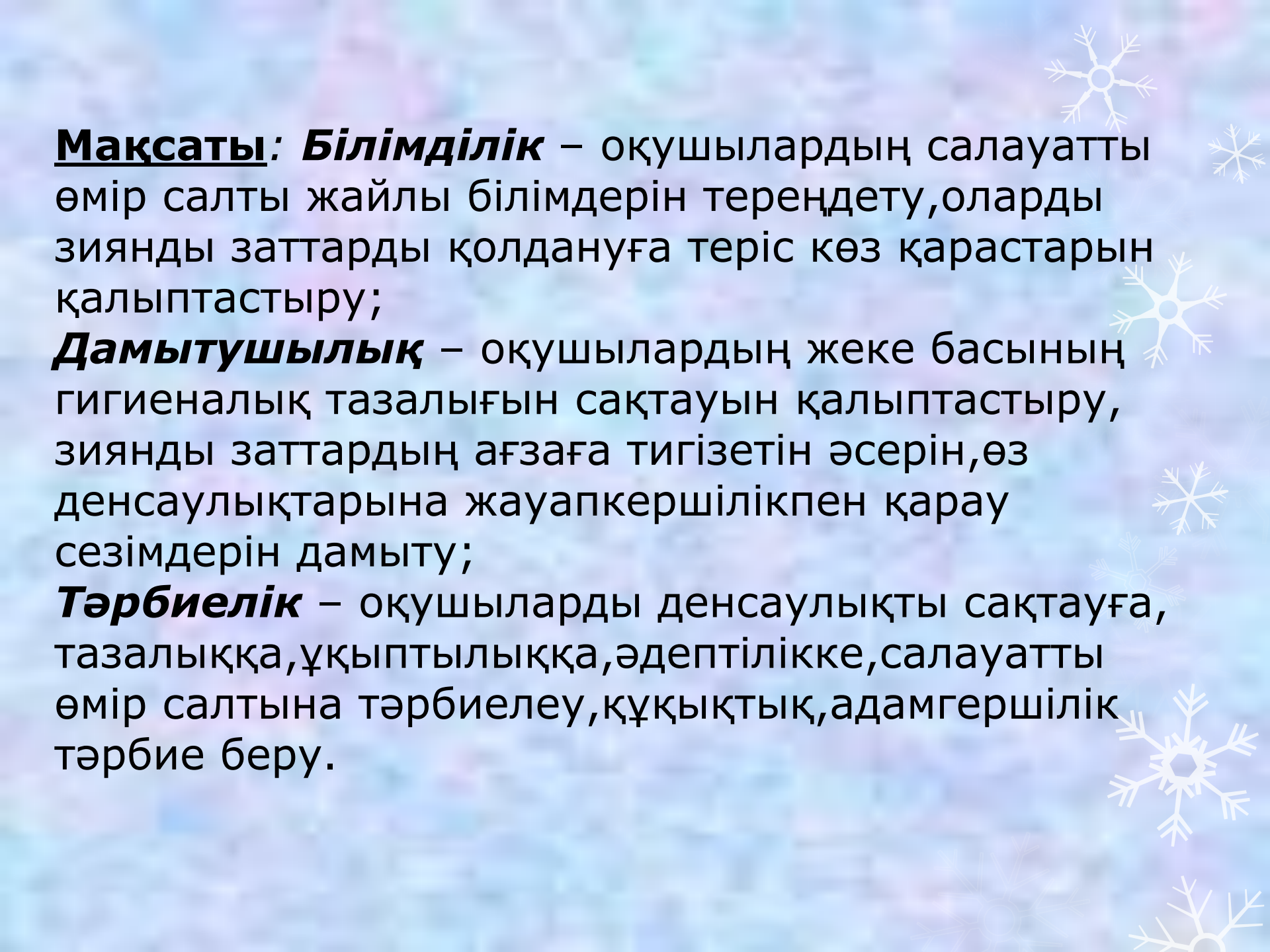


**«Денсаулық -  
тың достары  
мен қастары»**





**Мақсаты: Білімділік** – оқушылардың салауатты өмір салты жайлы білімдерін тереңдету, оларды зиянды заттарды қолдануға теріс көз қарастарын қалыптастыру;

**Дамытушылық** – оқушылардың жеке басының гигиеналық тазалығын сақтауын қалыптастыру, зиянды заттардың ағзаға тигізетін әсерін, өз денсаулықтарына жауапкершілікпен қарау сезімдерін дамыту;

**Тәрбиелік** – оқушыларды денсаулықты сақтауға, тазалыққа, ұқыптылыққа, әдептілікке, салауатты өмір салтына тәрбиелеу, құқықтық, адамгершілік тәрбие беру.

# Денсаулық

- дұрыс дем алу
- ерінбеу
- ниеттену
- спортпен шұғылдану
- ағзаны шынықтыру
- уақытында ұйықтау
- лас жүрмеу
- ынта ықылас
- қозғалыста болу



# ***Сайыстың шарттары:***

1. “Жоғалған әріптер”  
(әріптерді табу)
2. “Кім тапқыр?”  
(жұмбақ шешу)
3. «Кім көп біледі»  
(мақалдың сөзін табу)
4. Денсаулық деген не?  
(Өз пікірлерін ортаға салады)

***I бөлім***

***"Жоғалған әріптер"***

***(әріптерді орнына қою)***



(денсаулықты нығайту жолдары)

**1. С..О..Т**

**2. Т..М..Қ**

**3. Ш..Н...ҒУ**

**4. же...с...ер**

(денсаулыққа зиянды әдеттер)

**1. Т..М..і**

**2. а.....қ**

**3. жа...ау..ық**

**4. ком..юь..ер**

# II бөлім

**“Кім тапқыр?”**

**(жұмбақ шешу)**





1.Қатар қатар тас қойдым,  
Жирен атты бос қойдым.

