

Тақырыбы:

Салауатты өмір-салтын ұстанайық!

- **Мақсаты:**
- 1) Оқушыларды салауатты өмір сүруге, оның денсаулығының мықты болуы бағалы байлық екенін түсіндіру.
- 2) Шығармашылық қабілетін дамыту, сөйлеу шеберлігін жетілдіру.
- 3) Шымыр да шапшаң, ұқыпты да жинақы, әдемі болуға тәрбиелеу.

Шаттық шеңбері




Ой ашар сұрақтары:

- *1. Ол судан қорқады, одан кір қорқады.*

Сабын






○ Тіс тазартатын құралдар?

Тіс пастасы мен щёткасы



- 
- 3) Денені шынықтыратын, денсаулыққа әсері мол сабақ?

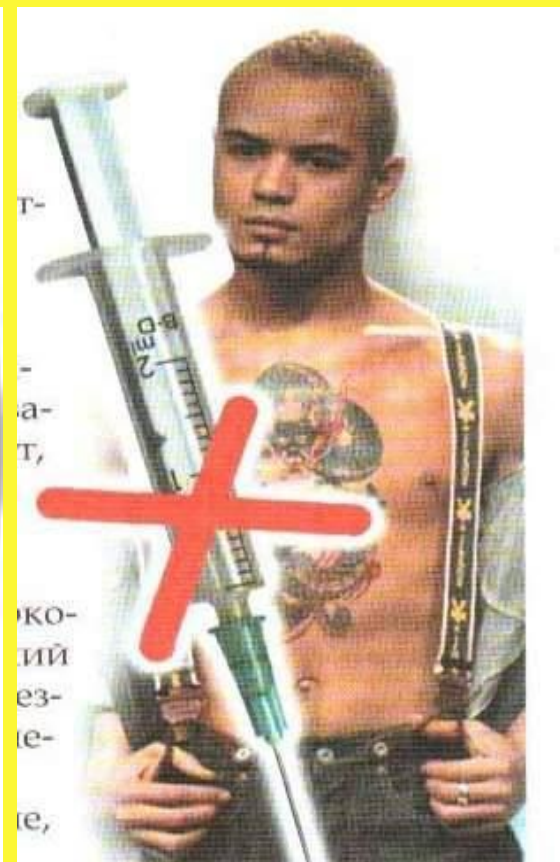
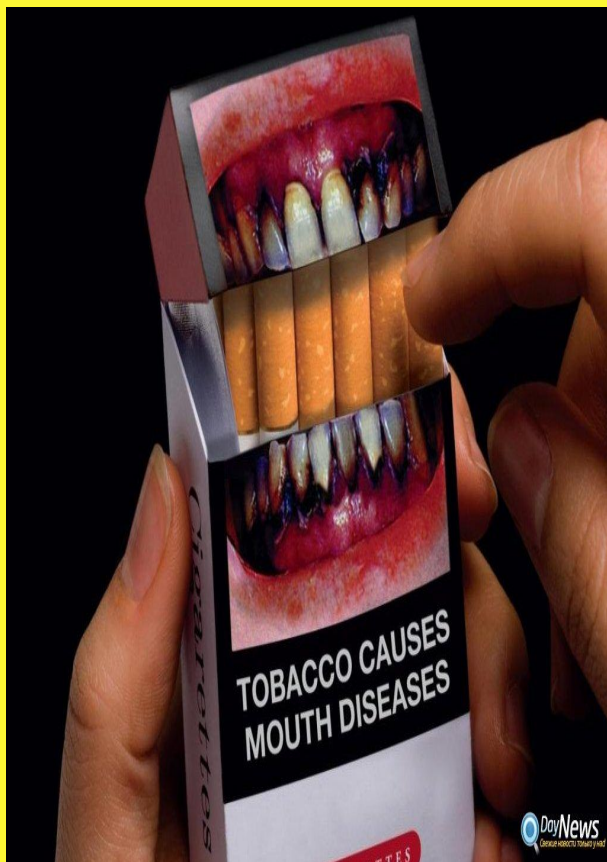
Дене шынықтыру сабағы



Денсаулықтың достары:



Денсаулықтың қастары:





Дені сау адам-табиғаттың ең қымбат жемісі

Т. Карлейль

Салауаттану дегеніміз не?

