деңгейін өткізілді.

№4 «Ботакан» тобы ертеңгілігі бойынша ертеңгілік өте жақсы деңгейде өткізілді, балалар ертегіні сахналап киймдерін бірдей киініп ән тапқтарын жақсы орындап шықты. Ертеңгілік өз деңгейінде өткізілді.

Шешімі:

1. Балалардың тілін жаттықтыру жұмыстары уактылы жүргізілсін.
2. Ертеңгілік өз уактымен өткізілсін.

Төрайымы:

Хатшы:



С. Мусаева

Г. Сагпазова

Хаттама №3
Әдістемелік отырыс

20.05.2023 ж. күні Балбөбек жекеменшік шағын орталығында әдістемелік отырыс болып өтті.

Қатысқандар:

Шағын орталықтың

директоры: Мусаева.С

әдіскер : Сағпазова. Г

Тәрбиешілер: 6

Тәрбиешілер: 6

Күн тәртібінде:

1. «Балалардың танымдық білім саласына деген қызығушылығын дамыту».
2. Жолда сақ бол іс шаралар қорытындысы.
3. Спорттық ойындардың қорытындысы.

Тыңдалды:

Күн тәртібіндегі бірінші мәселе бойынша әдіскер Г Сағпазова «Балалардың танымдық білім саласына деген қызығушылығын дамыту» деген тақырыпта баяндама оқыды. Баяндама мазмұны бойынша қысқаша түсіндіріп өтті.

Екінші мәселе бойынша ақпан айының бесінші жұлдызында ересек топтар арасында өткен «Қызыл,сары, жасыл» тақырыбындағы жолда жүру ережесінің қорытындысына тоқталды.Балаларға жолда жүру қағидаларын сақтау бойынша түсінік калыптасты деп ойлаймын.

Үшінші мәселе бойынша әдіскер: Г. Сағпазова жүргізілген спорттық ойындар өз деңгейінде өткізілді.

№1 кіші тобында балалар кішкентай болса да, ойынға белсене қатысты, бірақта көптеген қателіктер болды.Оның ішінде атап айтатын болсақ тәрбиешілер дайындық аз болған айтатын сөздерін қағазға қарап айтты.

№2 «Балбөбек» ортаңғы тобының спорттық сайысы бойынша балалар жақсы жүгіріп тапсырмаларды толық орындап шықты.

№4 «Ботакан» спорттық сайысы өз деңгейінде өткізілді.

Төрайымы:

Хатшы:



С. Мусаева

Г. Сағпазова

«Бекітемін»
«Балбөбек» жеке меншік шағын
орталық директоры
С.Р. Мусығалиева
САБИРА
РЫСКУЛБЕКОВНА

«Балбөбек» жеке меншік шағын орталығының «Сәуір» айының аяқтық жоспары

№	Атқарылатын жұмыстар	Уақыты	Жауапты
1	Рационалды теңестірілген тамақтануды ұйымдастыру Жедел бақылау «Балардың тамақтану сәтіндегі мәдени-гигиеналық дағдылары»	12.04.2024	медбике
2	№3 Әдістемелік кеңес. 1.Балалардың тамақтану сәтіндегі мәдени- гигиеналық дағдыларды тақырыптық бақылау қорытындысын жасау	20.04.2024	Психолог

№ 4 Әдістемелік кеңес тақырыптық бақылау қортындысы

«Балбөбек» жеке меншік шағын орталықтың жылдық жоспарға сәйкес мектепке дейінгі топтар арасында тақырыптық тексеру өткізілді:

№ 1 кіші топ тәрбиешісі Мендыгулова. А.

№ 2 ортаңғы топ тәрбиешісі Тамашова Ж

№ 3 ересек топ тәрбиешісі Әбішаева Ү

Тексеру мақсаты: Балаларда тамақтанудың мәдени-гигиеналық дағдыларын тәрбиелеу арқылы салауатты өмір салты туралы құндылық түсініктерін қалыптастыру бойынша тәрбие-білім беру процесінің тиімділігін арттыру.

