

# *Сабақтың барысы:*

## *Ұйымдастыру.*

- 1. Балалармен амандасу*
- 2. Түгелдеу*
- 3. Психологиялық дайындық.*

*Біз балдырған баламыз,  
Құстай қанат қағамыз.  
Дүниені аралап  
Оқып, білім аламыз.*

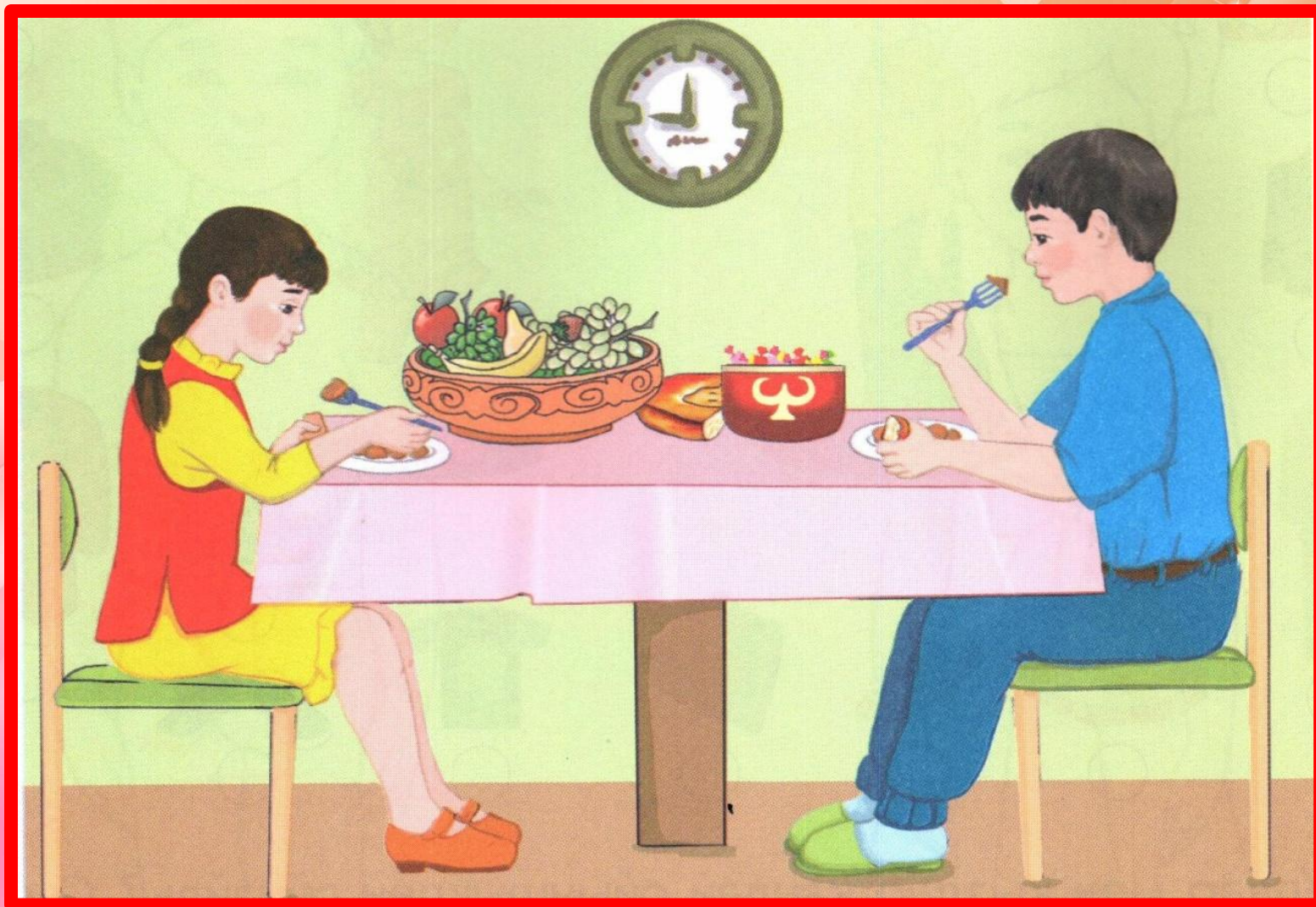
*I.*

# *II. Үй тапсырмасын сұрау*

## *Ұлдар мен қыздар.*

- Балалар біздің сыныпта неше ұл бала бар?
- Ал қыз балалар қанша?
- Ендеше біздің сыныпта ұл бала көп пе, қыз бала көп пе?
- Мен ұлмын сондықтан - өжет, күшті, төзімді, еңбекқор, көңілді.
- Мен қызбын сондықтан - нәзік, көңілді, еңбекқор, әділ, әдемі.
- Ендеше балалар қыздарда күш көп бола ма?
- Ұл балаларда күш көп бола ма?
- Күшіміз көп болу үшін не істеуіміз керек?
- Күш көп болу үшін сен не істер едің?
- Ендеше балалар күшіміз көп болу үшін біздер жақсы тамақтануымыз керек?

# *III. Сабақтың тақырыбы: “Тамақтану мәдениеті”*



• **Сабақтың мақсаты:**

