

БӨЛІМ: БАЛАБАҚША

Денсаулық-зор байлық ашық оқу қызметіЖАРИЯЛАНДЫ
19.03.2020СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/70465/>

Мектепалды даярлық «Бәйшешек» тобында ұйымдастырылған оқу қызметінің конспектісі

27.11.2019ж Тәрбиеші: Досмухамбетова К.М.

Білім беру саласы «Денсаулық», «Таным»

«Қауіпсіздік мінез-құлық негіздері», «Жаратылыстану»

Тақырыбы: «Денсаулық-зор байлық»

Мақсаттары:

Тәрбиелік: Балаларда салауатты өмір салтының дағдыларын және қажеттілігін сақтай білуге тәрбиелеу.

Дамытушылық: Балалардың өз денсаулығына деген саналы көзқарасын және салауатты өмір салтына деген қажеттілігін қалыптастыру. Балалардың денсаулығы дұрыс тамақтануға байланысты екенін түсінуге көмектесу, назарын, ойлауын, қиялын, сөздік қорын дамыту. Денсаулық сақтау технологияларын дұрыс орындауға талпындыру.

Оқыту. Балаларға құрамында дәрумендер бар өнімдер туралы білімдерін бекіту; балаларға дәрумендер адам ағзасына қалай әсер ететінін, олардың адам денсаулығы үшін пайдасы мен маңызы туралы түсіндіру; Пияз егіді көрсету.

Педагогикалық технологиялар: АКТ, ойын технологиясы, денсаулық технологиясы, мнемокесте

Ресурстармен қамтамасыз ету: суреттер, көрнекіліктер, игровизор, фломастер, майлық

Көптілділік: денсаулық-здоровье- health дәрумендер-витамины-vitamins

1. Ұйымдастырылған оқу қызметінің барысы:

Ұйымдастырушылық кезеңі: Балалар, бізге оқу қызметіне көп қонақтар келіпті! Олармен амандасып алайық. -Сәлеметсіз бе!-здравствуйте! — Hello! Біз кездескен кезде қарапайым ғана бір сөз айтамыз: -Сәлеметсіз бе? — Қайырлы таң!-дейміз, бірақ әр адамның денінің саулығын тілейді екенбіз.

-Балалар қазір жылдың қай мезгілі? -Күз айларын атайық? Мнемокестемен жұмыс -Күзде біз не жинадық? Күз туралы қандай тақпақ білеміз: Ернар: Жайдарлы күз ,Жарқын күз Аяулы күз ,алтын күз Дөнге толы ең дала, Дәруменді салқын күз

Күзгі ауамен терең тыныс алайық (киндердегі лентаға үру)

Негізгі бөлім: Есік қағып почташы келеді. Почташы: Сәлеметсіздер ме, бұл «Гүлдер» бөбекжайбақшасы ма? «Бәйшешек» тобы ма? Мен онда сіздерге хат әкелдім. (Хатты тәрбиешіге береді) -Рахмет, Почташы. (Қоштасып кетеді.) -Балалар бұл не хат, оқыймыз ба? «Сәлеметсіздер ме, балалар, мен Дымбілмеспін. Мен қиын жағдайға тап болдым, мен қатты ауырып жатырмын. Ауырмау үшін дұрыс тамақтану керек дейді. Мен тырысып, өте дәмді, тәтті тоқаш, кәмпит, чипсы, тәттілерді жедім, ішкенім кока-кола. Бірақ мен тәуір бола алмай жүрмін. Балалар маған көмектесіңдерші маған немен тамақтану керек? Денсаулығымды қалай түзесем болады?» -Балалар, кәне Дымбілмеске көмектесеміз бе? -Денсаулықты қалай сақтау керек? - (ауырмау, дұрыс тамақтану, шынығу) -Балалар денсау болу үшін тағы не керек? —Дәрумендер не үшін керек? (денсау болу үшін, күшті, мықты болу үшін, ауырмау үшін) -Дәрумендерге не жатады? (Пайдалы тамақтар мен жемістер мен көкөністер)

1. Ойын: «Не пайдалы?» интерактивтік тақтамен жұмыс 2. А дәрумені – жақсы көруге, өсуге керек. В дәрумені жүректің жұмысын, ас қорытуды жақсартады Д дәрумені аяқ - қолымызды мықты қылады. С дәрумені барлық ағзаны мықты қылады, тымаудан сақтайды. Дәрумендер туралы қандай тақпақ білеміз: Дарина: Мен алмамын, алмамын, Денсаулыққа пайдамын.

Сусынымды ішсеңіз,

Көп ауруды жазамын.

Едіге: Мен сәбізбін, сәбізбін,

Емдік қасиет беремін.

Көп ауруды жазамын,

Емделем десең әзірмін

Сұлтан: Дәрумендер тірегің,

АВСДЕ деп аласың.

