



# Психологиялық дайындық



ДБ  
Гі К



Топқа бөлу



## Білу

- Табиғаттағы тірі ағзалар өмір сүру үшін **су** қажет екен солай ма?

- Ал қазақта мынадай ертегі бар: «**Жаңа сабақ** қауадай қажет» деген бұны қалай түсінесіңдер?

- Тірі ағзалардың өмір сүруі үшін **су** қажет деп ойлайсың.

Су



# Түсіну-Қолдану

Мағынаны тану

Оқулықпен жұмыс

Су

Сен не білесің және не істей аласың?

Сыныптастарыңмен бірге талқыла:

1. Су туралы не білесің?

2. Судың адам өмірі мен табиғаттағы маңызы қандай?

Есіңе түсіріп талқыла

- **Тәжірибе – заттар мен табиғат құбылыстарын танып білу мен зерттеу әдісі.**

Тәжірибе жасау кезеңдері ті құралдар болу керек. Тәжірибе жасаудың

алғашқы барлық қадамдарының жоспару керек. Тәжірибе не үшін жасалады?

Қандай ережелерді жасау ережесі? Осы жағдайларды сақтағанда ғана табиғат денелері мен құбылыстары жайында деректер алуға болады.

Тақырыптық сөздік

- Сұйық күйі
- Газ күйі
- қатты күйі
- су буы

- \* еріткіш
- \* еритін
- \* ерімейтін

- \* тұзды су
- \* булану
- \* тұщы су

- Балалар мектепке келе элек, бул жерде булчуңду жана булчуңду жинап алды. Булчуңду жинап алды, булчуңду жинап алды.

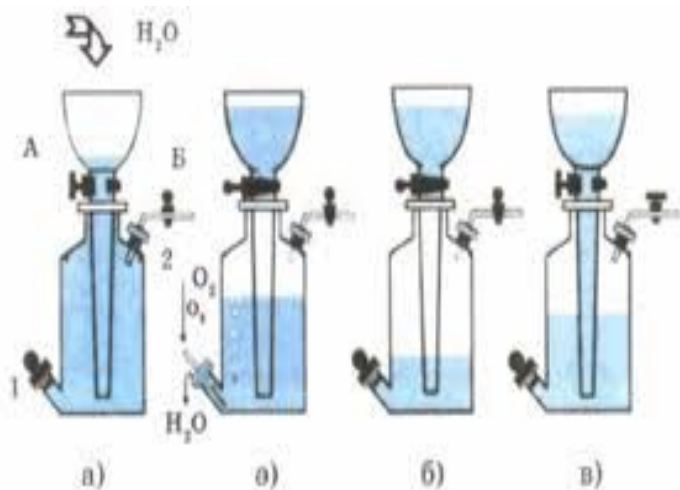
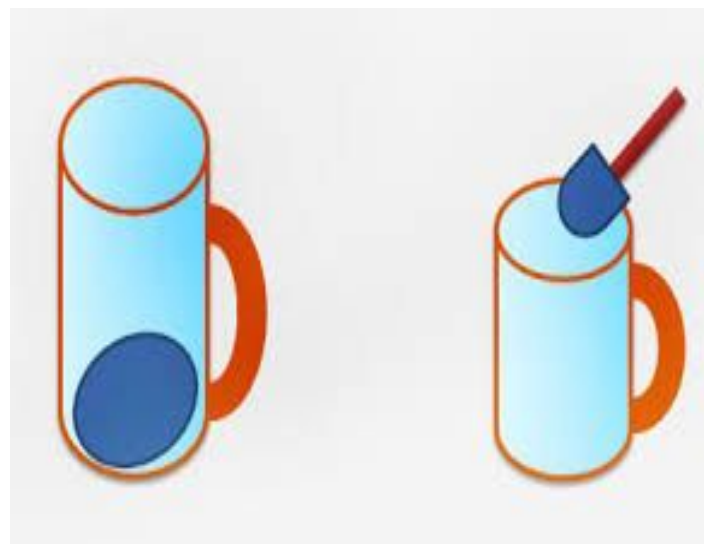
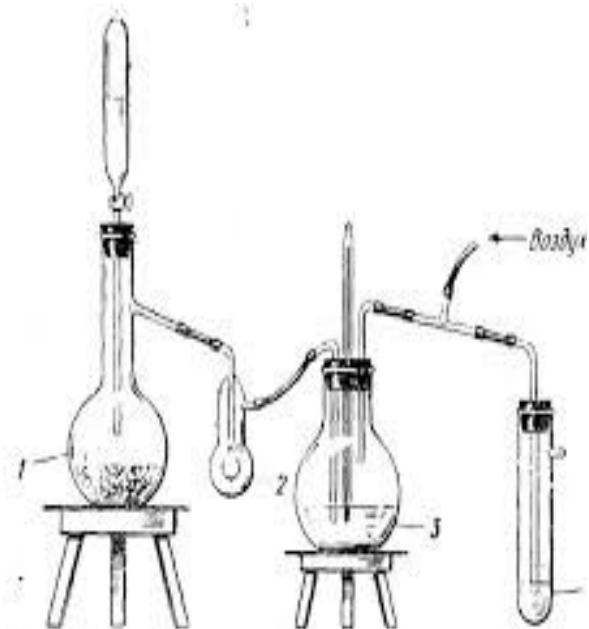
**Доп сынды**  
**Онда бар тіл түгелі**  
**Әлемнің әлпеті**