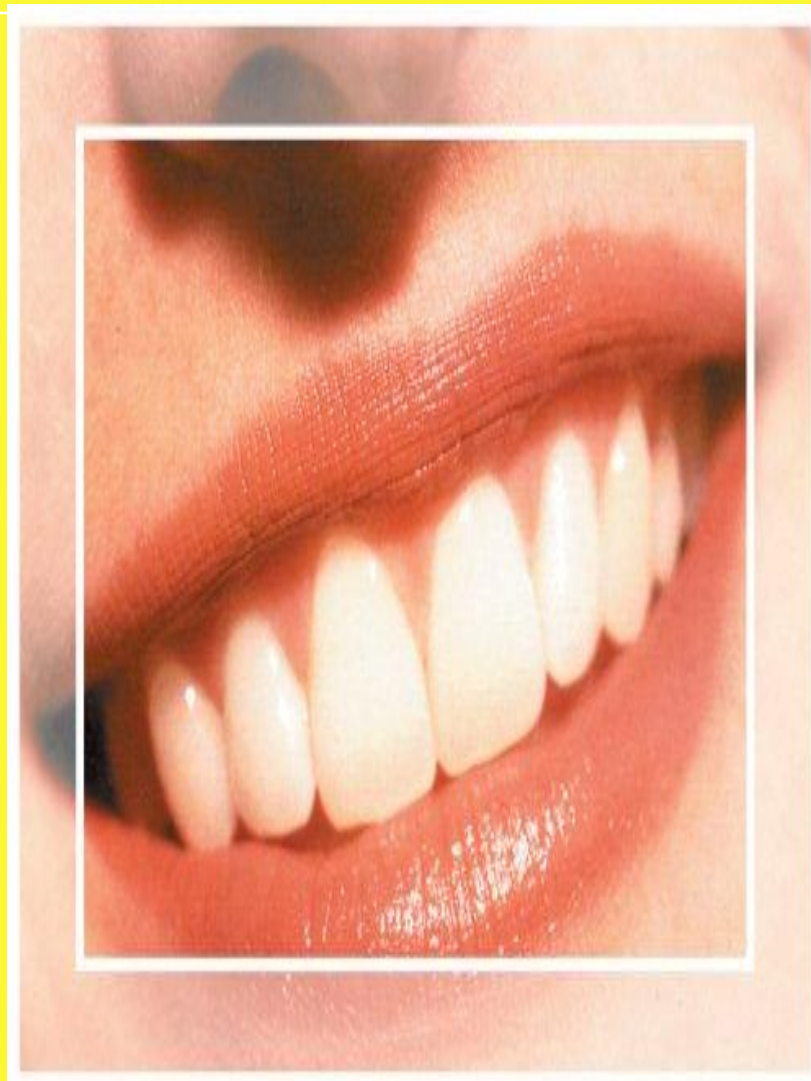


«Салауаттану» орыстың «валеология» сөзінен шыққан. Ол денсаулық ғылымы деген мағынана білдіреді. Бұл ғылым қалай салауатты болудың, денсаулықты сақтаудың жолдарын үйретеді. Ол қоршаған ортаның зиянды әсерінен, түрлі аурулардан сақтануға көмектеседі. Денсаулықты сақтау үшін мыналарды орындауың қажет:

- жеке бас гигиенасын сақта;
- күн тәртібін орында;
- денешынықтырумен айналыс;
- дұрыс тамақтан
- ағзаңды шыңда
- белсенді және көңілді бол.

Сонда ғана денсаулықты сақтауға және өмірде көп жақсылыққа жетуге болады.

Тістің күтімі:



Шығармашылық жұмыс

- Денсаулыққа байланысты қандай мақал-мәтелдер білесіңдер?

«Дәрігер мен бала» атты көрініс



Ақ тілек-асыл жүректен!

Ақ арманның қанатын қаққанында,
Сәттілік нұрын шашсын бақтарыңа
Жан-жағыңа әрдайым бақыт тұнып,
Бастарыңа қонсыншы бақыт күліп.
Үлкен арман қай кезде де жол табар,
Кезің келді намыс жүзгін арқалар.
Қадамдарың сәтті болсын әрдайым,
Әрқайсысың ойдағыдай балл алып,
Тек жеңіспен жарқырасын маңдайың!

