bilimger.kz

Республикалық білім және ғылым порталы
https://bilimger.kz
ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі тіркелген — Куәлік нөмірі: ***KZ45VPY00102718***

2020

БӨЛІМ: БАСТАУЫШ СЫНЫП

Дұрыс тамақтана біл

ЖАРИЯЛАНДЫ	СІЛТЕМЕ
11.10.2020	https://bilimger.kz/82821/

ДҮНИЕТАНУ ПӘНІНЕН III ТОҚСАН 40 МИНУТҚА ЖОСПАРЛАНҒАН ҚЫСҚА МЕРЗІМДІ ЖОСПАР

Алматы облысы,

Ұйғыр ауданы

«Долайты орта мектебінің»

бастауыш сынып мұғалімі

Ниязова Гулжахан Исмаиловна

Пәні: Дүниетану **Мектеп:** «Долайты» орта мектебі **Ұзақ мерзімді жоспар бөлімі:** 1.Мен және қоғам **Ортақ тақырып:** 5. Дені саудың жаны сау **Бөлімше:** 1.4 Денсаулық пен қауіпсіздік **Күні:** 11.09.2020 **Мұғалімнің аты-жөні:** Ниязова Г.И **Сынып:** 2 «а» **Қатысқандар саны:** 10 **Қатыспағандар саны**: 0		
Сабақ тақырыбы:	Дұрыс тамақтана біл	
Осы сабақ арқылы жүзеге асатын оқу мақсаттары	2.1.4.1 түрлі деректкөздер негізінде пайдалы және зиянды тағамдардың арасындағы айрымашылықтарды анықтау	
Сабақ мақсаттары	1.Дұрыс тамақтану және салауатты өмірдің маңыздылығын әңгімелеу	
	2.Ағзаға қажетті өнімдерді атауларына қарай салыстыра отырып, суретпен дұрыс сәйкестендіру.	
	3. Пайдалы және зиянды тағамдарды екіге жіктеп жазу	
Ойлау деңгейлері	Білу, түсіну, қолдану	
Бағалау критерийлері	1.Дұрыс тамақтану және салауатты өмірдің маңыздылығын әңгімелейді. 2. Ағзаға қажетті өнімдерді атауларына қарай салыстыра отырып, суретпен дұрыс сәйкестендіреді. 3. Пайдалы және зиянды тағамдарды екіге жіктеп жазады	
Тілдік мақсат (тілдік емес пәнге)	Оқушылар дұрыс тамақтануға не жататынын айтады және салауатты өмірдің маңызды екендігін талқылай алады.	
Пәндік лексика және терминдер	Нан — хлеб- bread Балық –рыба- fish Дәрумен – витамин — vitamin	
Талқылауға арналған сұрақтар:	— Адамдар не үшін тамақтанады? — Қалай дұрыс тамақтану керек? — Дұрыс тамақтану не үшін қажет? — Тағамның қандай түрлерін білесіздер? — Қандай тағамдар ағзаға зиянды? — Қандай тағамдар дәруменге бай? — Қандай дәрумендерді білесің	
Құндылықтарды дарыту	Сыйластық, шығармашылық ,жауапкершілік құндылықтарын дарыту тапсырмаларды орындау барысында жүзеге асады. Денсаулық, достық және айналадағыларға қамқорлық көрсету	
Пәнаралық байланыстар	Сауат ашу (тағам атауларын атау), математика (тамақтану мөлшерлерін айту кезінде)	
АКТ қолдану дағдылары	Интерактивті тақта, бейнекөрсетілім	
Бастапқы білім	Дұрыс тамақтанудың қажеттілігі туралы түсүнігі бар.	
Сабақтың жоспарланған кезеңдері	Сабақтағы жоспарланған іс-әрекеттер	Дереккөздер/ Ресурстар

© 2026 Bilimger.kz Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық құқықтар қорғалған.