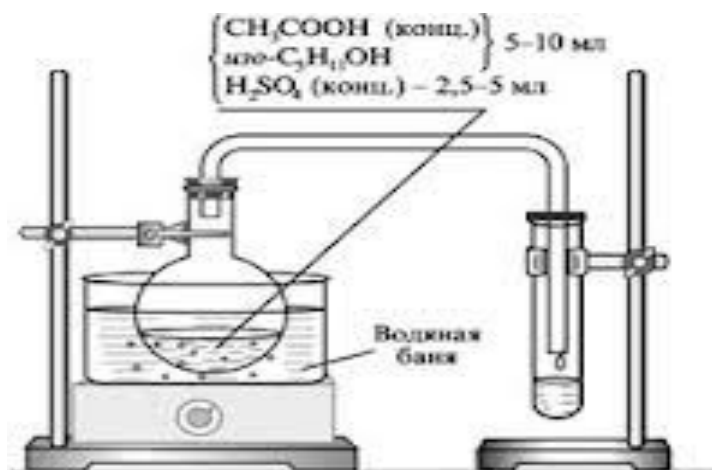
- Неліктен глобуста көгілдір түс көп. Олар нені білдіреді?

- Иә, ол су: мұхиттар, теңіздер, өзендер, көлдер. Су жер бетінің төрттен үшбөлігін алып жатады. Ол су қоймаларында сұйық күйінде болады.





9-сурет. Газометр



# Топ ережесі

1. Ұйымшыл болу
2. Сыйластық, ынтымақтастық
3. Топ мүшелерімен пікірлесу
4. Өзгенің пікірін тыңдау
5. Өзара сын



## **Жаңа ақпарат**

**Су. Екі ғана әріптен құралған осынау мөлдір сұйықтықта тіршіліктің көзі жатыр. Бірақ күнделікті тұрмыстың ажырамас бөлігіне айналған су туралы біріміз білсек, біріміз біле бермейміз. Жапондық психолог-ғалым Масару Эмото: «Судың бойына жинақталған таза энергия небір ауруларға ем болады», — деп жазады.**

**Ғалымдардың айтуынша, расында да судың қасиеті өте мол. Су дене температурасын тұрақтандырады, азық, қалдық, оттегіні тасымалдайды, адам зейінін ашады, стресс пен депрессияны басады, ұйқыны жөнге келтіреді, көзге жанар береді, ағзада қан жасалуын реттейді, иммунитетті күшейтеді.**

**Жалпы, ересек адамның денесінде 40-50 литр су болады. Қанның 83 пайызы, бұлшық еттердің 75 пайызы, мидың 74 пайызы, сүйектердің 22 пайызы судан тұрады.**

**Денеде 20 пайыз су жетіспеушілігінің болуы өте қауіпті және ол өлімге дейін жетелейді.**

**Енді өзіміз тұтынып жүрген түрлі тағамдар құрамында кездесетін суға тоқталайын.**

**Асқан еттің құрамында 40 %, қуырған жұмыртқада 70 % жуық, көкөніс салатында 80 % су бар. Қою тамақпен және нанмен бірге адам ағзасына 0,7-1,0 литр су барады.**