Талдауға арналған сұрақтар:

- еңбек қызметін ұйымдастыру үшін топта жағдай жасау (асхана бойынша кезекшілер бұрышының, жабдықтардың болуы)
- кезекшілердің қызметін бағалау (үстелдерді қою)
- педагогтың рөлі (тамақ ішуді ұйымдастыру кезіндегі басшылық)
- балалардың тамақтану дағдыларын, мәдени-гигиеналық дағдыларды меңгеруін бағалау
- балалардың асханалық этикеті, мәдени-гигиеналық дағдыларын тәрбиелеу мәселелері бойынша тәрбиеленушілердің отбасыларымен өзара іс-қимыл жасау (ата-аналар үшін стендтерде ақпараттың болуы))

Тексеру барысында анықталды:

Тексеру нәтижелері бойынша мыналар анықталды.

Балабақшадағы балаларды тамақтандыру әр жастағы топтардың күнделікті тәртібін қатаң сақтауға сәйкес жүзеге асырылады.

Тәрбиешілердің топтарда балаларды тамақтандыру жөніндегі жұмыс тәрбиеші басшылығымен жүзеге асатынын түсінеді және мыналардан тұрады:

- тамақтану және тамақ дайындау кезінде қауіпсіз жағдай жасау;
- балалардың тамақтану кезінде мәдени-гигиеналық дағдыларды қалыптастыру

және де, дұрыс тамақтану балаларда пайдалы әдеттер қалыптастырады, тамақтану мәдениетінің негізін қалайтынын біледі..

Сондықтан тәрбиешілер тамақтануға және асхана міндетін орындауға жағдай жасады: кезекшілік бұрышы, кезекшілік кестесі, атрибуттар бар (кезекшілерге арналған алжапқыштар, майлықтар, нан қораптары, майлықтар, тоқыма, дастархандар, тазартуға арналған шара). Кезекшілердің бұрыштары

эстетикалық көрініске не, балалардың назарын аударады. Алайда, балабақшада кезекшілердің бұрыштарын жетіспейтін атрибуттармен толтыру, үстелден үгінділерді сүрту үшін копсытқыш пен қылшақ қосу керек екендігі айтылды.

Педагогтар балалардың еңбек қызметіне қатысуға ынтасын тәрбиелейді. Балабақшаның әр жастағы тобында тәрбиешілер балаларды өз бетінше тапсырмаларды орындауға итермелейді, балалардың асханада кезекшілікке қажетті іскерліктерін қалыптастыра бастайды: балалар асхананы түскі асқа жабуға көмектеседі (нан салғыштар, қасықтар қояды). Балалар тамақты аяқтағаннан кейін шыны-аяқтарды өз бетінше алып, ересектерге көмек көрсететіні атап өтілді.

балалардың асхана бойынша кезекшілердің міндеттерін өз бетінше орындай білуін қалыптастыруды жалғастырады: балалар мата салфеткаларын ұқыпты орналастырады, нан салғыштар, тостағандар, тарелкалар қояды, қасықтар, шанышқылар бөледі. Тәрбиеші кезекшілік үрдісін бақылайды, егер балалар оң және сол жақтарынан шатастырса, асханалық құралдарды дұрыс таратуға үйретеді. Балалардың кезекшілікке, кезекшілердің киімін киюге деген ықыласы байқалды. Сондай-ақ, барлық балалар тамақ ішуді аяқтағаннан кейін ыдысты өз бетінше алып кетеді.

Балалар кезекшілікте асхананың міндеттерін адал орындайды, олар дастарқанға қалай қызмет көрсетуді біледі және тамақтанғаннан кейін оны ретке келтіреді.

Балалар тамақтың қалдықтарын тәрелкеден тазалайды және ыдысты табаны бойынша ұқыпты сұрыптайды, сол арқылы ересектермен бірлескен іс-әрекетке қатыса отырып, тәрбиешінің көмекшісіне көмек көрсететіні белгіленген.

Педагогтар балаларға тамақ ішу кезінде басшылық жасайды. Балалардың үстел үстіндегі жүріс-тұрысын, асхана құралдарын дұрыс пайдалануын қадағалайды, дәмді дайындалған тағамға назар аударады, жеке тәсілді жүзеге асырады. Алайда, тәрбиешілер балаларға тағамдардың атауларын әрдайым хабарламаса, аспаздың тағамдарды дайындау үшін қандай тағамдарды қолданғаны туралы әңгімелемейді (алдын ала жұмыс), сондай-ақ аспаздың аты мен әкесінің атын еске түсірмейді.