Сабақтың басы **5 минут**	Ұйымдастыру бөлімі: **«Сиқырлы қорапша»** әдісі арқылы оқушыларды **«Шаттық шеңберіне»** шақыру және топтарға біріктіру. -Балалар,айналамызда көңіл-күйі көтеріңкі,жақсы адамдардың болғанын бәріміз ұнатамыз.Ендеше қол ұстасып, бір-бірімізге жақсы көңіл- күй мен денсаулық тілейік Кел, балалар, күлейік! Күлкіменен түлейік ! Күлкі- көңіл ажары! Күліп өмір сүрейік! деп қорапша ішінен суреттерді бір-бірден аламыз. (Қорапша ішінде жеміс-жидектердің, көкөністердің, сүт өнімдерінің қима суреттері бар). Оқушыларды суреттер арқылы топтарға біріктіреміз: 1-топ. Жемістер 2-топ. Көкөністер 3-топ. Сүт өнімдері **«Миға шабуыл» әдісі** арқылы тақырыпты анықтау. -Балалар қолымыздағы суреттерге қарап не айтуға болады? -дұрыс, бұл суреттерде қоректік заттар көрсетілген. — Осы тағамдардың барлығы адам денсаулығына пайдалы ма? -Біз тағы қандай тағамдармен қоректенеміз? -Адам денсаулығына зиянды қандай тағамдар болуы мүмкін? -Олай болса балалар біз бүгін сіздермен «Дұрыс тамақтана біл» атты тақырыбымен танысамыз. **Сабақ мақсатын таныстыру.** — дереккөздер негізінде пайдалы және зиянды тағамдардың арасындағы айрымашылықтарды анықтау	«Сиқырлы қорапша» әдісі Жемістердің, көкөністердің, сүт өнімдерінің түрлі-түсті суреттері

© 2026 Bilimger.kz Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық құқықтар қорғалған.

<table>
<tr>
<td>

Сабақтың ортасы 5 минут

7 минут

2 минут

8 минут

8 минут

</td>
<td>

Оқу жоспарында көрсетілген дереккөздер ретінде бейнежазбаны қолдану арқылы, адам денсаулығының мықты болуы үшін не қажет екендігі туралы мәлімет алады.
-Балалар бейнероликтен не көріп тұрсыздар?
-Денсаулығымыз жақсы болу үшін не қажет?
-Біз не үшін тамақтанамыз?
-Қандай тағам түрлері дәруменге бай?
-Қандай тағамдар ағзаға зиянды?
-Сау болып өсу үшін кандай тағамдарды тұтыну керек?
Қ.Б: мұғалімнің қолпаштауы. жарайсың, керемет, тамаша, жақсы.
1- тапсырма
«Пошташы» әдісі (топтық жұмыс)
Белсенді оқыту: «**Сұрақ қою және талқылау» әдісі**
Оқулықпен жұмыс 50-51 беттер
Оқушылар топтасып оқулықтағы мәтінмен танысады «Ас- адамның арқауы» деп ата-бабаларымыз астың адам денсаулығы үшін маңызын дұрыс аңғарған.Біз қалай тамақтанамыз?
Адам ағзасының өсіп-жетілуіне құрылған сызбаны қараңдар және топтасып тапсырманы орындаңдар.

«Пошташы»әдісі топтарға хаттар келеді.
Мәтінді оқытып, әр топқа тапсырма беріледі.
1-топ Адам тез өсу үшін тағамның құрамында не болуы керек?
2-топ Адам шыдамды болу үшін және күш қуаты мол болу үшін ағзада не болуы керек?
3-топ Біздің ағзамызда тағы қандай заттар болу керек?

Бағалау критерийі: Дұрыс тамақтану және салауатты өмірдің маңыздылығын әңгімелейді	**Дискриптор:** 1.Дұрыс тамақтануды біледі. 2.Пайдалы тағамдарды анықтайды. **3.** Салауатты өмірдің маңыздылығын әңгімелейді

***ҚБ:* «Дәмді алмалар» әдісі.**

«қызыл алма» толық жауапқа
«жасыл алма» толық емес жауапқа
«сары алма» қалыпты жауапқа

«Ширату жаттығуы» «Оң және сол» әдісі арқылы оқушылар пайдалы тағамдардың суреттерін көріп оң қолын, зиянды тағамдардың суреттерін көріп сол қолын көтереді.

