

## БӨЛІМ: БАСТАУЫШ СЫНЫП

## Спорт - денсаулық кепілі

ЖАРИЯЛАНДЫ  
14.05.2018СІЛТЕМЕ  
<https://bilimger.kz/38068/>

## АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

**Кинеева Сания Урынгалиевна**

Ақтөбе облысы, Хромтау қаласы

№6 Хромтау гимназиясының

«Бастауыш білім беру мұғалімі»

Кинеева Сания Урынгалиевна

**Қысқа мерзімді жоспар****Бекітілді:****Күні:** 03.04.2018 ж**Білім саласы:** Коммуникация**ҰОҚ:** сөйлеуді дамыту**Тақырыбы:** «Спорт - денсаулық кепілі»**Білім беру саласы:** «Коммуникация»**Ұйымдастырылған оқу қызметімі** «Сөйлеуді дамыту»**Мақсаты:****Білімділігі:** Балаларды адамның ең маңызды негізгі мүшесі - жүрекпен таныстыру. Жүректің жұмысы және оның қызметі туралы мәлімет беру.**Дамытушылығы:** Спорт, денешынықтырудың маңызы туралы түсінік бере отырып, сабақтарысына қимыл қозғалысты енгізу.**Тәрбиелілігі:** Би арқылы ширақтылығын арттыру, тақпақ, мақал мәтелді жаттау арқылы естесіне сақтау қабілетін дамыту, достыққа, бір - біріне деген сыйластық тәрбиелеу.

**Әдіс - тәсілдер:**Әңгімелеу, түсіндіру, сұрақ - жауап.

**Қажеттікөрнекіқұралдар:** Спорт түрлерібейнеленгенсуреттер, А — 4 қағазы, түрлітүстіқарындаш, әліппе – дәптер.

### **Сабақтыңбарысы:**

I. Ұйымдастырукезеңі:

— Балалар, бүгінгіоқу қызметін жақсыкөңіл - күйменөткізейік. Олайболса, барлығымыз ортаға шығып, шеңбер құрайық.

### **Шаттық шеңбері:**

Үлкен шеңбер құрайық,

Алақанды ұрайық.

Күлімдесін күн де,

Күлімдейік біз де.

Алақанды ашайық,

Күннің нұрын салайық,

Таза ауаны салайық,

Жүрек жылуын салайық,

Енді бәрін қонақтарға сыйлайық

### **II. Негізгібөлім.**

-Балаларбүгінәптаныңқайкүні? (бейсенбі)

— Бүгінгіоқу қызметіміз -солейуді дамыту.

-Тақырыбыз «Спорт — денсаулықкепілі».

Балалар, бізкүнделіктітаңертеңгілікұйқыдантұрғаннансоң не жасаймыз?

(ертеңгілікжаттығу) Таңертеңгілікжаттығу, спортпеншұғылдану, денеміздішынықтыруарқылыбізденсаулығымызды, денебітіміміздішынықтырамыз.

Денсаулықтыңқадірін, әдетте, адамауырғандағанабіледі.

Денсаулықтыңмықтыболуыадамныңөзіне де байланысты.

Адамдарәрқашанқимылқозғалыстажүрсебіздіңағзамыздағықанжүрісі де

қозғалыстаболып, жұмысыжақсарады. Ауруларғақарсытұраалатынболамыз.

Денсаулығымыздысақтауүшінзияндыәдеттерденаулақболуымызқажет. Адам

денсаулығынажақындостар не депойлайсыңдар?

(тазалық, спорт, таза ауа, дұрыстамақтану, күнтәртібі.)

### **Мақалмәтелдер.**

1. Біріншібайлық — денсаулық,  
Екіншібайлық — он саулық,  
Үшіншібайлық — ақжаулық. (Мариям)  
Денсаулық — зор байлық. (Нұржан)
3. Дені саудың - жаны сау. (Акбота)

**Ал ендеше жұмбақшешіңдер—**

Дем алуды білмейтін,

Еңбекқор бұл дейтін (Жүрек)

Адамның ең маңызды мүшесі ол – жүрек.. (Жүректің суреті)

Сендердің жүректерің өз жұдырығыңның көлеміндей. Адамда жүрек біреу ғана, оны сақтау қажет.

Жүрек ауырмауы үшін спортпен айналысу қажет. Дене шынықтыру, спортпен шұғылдану, шаңғымен, конькимен сырғанау, суға түсу, таза ауада қыдыру қажет.

( Тақтаға спорт түрлерінің суреті ілінеді)

— Балалар мына суретте спорттың қандай түрлерін көріп тұрсыздар?

**Тақпақденсаулық туралы:**

1. Денсаулық ол — күлуің

Көңіл – күйің жадырай,

Денсаулық ол – жүруің,

Ешбір жерің ауырмай. (Елшат)

2Спорт – көркі өмірдің,

Спорт — досың, серігің.

Жаттықсаң шымыр боларсың,

Шынығып, өсіп, толарсың,! (Султана)

3. Шығу үшін шымыр боп

Шынығамыз шаршамай

Бұлшық еттер шымыр боп

Аламыз сосын тыныс жай (Арайлым)

**Сергіту сәті:** «Бала бала балақан»

**Ойын:** «Не артық?»

Тазалық — денсаулық негізі, денсаулық — байлық негізі.

Тазалық туралы суреттер

**III. Қорытынды.**

— Денсаулықтың кепілі неде?

— Адамдар не үшін таңертеңгілік жаттығуды жасайды?

— Балалар өз жүрегіміздің суретін қағаз бетіне түсіріп көрейікші.

(Балаларға бояу қарындаш пен қағаз беріледі)

Қорытындылау «Жүректен — жүрекке»

— Күлімдеген күн мейірімді!

— Таза мөлдір су мейірімді!

— Аяулы анам мейірімді!

- Қадірлі әкем мейірімді!
- Әлпештеген әжем мейірімді!
- Еркелеткен атам мейірімді!
- Жылы жүзді ұстазым мейірімді!
- Тату — тәтті достарым мейірімді

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

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