Барлық жастағы балаларда тамақ ішу дағдысы қалыптасады: балалар тағамды аздап алады, жақсы шайнайды, тамақ кезінде сөйлесуге болмайтыны біледі. Барлық балалар асханалық құралдарды, майлықтарды пайдаланады, тамақ үшін алғыс білдіреді, ересектерге өтініш жасайды (қосқаны үшін).

Алайда, жас және орта жастағы балалар тамақтану кезінде мінез-құлық ережелерін сақтайтындығы айтылды. Ал мектепке дейінгі сыныптардағы балалар әңгімелесуге, тамақтану кезінде шу шығаруға мүмкіндік береді, балалардың мінез-құлқы жақсы қалыптаспаған. Барлық балалар мұқият тамақтанбайды, бәрі бірдей пышақты қалай қолдануды білмейді, оларға

қолдарымен (шұжықтар) тамақ алуға және еске салғыш майлықтарды қолдануға болады. Тәрбиешілер күнделікті жұмысты жүргізеді және дұрыс тамақтану дағдыларын жетілдіруді жалғастырады.

Мектепке дейінгі мекемеде балалардың тамақтануын ұйымдастыру баланың отбасында дұрыс тамақтануымен үйлесуі тиіс. Осы мақсатпен әр жас тобында "мәзір" бар, ата-аналар үшін бала күн бойы МДҰ-ға күн сайын іліп қойған тағам туралы ақпарат бар. Барлық топтардың тәрбиешілері балалардың тамақтануы туралы мәселеге байыпты қарайды. Стендтерде ақпарат үнемі жаңартылып отырады, отбасылармен балалардың дәмдік талғамдары мен жеке ерекшеліктері туралы жеке әңгімелер жүргізіледі (тағамдық аллергия, диатездер аурулары бар балалар), сондай-ақ балаларда мәдени-гигиеналық дағдыларды тәрбиелеу мәселелері бойынша кеңестер жүргізіледі. Осылайша, ата-аналардың сұраныстарын ескере отырып, тәрбиеленушілердің отбасыларымен асхана этикеті мәселелері бойынша өзара іс-қимыл жасау жұмыстары уақытында жүргізілетінін атап өтуге болады.

Жұмысты ұйымдастыру бойынша ұсыныстар мен ұсынымдар:

1. Барлық жас ерекшелік топтарының тәрбиешілері өз тобының жас ерекшеліктеріне сәйкес балалардың тамақтану дағдыларын қалыптастыру, мәдени-гигиеналық дағдыларын тәрбиелеу бойынша жұмысты жалғастырсын.
2. Оқу жылы ішінде Меңдыгулова. А. Тамашова Ж тәрбиешілер стол басында өзін-өзі ұстау дағдыларын қалыптастыру бойынша жұмысты күшейту, тамақ мәдениетін жетілдіруді жалғастыру: асханалық құралдарын (шанышқы) дұрыс пайдалану.

Оқу жылының соңына дейін

1. Барлық топтардың педагогтарына әңгімелесу, ойын – сабақтар өткізу, тақырыптық жобалардың өтуін жоспарлау, асхана этикеті мәселелері бойынша дидактикалық және көрнекі материалдарды жаңарту. тақырып бойынша әдеби шығармалардың (өлеңдер, жұмбақтар, тақпақтар, әңгімелер) жинағын толықтыру және балалармен жұмыста пайдалану.

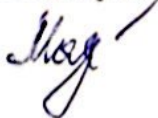
Оқу жылы ішінде

2. Осы мәселе бойынша тәрбиеленушілердің отбасыларымен өзара іс-қимыл жасау бойынша жұмысты жалғастыру.