• Балаларға дұрыс тамақтану үшін, тамақтанудың гигиеналық ережелерін сақтау жолдарын түсіндіру.  
• Оқушыларды тамақ түрлерінің құндылығымен таныстыру.

• Олардың адам ағзасына пайдасы мен зиянын белгілеу.

• **Білімділік:**

• Оқушылардың білім білік дағды жүйесін қаруландыру.

• **Дамытушылығы :**

• Балалардың өз бетінше ойлау қабілетін, сөздік қорын, тіл байлығын , белсенділігін, пәнге қызығушылығын дамыту.

• **Тәрбиелілік:**

• Балаларды еңбекті сүйеге, табиғатты қорғауға, инабаттылыққа, мәдениеттілікке, бейімділікке тәрбиелеу.

• **Көрнекілігі:**

• Оқулық, жемістер, презентация.

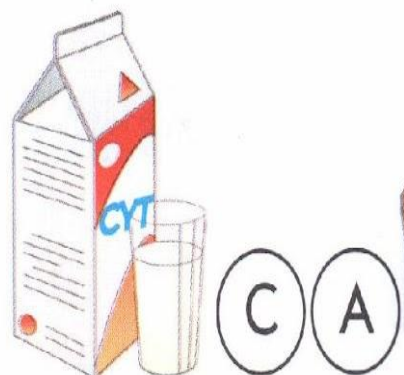
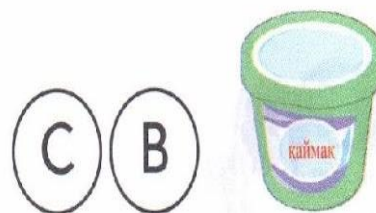
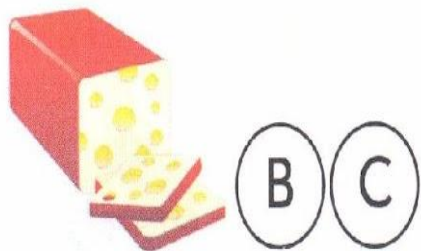
• **Сабақтың түрі:**

• Аралас сабақ

• **Әдіс-тәсілі:**

• Сұрақ – жауап, бағалау, мадақтау, ойын ойнату.

