

БӨЛІМ: ӨЗІН-ӨЗІ ТАҢУ

Денсаулық құпиялары

ЖАРИЯЛАНДЫ
01.07.2020СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/77814/>

Мұғалімнің аты-жөні: У.Е.Абилдаева

Пәні: Өзін — өзі тану

Сынып: 3

Сабақтың тақырбы: Денсаулық құпиялары

Осы сабақ арқылы жүзеге асатын оқу мақсаттары 3.4.2.1 «Денсаулық» ұғымының адамгершілік құндылығы реттеу

Ойлау деңгейлері

Білу және қолдану: Денсаулықтың адам өміріндегі маңыздылығын түсіндіру.

-Денсаулығын сақтай білу іскерлігін дамыту.

Бағалау критерийлері: Жеке бас гигиенасының құралдарын атайды;

Жеке бас гигиенасына қатысты тәртіп

ережелерін анықтайды.

Гигиена сақтаудың қажеттілігі туралы

әңгімелейді.

Тілдік мақсат: Денсаулық пен қауіпсіздікке қатысты әлеуметтік және жеке мәселелерді анықтай алады

Құндылық: ақиқат

Қасиеттер: денсаулық, қадірлеу, сақтау

Пәндік лексика және терминдер: гигиена – hygiene; тазалық – cleanliness; жинақылық – neatness

Талқылауға берілген сұрақтар: 1. Денсаулық дегеніміз не?

2. «Қолды қашан жуу қажет?»

3. «Тісті күніне неше рет жуады?»

4. «Адамдар не үшін шаш тарайды?»

5. «Күніне неше рет жуыну қажет?»

6. Денің сау болуына не әсеретеді?

Бұған дейінгі меңгерілген білім: Денің сау болуына не әсеретеді?

Денің сау болсын десең

Жоспар

Жоспарланған уақыт есебі Жоспарланған тапсырмалар Ресурстар

Басы Ұйымдастыру кезең

Қайырлы күн досым,

Қайырлы күн болсын.

Жеті күннің әр кезі,

Сәттілікке толсын.

Біздің алар бағамыз,

Кілең бестік болсын

«Дұрыс жауабын тап»

Жауабын «иә» немесе «жоқ» деп белгілеу қажет.

Жұмысты өз бетінше немесе жұппен орындатуға болады.

- Бас – денемүшесі.
- Денсаулық – теңдессіз байлық.
- Үнеміспортпеншұғылданатынадамдаржиіауырады.

Жаттығу денсаулықты нығайтады.

Слайд

Интерактивті тақта,

Ортасы

Дескриптор:

Дескриптор:

СЕРГІТУ СӘТІ.

Дәйексөз.

«Жаны саудың – тәні сау» /плакатта,бірге оқу/

— Балалар, «Жаны саудың – тәні сау» қалай түсінесіңдер?/балалардың жауаптары/

— Иә,ойларыңыз дұрыс. Адамның ішкі ойы таза болса, дені сау болады. Барлық уақытта адамдар мен айналаң туралы жақсы ойласаң және оларға жақсылық тілесең, өзіңді әрқашан да жақсы сезінесің. Сондықтан адам тәнінің адамдығы үшін ғана емес, жанының сау болуы үшін де әрекеттер жасау керек. Ол үшін өз бойындағы жағымсыз қасиеттерден арылу керек.

/дәптердегі «Менің дәйексөздерім» айдарындағы осы дәйексөзді жазғызу/

Әңгімелесу. Денсаулық құпиялары

— Таза ауа адамның тыныс алуына қажетті өттегін жеткізеді, дұрыс өсуіне көмектеседі. Таза ауа – денсаулықты сақтаудың бірінші құпиясы. Табиғат таза болса,ауа таза болады. Сондықтан да табиғатты сүю жанға саулық береді. Су , біздің тәнімізге

азық,тазалық,жанымызға тыныс,сұлылық береді. Су болмаса өсімдіктер өспейді, ал өсімдіктер болмаса таза ауа болмайды. Таза судың болмауы біздің денсаулығымызға зиянын келтіреді. Табиғи суға шомылсаң денең шынығады. Сондықтан да келесі денсаулық құпиясы – табиғи су.

/ өлең жолдарын бірге қосылып айтқызу/

Су – табиғат байлығы,
Өзен- көлге барғайсын,
Кемі екі рет әр күні
Суға түсіп алғайсың.