Шағын орталық директор:

С.Р.Мусаева

Хатшы:



Т.Е.Махашева

«Бекітемін» : 

«Балбөбек» жеке меншік

шағын орталығының

директоры: С.Р.Мусаева

«Балалардың тамақтану сәтіндегі мәдени – регионалық дағдылар »

Дайындаған : медбике Турсиналиева А

2023-2024 оқу жылы

Жедел басқару «Балалардың тамақтану сәтіндегі мәдени – гегианалық дағдылар»

Өсіп келе жатқан организмдердегі энергия және зат алмасуының ерекшеліктері. Балалар организмі үнемі өсіп, даму үстінде болатындықтан олардың зат алмасу процестері елеулі өзгерістерге ұшырап отырады. Мұнда төмендегідей ерекшеліктерді бөліп қараған дұрыс:

1.Балаларда өсу, даму процесі өте қарқынды жүретіндіктен, зат алмасу процесі ересектерге қарағанда үдемелі түрде жүреді және жас ұлғайған сайын баяулай бастайды. Бала организміндегі зат алмасу процесі клеткаға қажетті заттар мен жоғалтқан энергия шығынының орнын толтырумен қатар, тканьдердің үздіксіз өсіп, дамуын қамтамасыз етуі керек. Сондықтан, балаларда ассимиляция процесі диссимиляция процесінен жоғары, яғни анаболизм катаболизмнен жоғары болып келеді;

2.Балалар организмінде клеткалар мен тіндердің құрлысына қажетті белоктар үдемелі түрде түзіледі. Өсіп келе жатқан организмге белок қажеттілігі ересектерге қарағанда біршама жоғары және бала неғұрлым жас болса, белок қажеттілігі соғұрлым жоғары болады. Белок жетіспеуі өсу процесінің тежелуіне ұшыратуы мүмкін;

3.Көмірсулар бала организмінде энергетикалық қызметпен қатар, пластикалық (клетка қабығының, дәнекер тіндерінің қалыптасуы және т.б.) қызмет атқарады. Өсіп келе жатқан организмде белок қажеттілігі жоғары болғандықтан көмірсулардың ыдырауы өте қарқынды жүреді, сондықтан, жас балалардың организмдері көмірсуларға өте жоғары қажеттілікті сезінеді;

4.Май алмасу процесі балалар организмінде тұрақсыз болып келеді. Тамақта көмірсулар жетіспеген кезде, май депосы тез таусылады. Майлар жылу энергиясының бастама көзі болумен қатар, организмді жылу жоғалтудан, органдарды жарақат алудан қорғайды;

5.Ересектерге қарағанда балалар гидролабильді болып келеді, яғни, олардың организмдері суды тез жинап, тез жоғалтып отырады. Сондықтан балалар организміндегі су алмасу процесі жылдам бұзылады және бала неғұрлым жас болса, соғұрлым суды көп қажет етеді, бұл құбылыс, қыз балаларға қарағанда ер балаларда жақсы көрінеді;

6.Сүйек тканьдерінің үдемелі өсіп-дамуына байланысты балаларда кальций қажеттілігі ересектерге қарағанда 1,5 есе жоғары. Кальций сүйектерде негізінен фосфор қышқылды тұздар түрінде

түзетілетіндіктен, организм кальциймен бірге фосфордың қатар түсіп отыруын қажет етеді;

3. Сүйектегі фосфор қышқылды тұздар "Д" витаминінің қатысуымен ғана түзіледі. Бұл витаминнің жетіспеушілігі рахит ауруына шалдықтырады;
4. Ана сүтінің құрамында темір жеткіліксіз болғандықтан, емшектегі кезеңдегі сәбилердің осы микроэлементке (өртүрлі жеміс-жидек шырындарына) қажеттілігі жоғары болады;
5. Балалар организміндегі органдар мен жүйелердің дамып жетілуі аяқталмағандықтан, зат алмасу процесі көбінесе сыртқы ортаға, әсіресе, дұрыс тамақтануға бағынышты болады;
6. Балаларда негізгі зат алмасу көлемі ересек адамдарға қарағанда салыстырмалы түрде жоғары болып келеді, бұл оларда тотығу процестерінің үлкен қарқынмен жүретіндігін көрсетеді.

Негізгі зат алмасудың мөлшері баланың жасына, жынысына, өсу қарқынына, олардың конституциясына (арық балаларда зат алмасудың қарқыны жоғары болады), қимыл-қозғалыстарына, жыл мезгіліне (көктем, жаз мезгілдерінде жоғары), туып, өскен мекеніне (биік таулы аудандарда, жазыққа қарағанда жоғары) және т.б. байланысты болып келеді.

