

Ақмола облысы
Зеренді ауданы
«Алексеевка кентінің жалпы білім беретін №1 мектебі» КММ


«Дұрыс тамақтану»

2 А сынып

Сынып жетекшісі: Аскербаева Р.К


2024-2025 оқу жылы


Сынып жетекшінің аты-жөні		Аскербаева Р.К
Күні:		20.09
Сынып	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны:
Әңгіменің тақырыбы		«Дұрыс тамақтану»
Біртұтас тәрбие бағдарламасы құндылықтары		1.Жасампаздық және жаңашылдық
Бағалау критерийлері:		


Барысы	Тәрбие сағатындағы орындалуы тиіс іс-әрекеттер	Ресурстар
<p><i>Кіріспе</i></p>	<p>I Ұйымдастыру</p> <p>«Сикырлы қорапша»</p> <p>Оқушылар шеңбер болып тұрады.</p> <p>-Сикырлы қорапшадан көкөніс, ұн өнімдері, жемістердің суреттерін таңдап алады.</p> <p>-Балалар біздің қолымызда қандай тағамдардың суреттері бар?</p> <p>-Олар адам денсаулығына пайдалы тағамдар ма?</p> <p>-Қандай пайдалары бар?</p> <p>- Енді балалар адам денсаулығына барлық тағамдар пайдалы ма?</p> <p>-Адам денсаулығына зиянды қандай тағамдар бар?</p> <p>-Олай болса балалар біз бүгін сендермен «Дұрыс тамақтана біл» атты тақырыбымызбен танысамыз.</p> <p>- Енді балалар адам денсаулығына барлық тағамдар пайдалы ма?</p> <p>-Адам денсаулығына зиянды қандай тағамдар бар?</p> <p>-Олай болса балалар біз бүгін сендермен «Дұрыс тамақтана біл» атты тақырыбымызбен танысамыз.</p>	<p><i>Сурет қималары</i></p> 
<p><i>Негізгі бөлім</i></p>	<p>II. Жаңа сабақ Ұжымдық жұмыс</p> <p>Видеоролик көрсетіледі. Денсаулық. Дұрыс тамақтану.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Балалар бейнероликтен не көріп тұрсындар? • Денсаулығымыз жақсы болу үшін не қажет? • Біз не үшін тамақтанамыз? 	<p>Бейнеролик</p> <p>http://imekterp.kz.</p> <p>www//yootu.be/5ugKBKa mvs</p>


- Қандай тағам түрлері дәруменге бай?
- Қандай тағамдар ағзаға зиянды?
- Сау болып өсу үшін қандай тағамдарды тұтыну керек?

Семіз-жидек пен көгеніс дәруменге өте бай. Сонан бұл өнімдердің біздің ағзамызға пайдасы көп. Үреттерге қарап әңгімеле. Сенің ағзаға қажетті өнімдердің құрамында қандай дәрумендер бар?

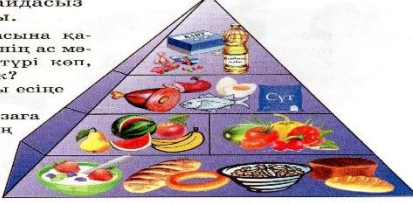
үмені көздің көруің арттады. → 

үмені ағзаны нығайтқыш-қуат береді. → 

үмені сүйектерді тады. → 

үмені иммунитеттің, ауруға қарсы. → 

егенмен ағзаға пайдасыз ағамдар да болады. амақтану пирамидасына қазерттеп көрейік. Сенің ас мәңде тағамның қай түрі көп, түрі аз болуы керек? Пайдасыз тағамдарды есіңге ріп, ата. ы тұратын жерде ағзаға далы қандай өнімнің іні өсіреді?



Адамның өсуі үшін тамақтанудың пайдасы туралы әңгімеле.

Сәйкестендіру кестесі

Пайдалы тағамдар	Зиянды тағамдар
	
	
	

Қорытынды

1. Тағамдарды қандай екі топқа бөлеміз?
2. Пайдалы тағамдарды ата?
3. Зиянды тағамдарды ата?
4. Қандай тағамдар дәруменге бай?
5. Адамдар денсаулығы жақсы болу үшін не істеу керек?