

БӨЛІМ: ТЕХНОЛОГИЯ

Дұрыс тамақтанудың негіздері.

ЖАРИЯЛАНДЫ
05.05.2020СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/73018/>

Сабаққа негізделген оқу мақсаты 5.2.4.1 — дұрыс және тиімді тамақтанудың ережелерін сипаттау және зерделеу

5.1.3.1 — шығармашылық идеяларды зерттеу мен дамыту үшін ақпарат көздерімен жұмыс істеу (оның ішінде ақпараттық-коммуникативтік технологияларды қолдану арқылы)

Сабақ мақсаттары: Барлық оқушылар:

Дұрыс және тиімді тамақтанудың дағдыларын қалыптастыру

Оқушылардың басым бөлігі:

Теникалық үдерістерді, зерттеп анықтайды

Кейбір оқушылар:

Информатиканы қолдана отырып шығармашылық ойын дамыту

Бағалау критерийлері:

(жетістік критерийлері, табыс критерийлері, күтілетін нәтиже)

Оқушылар:

- академиялық тілдік дағдыларын қолдана отырып, жасалған жұмыстары мен дайындау тәсілін сипаттай алады;
- жобалық бұйымды кезең-кезеңімен орындау барысын түсіндіре (сөйлеу дағдылары) алады;
- өз жұмысын және оны орындау бойынша нәтижелеріне талдау жасап, жұмысын таныстыра алады;

Тілдік мақсаттар Оқушылар:

пішін, түр, үдеріс, коктейль, құрамы, тепе- теңдік, карвинг, тамақтану рационы, жабдықтар/құралдар/құрылғылар;

- Мен... үшін таңдадым. Себебі,...
- Мен оны.... материалдарынан орындаймын;
- Мен пайдалы қасиеттерін білемін.
- Мен материалдар мен құрал-жабдықтарды қолдандым.
- Бұл бұйымның ерекшелігі....

- Мен ... өзгертер едім немесе жетілдірер едім.

Дұрыс тамақтану-здоровое питание-healthyfood

Табиғи-натуральный -Natural

Дәруменді-витаминный-Vitamis

Құндылықтарды дарыту Басқалардың ойымен пікірін құрметтеу.

Оқушылар арасында жақсы қарым-қатнас орнату.

Оқушылар бір- бірін тыңдай біліп, басқалардың жұмыстарына құрметпен қарап, ойын жеткізе білу.

Оқушыларға мәдени және эстетикалық тәрбиені қалыптастыру.

Пәнаралық байланыстар жаратылыстану пәндерімен байланыстыру.

АКТ қолдану дағдылары интерактивті тақта, слайд

Алдыңғы оқу/ Бастақы білім Еске түсіру, қайталау. Пәнге қатысты лексика мен терминология

Өткен тапсырмаларды еске түсіру.

Жоспар

Жоспарланған уақыт Жоспарланған жаттығулар Ресурстар

Басталуы Сәлемдесу (үш тілде)

Оқушылардың сабаққа дайындығын тексеру.

Психологиялық ахуал қалыптастыру.

«Амандасу» жаттығуы

Қарым-қатынас амандасудан басталады. Ойыншылар дөңгеленіп тұрады. Барлығы тақтаға қарайды. Егер тақтада күлкі бейнеленсе, онда бір-бірімізге күлімдей қараймыз. Қол бейнеленсе – қолымызды қысып амандасамыз. Күн бейнеленсе – жақсы ықыласпен сәлемдесеміз. Жүрек бейнеленсе – құшақтасамыз.

«Жемістер» арқылы топқа бөлінеді. Оқушыларды қалаған жемістерді алып, 1,2,3 топтарға бөлініп отырады.

Жұмыс ережесін келісу

Сабақта бір-бірімізді сыйлаймыз, тыңдаймыз!

Уақытты үнемдейміз!

Нақты, дәл жауап береміз!

Сабақта өзіміздің шапшаңдығымызды, тапқырлығымызды көрсетеміз!

Оқу мақсатын таныстыру

Күтілетін нәтижені анықтау

Белсендіру.

Оқушыларды топтарға бөлуге арналған суреттер.

Сұраққа жауап берген оқушыны мадақтау, толықтыру жасау, тиімді кері байланыс орнату.

Алдыңғы
Білімді еске
түсіру

Ортасы

Жаңаны ашу.

Жаңаны ашу үшін балалар топтық жұмыс орындайды.

1- тапсырма : О\м 5.2.4.1.. «Ойлан, талқыла» әдісі

(Жеке жұмыс, жұптық жұмыс, топтық жұмыс.)

Жеке жұмыс: «Сиқырлы қорап» ішінен суреттерді әрбірі таңдап алады. Көрсетілген азық-түліктердің пайдасы мен зиянын талдау жасайды.

Жұппен жұмыс: Қандай тағам пайдалы? Неліктен?

Топпен жұмыс: Қандай тағам зиян саналады? Өз ойларыңды негіздеңдер.

Дескриптор

Әрбір топ өз ойларын сыныппен бөлісе отырып, таңдалған таңдалған заттардың құрамы туралы айтады.

ҚБ: Отшашу арқылы бір-бірін бағалау

2-тапсырма «Тамақтану физиологиясы, тиімді тамақтану» бейнеролигін көрсету

Ұжымдық жұмыс:

1. Дайын өнімдердің зат белгісіне қарап, адам ағзасының өсіп дамуына әсер ететін заттарды атау.

Дескриптор

Дайын өнімдердің зат белгісіне қарап, адам ағзасының өсіп дамуына әсер ететін заттарды ажырата біледі.

Қ\б : Бас бармақ арқылы бір-бірін бағалау.

Білім алушы үйренеді: Пайдалы және зиянды тағамдарды ажырата біледі

Оқулықпен жұмыс: «Білім құмарларға кеңес» айдарынан оқыту.

3-тапсырма О\м 5.1.3.1.

Жаңа білім мен тәжірибені қолдану

Тапсырмалар жасырын сұрақ ретінде топтарға үлестіріліп беріледі

1-топ: Таңдалған сусындар құрамындағы заттар туралы өз ойларымен бөліседі

2- топ: Түрлі ақпарат көздерін пайдалана отырып, кестені толтырады

3- топ: «Дәрумендердің тамақтанудағы ролі» тақырыбына көрсетілім дайындайды.

Дескриптор: Дұрыс тамақтану ережесін құрастырады.

(ҚБ) “Екі жұлдыз, бір тілек” әдісі.

Тапсырманы орындаған оқушыны мадақтау, толықтыру жасау, тиімді кері байланыс орнату.

Белсенді оқу тапсырмалары.

Аяқталуы

Кері байланыс

Сабақ тақырыбы бойынша сұрақтар құрастыру.

Білім алушылар сұрақтар құрастырады.

Оқулықта берілген сөздермен сұрақтар құрастырады.

Рефлексия «Аялы алақан»(жеке, жұпта, топта, ұжымда)

Сабақтан

алған

әсерлерін хабарлама

арқылы

ұстазға

оқып береді, немесе

қалдырады

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

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