

*ПУШ УЙАХЁН ПЁРРЕМЁШЁ.
КЛАСРИ ЁЅ.*



ЅУРКУННЕ



ПАЯНХИ ҶАНТАЛАЌ



- 1.-Паян урамра мёнле ҷанталёк?
- 2.-Тўпе мён тёслё?
- 3.- Хёвел пёхатъ-и?
- 4.-Урамра мёнле ҷил вёрет?
- 5.- Паян урамра юр ҷаватъ-и?
- 6.-Ҷёр ҷинче мён вьртатъ?
- 7.-Кала-ха, тархасиён, йывёҶсем мёнле?
- 8.-Сана паянхи ҷанталёк килёшет-и?
- 9.-Мёншён?

t



ТУПСĂМНЕ ТУПĂР



КАШНИ СĂМАХĂН 1-МЁШ САС ПАЛЛИНЕ ИЛМЕЛЛЕ

СЫВЛĂХЛĂ ПУЛАС ТЕСЕН...

Төрөс калар!

**Ё-хё-хёвел,
çутă хёвел.**

**Ç-çă-уçă,
сывлăш уçă.**

**Ă-рă-тăрă,
шыв тăрă.**

**Хёвел, сывлăш тата шыв –
Пирён шанчăклă туссем.**

- **Мёншён çакан пек калаççё-
ши?**



СЛОВАРЬ ЁЅЁ

- *Шывра ишни - плавание*
- *Хёвел пайёркисем - лучи солнца*
- *Ѕителёксёр - недостаточно*
- *Чирлес мар тесен - чтобы не заболеть*
- *Пуриншён те – для всех*
- *Виҫеллё - в меру*



Сывләхлә пулас тесен мён тумалла?

*Спортпа туслә пулмалла. Спорт пуриншён те усәллә. Анчах ку кәна җителәксёр. Сывләхшән уҗа сывләш пите аван. Пирён пурин те уҗа сывләшра ытларах пулма тәрәшмалла.

*Шывпа туслә пулмалла. Шывра ишни сывләхшән пите усәллә.

*Ирхине тата җывәрас умён яланах җавәнмалла, таса җүремелле.

*Урамран кёрсен, апат җиес умён алә җума манмалла мар.

*Чирлес мар тесен хёвел җинче виҗеллә пулмалла. Хёвел пайәркисем сывләша сиенлә микробсенчен тасатаҗҗё, җынна вай параҗҗё.

*Кун йёркине пәхәнмалла.

*Апата вәхәтра тата виҗеллә җиес пулать.

*Эрех-сәра ёҗмелле мар, сигарет туртмалла мар.



Сывләхлә пулас тесен мён тумалла?

*Спортпа туслә пулмалла. Спорт пуриншён те усәллә. Анчах ку кәна сителёксёр. Сывләхшән усә сывләш питё аван. Пирён пурин те усә сывләшра ытларах пулма тәрәшмалла.

*Шывпа туслә пулмалла. Шывра ишни сывләхшән питё усәллә.

*Ирхине тата сывәрас умён яланах сәвәнмалла, таса сүремелле.

*Урамран кёрсен, апат сиес умён алә сума манмалла мар.

*Чирлес мар тесен хёвел синче виселлэ пулмалла. Хёвел пайәркисем сывләша сиенлэ микробсенчен тасатассё, сынна вай парассё.

*Кун йёркине пәхәнмалла.

*Апата вәхәтра тата виселлэ сиес пулать.

*Эрех-сәра ёсмелле мар, сигарет туртмалла мар.

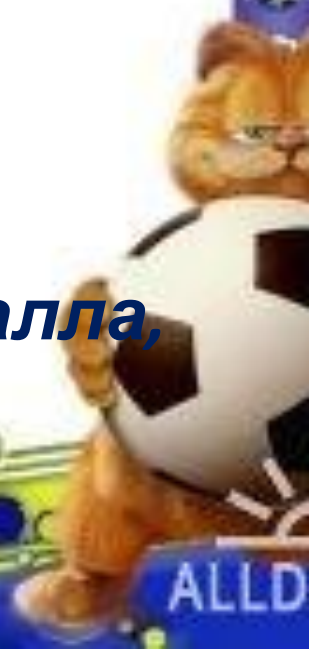
**Хёвел, сывләш тата шыв –
Пирён шанчәклә туссем.**

Мёншён шанчәклә туссем?