# Сүт тағамдарынның пайдасы







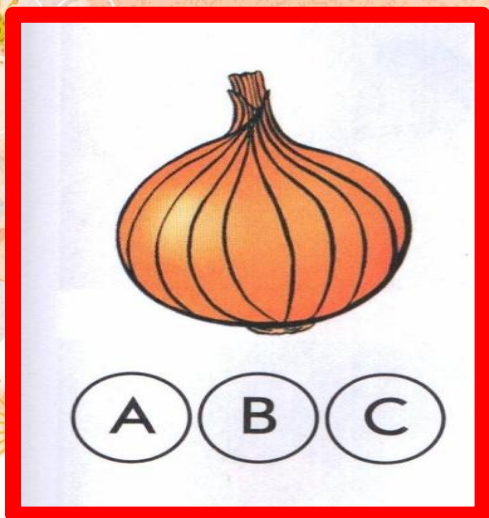
*Сергію сәті:*



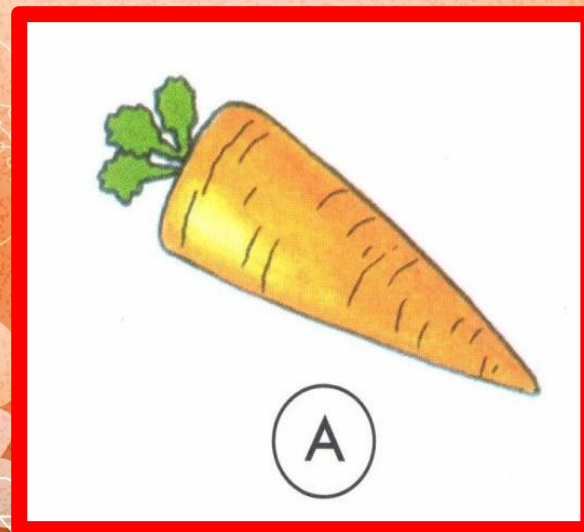


# Жұмбақ

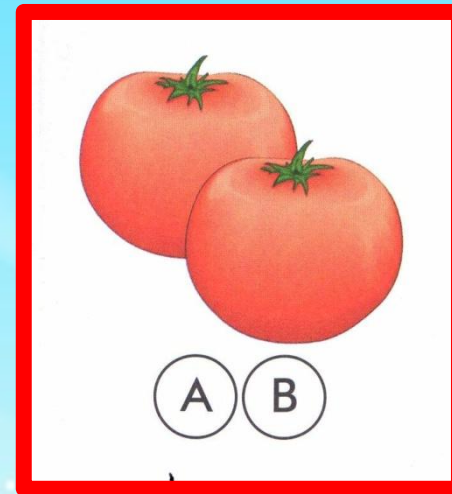
1. Қалың киім ұнатады  
Шешіндірсең жылатады



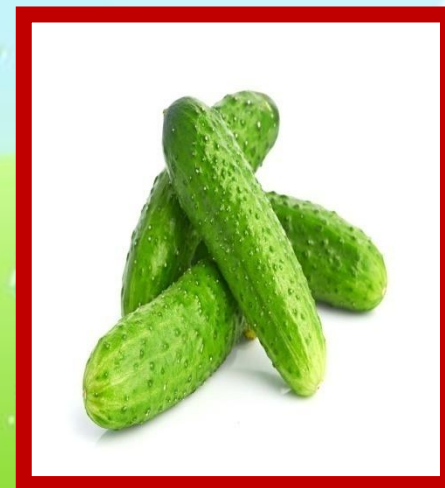
2. Жаздай інге тығылып,  
Жатқан қызыл түлкіні  
Құйрығынан суырып,  
Әкелді әжем бір күні



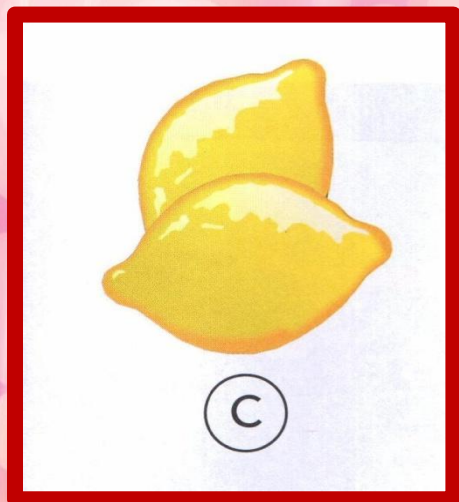
- 3. Аласа талда алуан алма
- Алқызыл болмай аузыңа салма



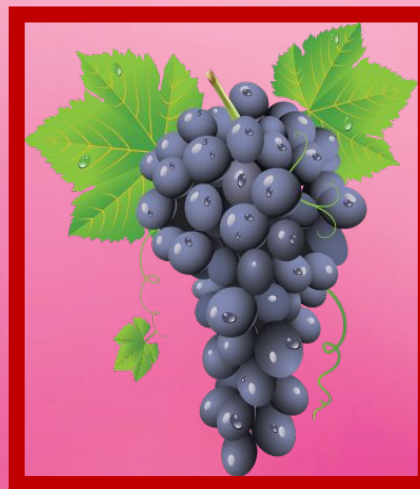
- 4. Сопақша көк өңі бар,
- Пайдалы мөлдір сөлі бар.
- Піскен кезде жияр,
- Оны аты ...