**Демек, күніне 4-5 стақан ғана «еркін» су ішсе, адам ағзасына жетіп жатыр. Бірақ ішкенде де кез келген суды іше бермей, тазалығына, құрамына мән беру қажет. Себебі табиғи, таза су ғана адамға ем болады, қуат береді.**

**Егер адам қажетті мөлшерде су ішпесе, мидың жұмыс істеуі баяулайды, тәбетсіздік, әлсіз туады, іш қатады, қан қоюланып, жүрек көп жұмыс істеуге мәжбүр болады т.б. Міне, байқасаңыз, тіршіліктің көзі болған судың жетіспеуінің әсерінен-ақ ағзада ауытқушылық орын алады**



## Талдау

### «Жақсы – жаман» ойыны

**-Су жақсы себебі**

Тамақ пісіруге болады

Үйді тазалаймыз

Сауығамыз

Өсімдіктерді пайдаланамыз

**- Су жаман себебі**

Суық суды ішсең ауырып қаласың

Терең суға батып батып кетесің

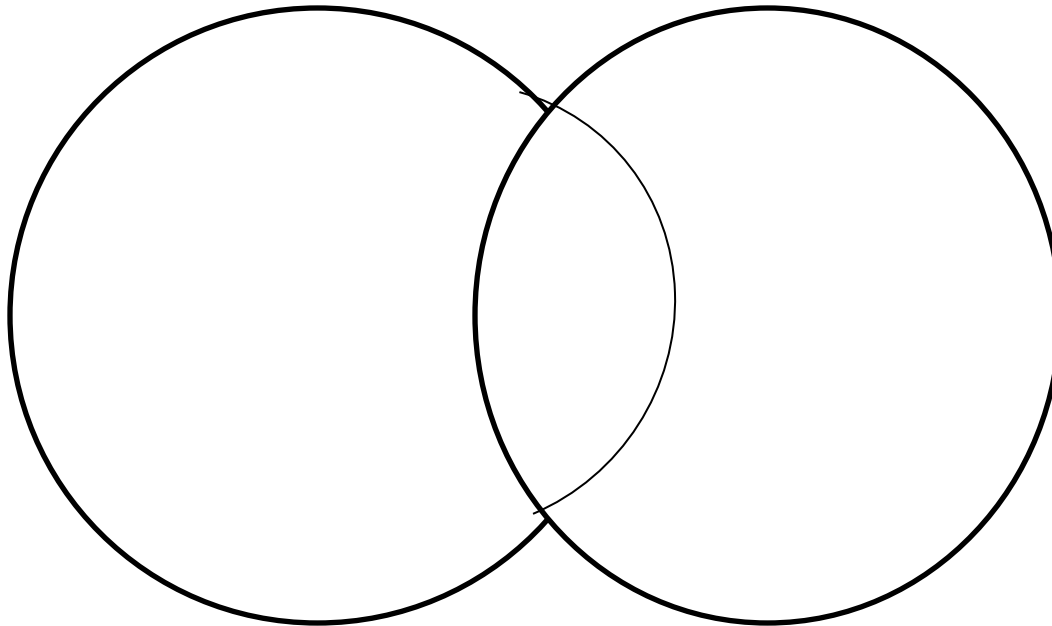
Ыстық суға күйіп қаласың

Су тасқыны үлкен апатқа әкеледі

# Жинақтау

- Сонымен балалар бүгінгі сабағымызда су туралы көптеген мағлұмат алдық солай ма?

Адам өмірі мен табиғаттағы судың маңыздылығы Венн диаграммасы арқылы табу.





## Бағалау



Өте жақсы



Жақсы



Дайындық керек



# Рефлексия

## *СИҚЫРЛЫ БАҒДАРШАМ*

Бағдаршам бәріне,  
Бағыт сілтеп тұрады,  
Және қызыл шырағым,  
Көліктері тоқтайды,  
Жарғы минут ұлы жолы  
Таныстайды, тоқтайды,  
Сары көзі жанғанда –  
«Көңілдегі жемдан да,  
Дайын тұрғанды» дегені,  
Жасыл көзі жанғанда,  
«Еш нәрсеге алданба,  
Тура жүргін» дегені,  
Оң жиек жасыл жанғанда,  
«Оңға бұрыла» дегені,  
Сол жиек жасыл жанғанда,  
«Солға бұрыла» дегені.