Балалардың тамақтануының рационалды болуы, тамақтанудың тәртібін дұрыс ұйымдастырғанда ғана мүмкін. Ол үшін төменде көрсетілген шаралардың орындалуы қажет:

1. Тамақтану уақытын және уақыт аралықтарын қатал сақтау;
2. Тамақ қабылдаудың физиологиялық рационалдылығы;
3. Жеке тамақтану уақыттарына сәйкес, тағамды мөлшері мен сапасына байланысты дұрыс бөлу;
4. Балалардың тамақтану жағдайы және тамақтану кезіндегі балалардың тәртібі.

Санитарлық дәрігер ас-мәзірін құрастырған кезде мынадай негізгі қағидаларды білуі керек:

1. Тамақ рационы балалардың жас мөлшеріне сәйкес дене еңбегінің жүктемесіне, жыл мезгіліне, климатқа байланысты алынған тағамдық заттарға және энергияға қажеттілігіне сәйкес болуы қажет. Жаз мезгілінде энергия шығыны ұлғаятындықтан, тағам калориясын 10%-ға жоғарылату қажет;
2. Ас мәзірі балалар мекемелерінің қызметінің ұзақтығына байланысты 3-5 ретке есептеледі;
3. Ас мәзірі әрбір типтегі балалар мен жасөспірімдер мекемелері үшін бекітілген негізгі тағамдардың түрлеріне байланысты жасалады. Ет пен балықтан жасалған тағамдарды таңертеңгее

және түскі асқа ал, кешкі асқа сүт, көкөніс және жармадан жасалатын тағамдар ұсынылады. Рационның құрамында күнделікті міндетті түрде ет, балық, сүт, сары май, көкөніс, нан болуы керек;

7. Ас мәзірі әр түрлі тағамдардан құралады. Бір күндегі тағамдардың түрлері қайталанбауы тиіс;

8. Барлық балалар мекемелерінде, Медициналық Ғылым Академиясының тағам институты жергілікті жағдайларға байланысты ұсынған үлгі ас мәзірін негізге ала отырып, екі апталық ас мәзірі жасалады. Сонымен қатар "жазғы" және "қысқы" деген тағы екі ас мәзірі дайындалады. Тағам рационының калориясын және химиялық құрамын анықтау, арнаулы кестелер мен балалар тамақтануына арналған нұсқаулар бойынша жүргізіледі;

9. Күнделікті үлгі ас мәзірінің негізінде, құрамында әрбір тамақтану мерзіміндегі тамақтардың тізімі және осы тағамдардың барлығының массасы мен жеке түрлері көрсетілген сұрыптама ас мәзірі жасалады. Сұрыптама ас мәзірінде тамақтанатын балалар мен қызметкерлердің де саны көрсетіледі (мектепке дейінгі балалар мекемелерінде қызметкерлер тек қана түсте, ал мектеп интернаттарында 3 мезгіл тамақтанады);

10. Ас мәзірінде көрсетілген кейбір тағамдар жоқ болған кезде, оларды бірін-бірі алмастыра алатын тағамдардың кестесін қолдана отырып, химиялық құрамы жағынан сәйкес келетін тағамдармен ауыстыруға болады;

11. Балалар рационында, ас қорту органының қызметін жақсарту үшін күрделі тағамдар (қара бидай наны, ботқасы, В тобындағы витаминге бай тағамдар болу керек);

12. Рациондағы белоктардың меншікті үлесі, жылдың барлық мезгіліне тұрақты түрде болады.

Балалар мекемелерінің асхана жұмыстарына ағымды санитарлық бақылау жүргізу жұмысы:

1. Келіп түскен тамақтардың сапасы мен олардың тасымалдануын бақылау;
2. Тағамдардың сақталу жағдайын бақылау;
3. Тағамдардың таратылу мерзімінің сақталуын бақылау;
4. Тағамдарды дайындау технологиясын бақылау;
5. Дайын тағамдардың сапасын бақылау;
6. Асхананың санитарлық, індетке қарсы жүргізілетін тәртібін және ыдыс-аяқтарды тазалау тәртібін бақылау;

7. Асхана қызметкерлерінің жеке бас гигиенасын сақтауын бақылау;
8. Тағам рационының құрамын бақылау.