— Денсаулықты сақтау мен нығайтудың үлкен бір құпиясы – спорт. Өткені, ол денені шынықтырады,сергітеді, тәңіне сымбаттылық,жаныңа күш-құат береді, аурудың алдын алады. Сонымен денсаулықтың тағы бір құпиясы – жан сұлулығы.

Жақсылық айтып басқаға,
Ортаға ойды салғайсын.
Тек мақтанба, жасқанба,
Сұлу жанды болғайсың.

Өйткені жаныңның сұлулығы денеңе саулық, тәңіне сымбаттылық береді..

1-тапсырма Сен білесің бе?

- гигиена ережесін құрастыруды үйренді;

2-тапсырма

Суретке мұқият қараңыз. Балаға тазалық сақтауға қажетті заттарды анықтауға көмектесіңіз. Суреттердісәйкестендіріңіз.

-тазалық сақтауға қажетті заттарды анықтайды;

— гигиена сақтаудың маңыздылығы туралы әңгімелейді

Шығармашылық тапсырма:(өлең жазу)

1- топ:

.....баламыз,
.....аламыз.
.....
.....санамыз.

2- топ:

.....күлеміз,
.....жүреміз,
.....
.....сүреміз.

Топпен ән айту

(«Қошақаным» әнінің әуеніне салып орындау)

Денсаулықты сақтайық
Шынығайық, баптайық.
Жаны саудың-дені сау
Жаман жолға баспайық
Тән саулығы-тазалық
Таза бала болалық.
Бойымызды күтеміз
Қалсын бізде балалық.
Дорба

Сабын, тіс пастасы, щеткасы, тарақ

Слайд

Слайд

Үлестірме парақшалар

Соңы

Дискрипор:

Берілген сөйлемдерді мұқият тыңдаңыз және тұсына «+», «-» таңбаларының тиістісін қойыңыз.

1. Жеке бас гигиенасын сақтау дегеніміз – тазалық сақтау.
2. Әрадамның жеке орамалы болғаны жөн.
3. Жеміс-жидектерді жуып жеу міндетті емес.
4. Тісті күнделікті тазалап тұру керек.
5. Тырнақты өсірмей, уақытында алып тұру керек.

жеке бас гигиенасы туралы ой бөліседі;

— сөйлемдердің дұрыс/ бұрыстығын көрсетеді.

Рефлексия

Оқушылар «Еркін микрофон» әдісі бойынша сабаққа кері байланысты ауызша айтты. Кері байланыста оқушылар өз топтарының жұмысымен бірге басқа топтың да жұмыстарын бағалады және ұсыныстарын берді.

Бұл сабақта оқушылар шығармашылықпен жұмыста топтық жұмыстың пайдасын түсінді деп ойлаймын.

Жұмыс дәптері

Қосымша мәліметтер

Сарлау-оқушыға мейлінше қолдау көрсетуді қалай жоспарлайсыз? Қабілетті оқушыларға тапсырманы қалай түрлендіресіз? Бағалау-оқушы білімін тексеруді қалай жоспарлайсыз? Пәнаралық байланыс-Денсаулық және қауіпсіздік, АКТ-мен байланыс. Құндылықтармен байланыс (тәрбие элементі)

Рефлексия

Сабақтың мақсаты мен оқу міндеттері орындалды ма?

Бүгін қушылар не үйренді?

Сабақ қалай өтті, қандай деңгейде өтті?

Жоспарлаған саралау жақсы іске асы ма? (тапсырмалар сәйкес болды ма?)

Уақытты қалай пайдаландым?

Жоспарыма қандай өзгерістер енгідім және неге?

Өз сабағыңызды талдау үшін осы бос орынды пайдаланыңыз. Сол жақта берілген сұрақтарға жауап беріңіз.

Қорытынды бағалау

Ең жақсы өткен екі нәрсені атап көрсетіңіз (оқыту мен оқуға қатысты)

1.

2.

Қандай екі нәрсе немесе тапсырма сабақтың одан да жақсы өтуіне ықпалын тигізеді (оқыту мен оқуға қатысты)?

1.

2.

Осы сабақтың барысында барлық сынып немесе жекеленген оқушылар жөнінде келесі сабағыма қажет болуы мүмкін қандай ақпарат білдім?

1.

2.

ҚМ АА Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.