2-тапсырма (жұптық жұмыс) «Сәйкестендіру» әдісі Белсенді оқытудың « Түсіндіру және сипаттау» тәсілі

-Балалар суреттерге қарап әңгіме құрайды. Ағзаға қажетті өнімдердің құрамында қандай дәрумендер бар екендігін анықтайды. Сосын оқушылардың жартысына дәрумендер сипаттамасы мен жартысына тағам суреттері таратылып, сәйкес жауаптар бар оқушылар жұптасып жауап береді.
— Суреттерге қарап әңгімеле.
— Сенің ағзаңа қажетті өнімдердің құрамында қандай дәрумендер бар?
Суретте берілген тағамдарды сай келетін дәруменге сәйкестендір.
Суреттерге қарап, адам ағзасына қажетті өнімдердің құрамында қандай дәрумендер бар анықтайды. Ол дәрумендерді қайдан аламыз, қайда өседі, адам ағзасына не үшін қажет дәлелдейді.
(Оқушыларға суреттер таратылып беріледі)

А дәрумені көздің көруін жақсартады.

В дәрумені ағзаны нығайтып, күш-қуат береді.

Д дәрумені сүйектерді қатайтады.

С дәрумені иммунитетті көтеріп, ауруға қарсы тұрады.

1. Адам күніне қанша рет тамақтанады?
2. Адам тамақтанбай жүре ала ма?
3. Қандай дәрумендерді білесің?

Үш тілді жүзеге асыру мақсатында төмендегі сөздерді үш тілде айтқызу.

нан	хлеб	bread
балық	рыба	fish
денсаулық	здоровье	health
дәрумен	витамин	vitamin

Бағалау критерийі:	**Дескриптор:**
Ағзаға қажетті өнімдерді атауларына қарай салыстыра отырып, суретпен дұрыс сәйкестендіреді.	1.Ағзаға қажетті өнімдерді атап, салыстырады. 2.Суретпен дұрыс сәйкестендіреді.

ҚБ. «Дәмді алмалар» әдісі.

«қызыл алма» толық жауапқа
«жасыл алма» толық емес жауапқа
«сары алма» қалыпты жауапқа

3-тапсырма (жеке жұмыс)
Саралаудың «Тапсырма, диалог және қолдау көрсету, қорытынды» тәсілі

1.Пайдасыз тағамдарды бір бөлікке, пайдалы тағамдарды бір бөлікке жаз.

Бағалау критерийлері	**Дескриптор**
Пайдалы және зиянды тағамдарды екіге жіктеп жазады	1.Пайдалы және зиянды тағамдарды анықтайды. 2.Пайдалы тағамдарды бөліп жазады 3. Зиянды тағамдарды бөліп жазады

ҚБ. «Дәмді алмалар» әдісі.

«қызыл алма» толық жауапқа
«жасыл алма» толық емес жауапқа
«сары алма» қалыпты жауапқа

</td>
<td>

https://youtu.de/gkkd1w1GSeY

Оқулық 50-51 бб

Қима суретер

Түрлі -түсті алмалар стикерлер

Түрлі -түсті алмалар стикерлер

</td>
</tr>
</table>

Сабақтың соңы **5 минут**	**Рефлексия «Алма ағашы»** Алма суретін таратып беремін. Бүгінгі сабақты түсінсе алманы жасыл түске, қиналған тұстарым болды десе сары түске, түсінбедім деген оқушылар қызыл түске бояйды. – толық түсіндім – әлі де көмек керек түсінбедім **Үй тапсырмасы:** Ағзаға пайдалы қандай өнім түрлері біздің ауылымызда өсіріледі? (жазып келу)	«Алма ағашы» суреті, жапсырма алма стикерлері

Саралау-оқушыларға қалай көбірек қолдау көрсетуді жоспарлайсыз? **Қабілетті жоғары оқушыларға қандай міндет қоюды жоспарлап отырсыз?**	**Бағалау -оқушы білімін тексеруді қалай жоспарлайсыз?**	**Денсаулық және қауіпсіздік техникасының сақталуы**
3-тапсырма. Жеке жұмыс. Саралаудың «тапсырма тәсілі арқылы оқушыларға пайдалы және зиянды тағамдарды екіге бөліп жікте деген тапсырма беріледі. Тапсырманы орындау барысында «Қорытынды» тәсілі арқылы балалардың сабақта алаған білімдерінің қорытындысы шығарылады. Егер де көмекті қажет ететін оқушылар сыныпта кездескен жағдайда тапсырманы аяқтаған оқушылармен диалогқа түсіру арқылы орындатамын.	Оқушылар «Бас бармақ», Ауызша мадақтау, «Қолпаштау», «Дәмді алмалар», «Алма ағашы» әдістері арқылы бағаланды	Орындықта дұрыс отыру.

ҚМ АА Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі
© 2026 **Bilimger.kz Ақпараттық-танымдық білім порталы**. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.