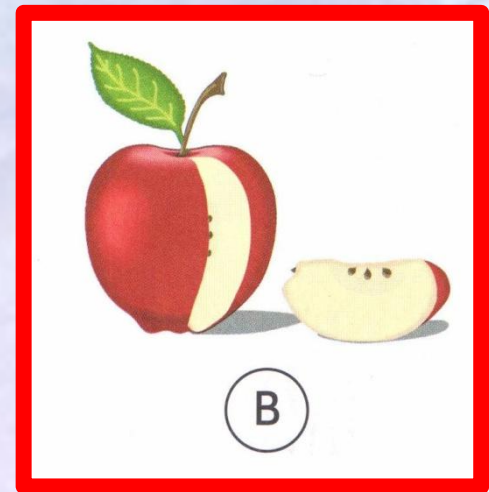
- 4. Сырты сары
- Іші дәрі



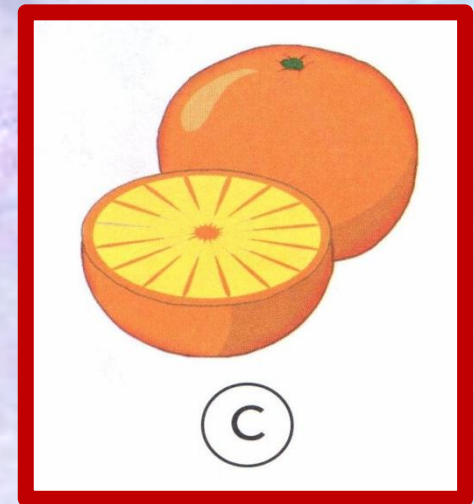
- 5. Атасы қисық ағаш
- Анасы жайма шелпек,
- Бір сабақта құж құж  
тентек.



- 5. Әрі қызыл, әрі тәтті,
- Татқан жанды таңырқатты.



- 6. Сырты қызылсары домалақ,
- Көрген жан қызығады,
- Іші ай сияқты дөңгелек,
- Бұны кім табады?



# *IV. Қорытындылау:*

## *Ойын «Дәміне қарай таны»*

*Балалардың көзін байлап көкөніс пен жемісті жегізіп оның дәмін ажыратады. Жеген жемісі мен көкөнісіне қысқаша мағлұмат береді.*

- Балалар біздер бүгінгі сабақта не өттік?*
- Дұрыс тамақтану және ағзамызға пайдалы дәрумендерді білдік.*
- Тамақтанып отырғанда сөйлемейміз керек екенін түсіндік.*
- Ендеше адамдар қандай тамақтарды көп жеу керек?*
- Мысалы: алма, алмұрт, апельсин, лимон, пияз, сәбіз т.б. жемістер мен көкөністерді жеуіміз керек.*
- Тағы қандай тамақтар адамға пайдалы?*
- Сүт, ет, жеміс, көкөністерді көп жеуіміз керек, олар адам ағзасына өте пайдалы.*
- Оның құрамында қандай дәрумендер бар?*
- Көкөністер мен жемістерде А, В, С, дәрумендері бар.*
- Сүт тағамдарында ВС, СА, СВ, ВА дәрумендері бар.*



*V.Бағалау. Мадақтау.*



depositphotos

depositphotos

depositphotos

depositphotos

depositphotos

depositphotos

depositphotos

depositphotos

depositphotos

depositphotos

depositphotos

depositphotos

depositphotos

depositphotos

depositphotos

***Сау болыңыздар!!!***



- Маңғыстау облысы Жаңаөзен қаласы
- №18орта мектеп мемлекеттік мекемесі.
- Бастауыш сынып мұғалімі Экимбаева  
Света Экимбаевна.