**Хёвел пайәркисем сывләша сиенлә
микробсенчен тасатаҫсё, ҫынна вай
параҫсё.**

**Уҫа сывләшра ытларах ҫўремелле, уҫа
сывләшпа сывлани усәллә.**

**Шывра ишни усәллә, кашни кун ҫәвәнмалла,
таса пулмалла.**



Физкультминутка

Кану саманчѣ



Сывлӑхлӑ пулас тесен мӑн тумалла?



Сывлӑхлӑ ҫын мӑнле пулать?

Килӑшетӑр пулсан-симӑс карточкӑна,
килӑшмесен-хӑрлине кӑтартӑр.

яштака

патвар

шуранка

салху

хавшак

вӑйлӑ

тӑрекӑ

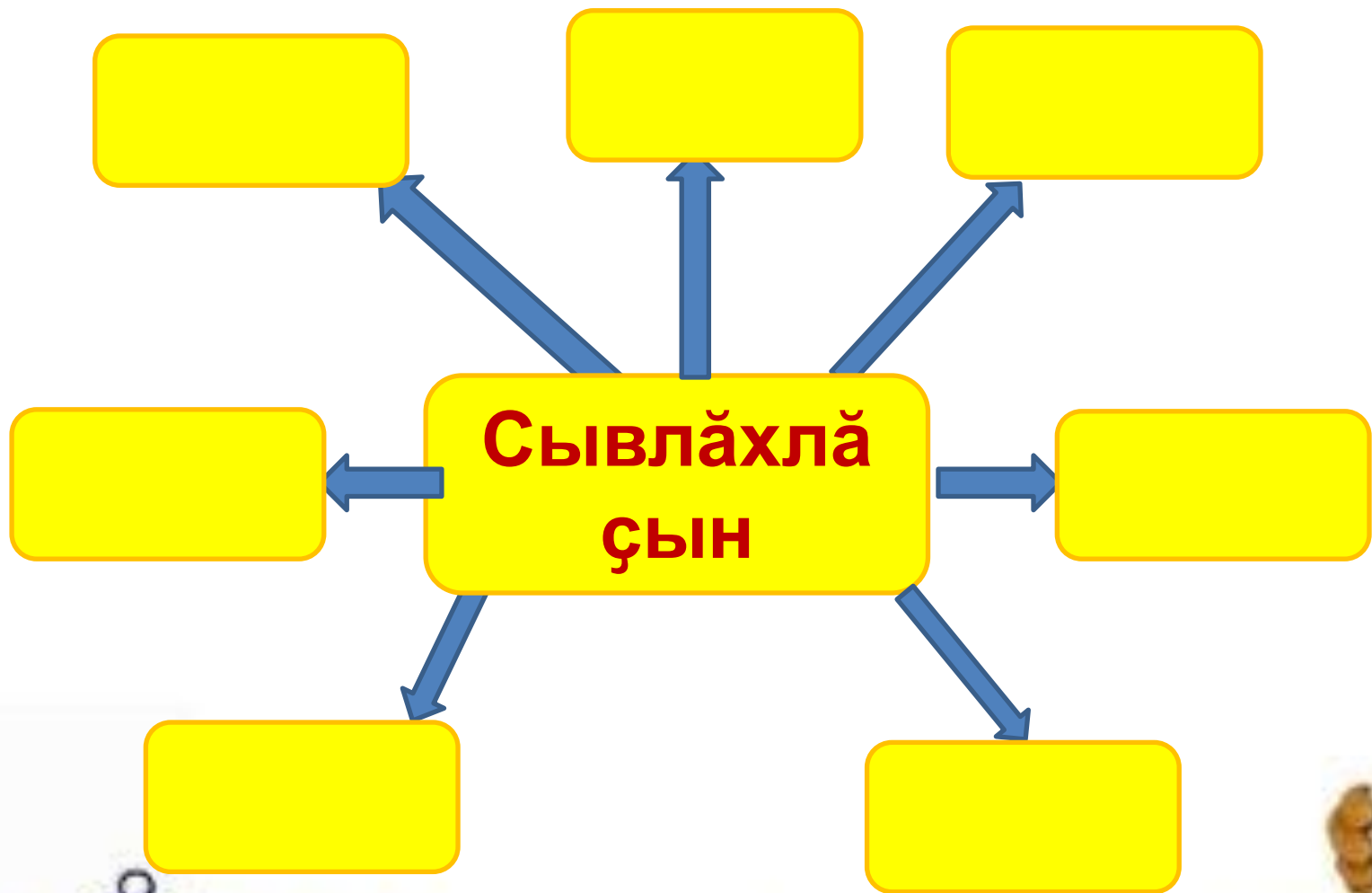
чӑтӑмлӑ

савӑнӑҫлӑ

активлӑ

хӑюллӑ

вӑйсӑр





Ушкӑнсенчи ӗҫсем

1-мӗш ӗҫ: Ваттисен сӑмахӗсене тӗрӗс
ҫыхӑнтарӑр:

Чирпе ан мухтан

Сывлӑхран хакли

Сывлӑха

Сывлӑх пулсан

ним те ҫук.

укҫалла илеймӗн

пурте пулать.

сывлӑхпа мухтан.



Ушкәнсенчи ёсsem

2-мёш ёс: Усәллә тесе шутлатәр пулсан
хушас паллә «+» лартәр. Сиенлә пулсан «-».

шыва кёни

ирсерен çавәнманни

сигарет туртни

çуран утни

канма пёлни

çуллә апат çини

шәл тасатни

телефонпа нумай вәхәт выляни



Эсё паян урокра мёнле ёслерён

Как ты оцениваешь свою работу на уроке?