Жетіспесе бірі оның,

Ауырып сен қаласың

А дәруменіне қызанақ, шие, алма, сәбіз, асқабақ, шабдалы (персик), өрік (абрикос), тәтті бұрыштар жатады. Егер біз осы дәрумендерді көп жесек біздің бойымыз өседі және жақсы көреміз.

— Екінші тобы, ол В дәрумені. Ол миға өте маңызды және де бүкіл ағзамыз жұмыс істегендей соғанда қажет. В дәруменіне бұршақ, картоп, балық, қара нан, қарақұмық (гречка), сұлы (овсянка), жаңғақ (грецких орехах), ірімшік, банан, саңырауқұлақтар жатады. Егер біз В дәруменің көп жесек біздің миымыз және бүкіл ағзамыз жақсы жұмыс істейтін болады.

— Үшінші тоб, ол С дәрумені. Ең керек бізге дәрумен. Бұл дәрумен ағзаны әртүрлі аурулардан сақтайды, әсіресе суық тиюден және тұмаудан қорғайды. С дәрумені көкөністер мен жидектерде көп болады. Оған: қарақат, лимон, қырыққабат, самырсақ, пияз, апельсин, итмұрын, алма жатады. Егер біз С дәруменің көп жесек бізге суық тимейді және де тұмаумен ауырмаймыз. Сондықтан дәрумендер адам ағзасына өте

пайдалы. А, С, В дәрумендері болады.

-Қалай ойлайсыңдар, адам егер тәтті тағам ғана жесе не болады?(Ауырады , семіреді)
3.Ойын «Ия-жоқ» -Денсаулықты сақтап дұрыс тамақтану үшін не пайдалы қазір білеміз. Ол үшін менің сұрағыма «Ия» немесе «Жоқ» деп жауап беріңдер, келістік пе? *Ботқа-дәмді ас, ол бізге пайдалы? * Жуа жесең әрқашан, ол сендерге пайдалы ма? *Жердегі су таза емес, оны ішуге бола ма? * Щи – тамаша тағам, щи-балаларға пайдалы? * Шыбын сорпасы әрдайым балаларға пайдалы? * Жемістер-бұл біз үшін,ең пайдалы? * Жумай жеген көкөніс,ол бізге пайдалы? * Көкөніс өседі, көкөністер пайдалы? * Шырын,сусын балаларға пайдалы ішу керек пе? * Чипсы пайдалы тағам? *Тек пайдалы тағамдар, аспазшылар даярлар.

Сергіту сәті:

Орнымыздан тұрайық,

Қолды алға созайық.

Бір отырып,бір тұрып,

Жоғары, төмен қарайық, Орнымызды табайық .

Дымбілмеске Дені сау болу үшін тағы нені білу керек?

4.Ойын : «Тазалыққа не керек?»-жұмбақ шеш Дымқылдап күнде сен, Қолыңа сүйкесең. Кетіп кір-ласың, Тап-таза боласың. (Сабын) Шомылған баланы, Аймалап алады. Сүртеді қолын да, Сүртеді жонын да. (Сүлгі)

Аузы жоқ, көзі жоқ, Тілі жоқ, өзі жоқ. Бірақ та тісі бар, Басың мен ісі бар. (Тарақ)

Біз едік, біз едік, Отыз екі қыз едік. Қатар-қатар тізілдік, Кезек-кезек тізілдік. (Тіс)

5.Ойын. «Тазалыққа не керек?»-игравизормен жұмыс Ал енді көзге жаттығу жасап алып,ойынды жалғастырайық.(видео) Жылдам-жылдам көзді жұм Енді оған демалыс бер(1-2 мин)

6.Дид. ойын: «Дәмінен ажырат» туралған жемістер мен көкөністерді дәміне қарай ажырату

Саусақ жаттығуы «Қырыққыбыт тұздаймыз» Біз қырыққыбытты тұздаймыз (қолымызды түзу ұстап, жоғары-төмен қимыл жасаймыз). Біз сәбізді үйкелеп тураймыз (оң қолымызды жұдырықтап, сол алақанға үйкелеу) Біз қырыққабатты тұздаймыз(саусақпен шамшып алып,сеуіп көрсету) Біз қырыққабатты еземіз (жұдырықтап ашып-жабу)

Ойын: «Не қауіпті?»- игравизормен жұмыс

Қорытынды: -Денсаулық сақтау деген не? -Біз кімге көмектестік? Дымбілмеске нені үйреттік? Қандай ойындар арқылы көмек бердік?

Қандай қорытындыға келдік? -Денсаулық сақтауға бастысы Күн тәртібін сақтауға, Серуендеуге ,таза ауаға шығу, дұрыс тамақтануға, дәрумендер жеу, дұрыс ұйықтау керек.

Қоштасу: -сау болыңыз

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