

САБАҚ ЖОСПАРЫ

Сынып сағаты	Дұрыс тамақтана біл	
---------------------	---------------------	--

Мақсаты (мақсаттары)	2.1.4.1 Түрлі дереккөздер негізінде пайдалы және зиянды тағамдардың арасындағы айырмашылықтарды анықтау	
Күтілетін нәтиже	Барлық оқушылар:	
	<ul style="list-style-type: none"> Адамның денсаулығына пайдалы және зиянды тағамдарды ажыратады. 	
Әдіс-тәсілдер	Сұрақ-жауап, әңгімелеу, түсіндіру.	
Алдыңғы білім	Біз дұрыс тамақтана білеміз	
Жоспарланған уақыт	Жоспарланған жаттығулар	Ресурстар
Басталуы 1 минут 1 слайд Ой қозғау	1.Психологиялық ахуал қалыптастыру: Оқушыларды түгелдеу. Балалар қараңдаршы бүгінгі күн кешегіден де шуағын жан –жағына төгіп тұрғандай .Өйткені жер бетіндегі тіршіліктің барлығы осы күннен нәр алады.Қане бізде күннен нәр алып жылу алайық. Сол жылуды бір – бірімізге таратайық.Сонан соң келген қонақтарға сыйлайық. Енді барлығымыз ортада шеңбер жасап тұрып мына үлестірме қағаздардан аламыз. Сүт тағамдар Ет тағамдары Жеміс және көкөніс тағамдары Ұннан жасалған тағамдар	Интербелсенді тақта арқылы оқушылар қосылып айтады. Берілген әріптерді таңдап түріне сай топтарға бөлінеді.
Ортасы	- Балалар біз тағамдар арқылы топқа бөліндік. Осы тағамдардың біздің өмірімізге қаншалықты маңыздылығы бар?(оқушылар жауабы) -Олар біздің денсаулығымыз жақсы болу үшін қажет. Ас адамның арқауы , Аспен күш артады. Тағам іш жағымды , Тазартар жанынды.	Интер тақта
Бейне жазба 3 мин Тапсырма орындау 5 мин	-Ендеше біздің бүгінгі сабағымызда сен адам ағзасына пайдалы және зиянды тағамдарды ажырата білуді үйренесіңдер Қазір бейнежазбаға назар аударамыз. Дұрыс тамақтану Бейне жазбадан не білдік? (Оқушылар жауабы)	Дұрыс тамақтану
3 мин	Дұрыс ас ішу тәртібі Дұрыс ас ішу тәртібі деп – өнімдердің жеті түрлі тобынан тұратын тағамдарды қабылдауды айтады.	Дұрыс ас ішу тәртібі

Біз тұтынатын азық түлік



-Сенің денің сау болып өсу үшін бізге не қажет?
(Біз тұтынатын азық түлік)

*СЕНІҢ АҒЗАҢА ҚАЖЕТТІ ӨНІМДЕРДІҢ
ҚҰРАМЫНДА
КАНДАЙ ДӘРУМЕНДЕР БАР, ОЛАРДЫҢ КАНДАЙ
ПАЙДАСЫ БАР?*

А -дәрумені көздің көруін жақсартады.



В - дәрумені ағзаны нығайтып, күш-қуат береді.



Д -дәрумені иммунитетті көтеріп, ауруға қарсы тұрады.



С -дәрумені сүйектерді қатайтады.



Қорытынды бағамдау

Қандай екі нәрсе табысты болды (оқытуды да, оқуды да ескеремін)?

1: Оқушыларды сабақтың әр кезеңінде бағалау.

2: Дарынды және үлгерімі төмен оқушылардың ерекшелігіне көңіл бөлу.

Қандай екі нәрсе сабақты жақсартта алады (оқытуды да, оқуды да ескеремін)?

1: Сабақтың нәтижесіне көңіл бөлу.

2: Рефлексия.

Сабақ барысында мен сынып немесе жекелеген оқушылар туралы менің келесі сабағымды жетілдіруге не көмектесетінін білдім?