ТЁССЕМ		МАНЃН ХУРАВ
симёс		активлă, хастар
кăвак		япăхрах, сахалрах хуравларăм (работал не совсем активно, отвечал мало)

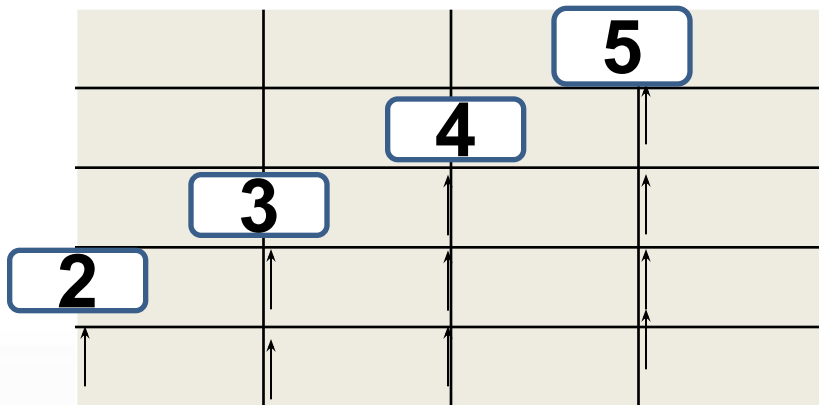
Киле ёҫ

- 1). «Сывләхлә пулас тесен мён тумалла?» каласа пама хатёрленмелле.
- 2). «Сывләхлә пулас тесен мён тумалла?» пёчёк калав ҫырмалла.
- 3). «Сывләхшән мёнле витаминсем усәллә?» интернетран информации вырәсла тупса килмелле.



Урокра ёҗленёшён хәвна мёнле паллә лартатән?

Суйпа



- Учитель лартнә паллә: _____

Эпё сывлӑхлӑ пуласшӑн!

Эпё сывлӑхлӑ пулаятӑп!

Эпё сывлӑхлӑ пулатӑпах!



anapa-today.ru /photo/1233



Сывлӑхлӑ пулас тесен эпӗ мӗн тӑвӑп?

Кун йӑркине пӑхӑнӑп.

Физзарядка тӑвӑп.

Суран нумай утӑп.

Хӗлле конькипе , сунашкапа е йӑлтӑрпе ярӑнӑп.

Апата вӑхӑтра тата виҫеллӗ ҫийӑп.

Ытлаши ҫуллӑ тата тӑварлӑ апат ҫимӑп.

Уҫӑ сывлӑшра ытларах пулма тӑрӑшӑп.

Витаминлӑ апат ҫийӑп.

Спортпа туслӑ пулӑп.

Бассейна ҫӑрӑп.

Вӑхӑтра ҫывӑрма выртӑп.

Сигарет туртмӑп.

Компьютерпа телевизор умӗнче нумай лармӑп.

Телефонпа сахалрах вильӑп.