2.Оң жағымда бес сарбаз  
Сол жағымда бес сарбаз

3.Оны күткен адамдар ,  
ұзақ өмір сүреді,  
қадірін білген жандар,  
бақыт осы деседі.



# III бөлім

## «Кім көп біледі?»

(мақалды дұрыс оқу)



**1. Біреуге өлім тілегенше,  
өзіңе ..... тіле.**

**2. Ішің ауырса, аузыңды тый,  
Көзің ауырса .....**

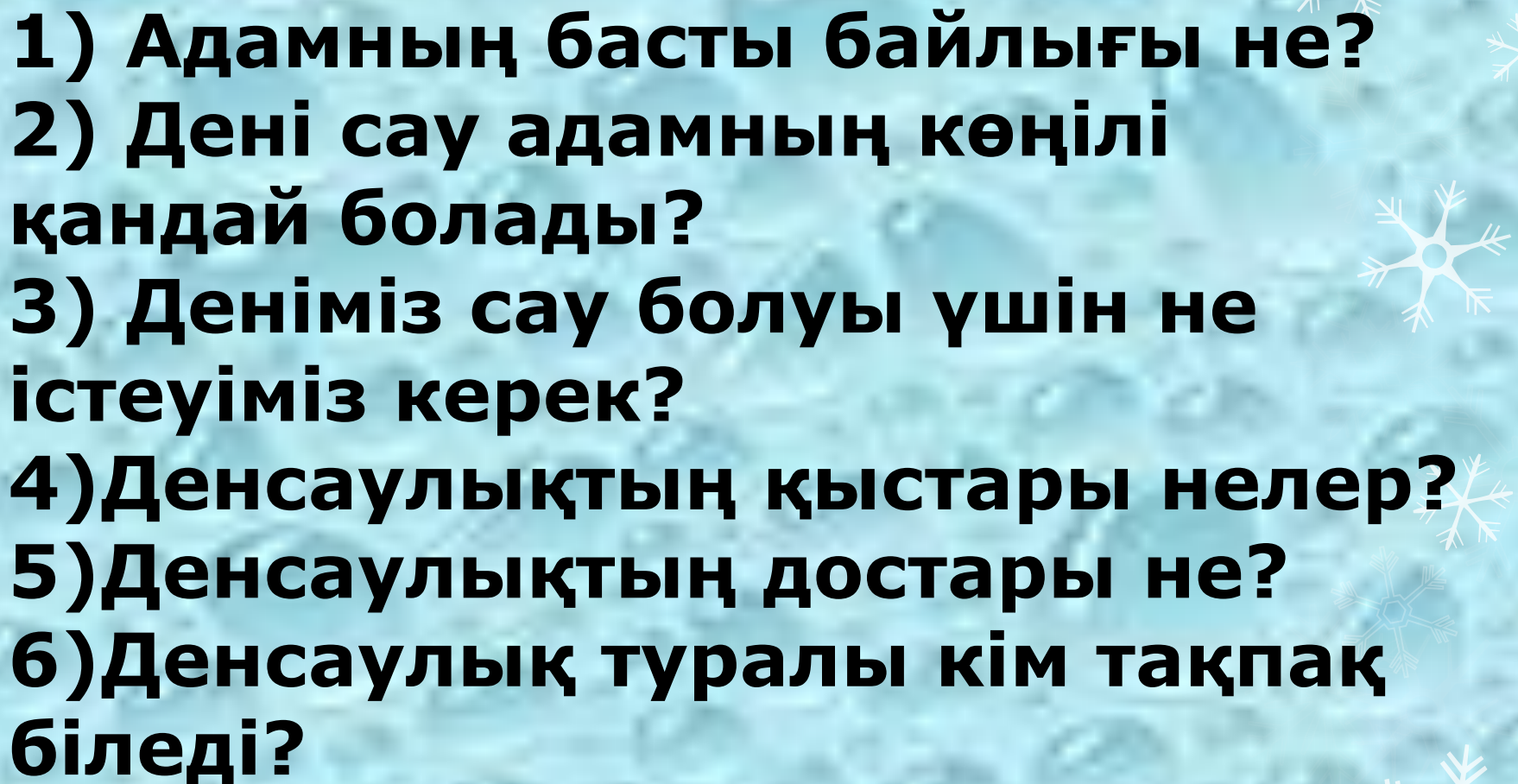
**3. Шынықсаң ..... боласың.**

**4. Денсаулық ..... байлық.**

**5. .... адамның арқауы.**

**6. Ауырып ем іздегенше,  
..... жол ізде.**



- 
- 1) Адамның басты байлығы не?**
  - 2) Дені сау адамның көңілі қандай болады?**
  - 3) Деніміз сау болуы үшін не істеуіміз керек?**
  - 4) Денсаулықтың қыстары нелер?**
  - 5) Денсаулықтың достары не?**
  - 6) Денсаулық туралы кім тақпақ біледі?**

# IV бөлім

Денсаулық деген не?

(өз пікірін ортаға салу)

