**И.Журба атындағы жббм**

**Қысқамерзімді жоспар**

**Сабақтың тақырыбы:** **Денсаулық және дұрыс тамақтану мәдениеті**

|  |  |
| --- | --- |
| **Біртұтас тәрбие бағдарламасы** | **Талап** |
| Педагогтің аты-жөні: | **Егизбаева Айнур Тилеукуловна** |
| Күні: | **10.11.2023ж.** |
| Сыныбы: 8 в | Қатысушылар саны: Қатыспағандар саны: |
| Сабақтың тақырыбы: | **Денсаулық және дұрыс тамақтану мәдениеті** |
| Сабақтың мақсаты: | Оқушыларды тамақтану мәдениетімен таныстырып,меңгерту. Адамның ағзасына қажетті тағамдық заттардың ерекшелігін түсіндіру.  Салауатты өмір салтын қалыптастыру.Қазақтың ұлттық тағамдары мен салт-дәстүрлерін жаңғырту, жан мен тән тазалығын сақтау арқылы патриоттық сезімдерін ояту. |

**Сабақтың барысы:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Сабақ кезеңі/Уақыты | Педагогтің іс-әрекеті | Оқушының іс-әрекеті | Бағалау | Ресурстар |
| Сабақтың басы  Қызығушылықты ояту.  5 мин. | **(Ұ). Ұйымдастыру кезеңі:**  1. Оқушылармен амандасу, түгендеу. | Сынып түрлі-түсті асықтар арқылы 3 топқа бірігеді.  1 топ: Фастфуд  2 топ: Дәрумендер  3 топ: Денсаулық | **Мақсаты:** Оқушылардың бойына ұлттық бірегейлігімізді нығайтып**,** тыңдау дағдыларын дамытуға бағытталады, сондай-ақ барлық оқушылардың қатыстырылуы арқылы сабаққа белсенділігі артады.  **Тиімділігі:** Оқушылар бір-біріне тілек айту арқылы дұрыс қарым-қатынас орната білу дағдыларын дамытады, көңіл-күйін көтереді және бауырмалдығын оятады. | Асықтың түр-түсіне қарай бөлу  C:\Users\Lenovo\Downloads\1537265245_1492480515_asyk.jpg |
| **Жаңа сабаққа кіріспе**  4 мин | **(Ұ) «learningapps» бағдарламасы**  арқылы жаңа сабақтың тақырыбын анықтау мақсатында ой қозғау тапсырмаларын ұжыммен орындау. Оқушыларға тапсырма орындайды және сабақтың тақырыбын ұжымдық талқылайды. Әр оқушы өз оймен бөліседі.  Өзгенің пікірін толықтырады.  *Оқушылар сұрақтарға жауап беріп, өзара ұжымдық талқылау жасағаннан кейін мұғалім оқушыларға сабақтың тақырыбы, мақсатымен таныстырады.* | Суретте берілген тағамдардың пайдалы немесе зиянды екенін анықтайды  C:\Users\Lenovo\Downloads\WhatsApp Image 2023-11-08 at 11.45.24.jpeg | **Мақсаты:** Оқушы әр қадамына жауапкершілікпен қарап, жылдам әрі функционалды түрде сыни ойлануды дамыту.  **Тиімділігі:** Пайдалы және зиянды тағамдарды ажырату арқылы жан мен тән тазалығын сақтайды, өз денсаулығына , қоғамға жауапкершілікпен қарайды. Сабақтың тақырыбы мен мақсатын анықтауға мүмкіндік береді. | https://learningapps.org/qrcode.php?id=p74i9a9at23  <https://learningapps.org/watch?v=p74i9a9at23> |
| Сабақтың ортасы  Мағынаны ашу  5 мин. | Постер қорғау | **Фастфуд тобы:** «Денсаулыққа зиянды тағамдар»  **Дәрумендер тобы:** «Дәрумендерге бай тағамдар»  **Денсаулық тобы:** «Денсаулыққа пайдалы іс-әрекеттер» | **Мақсаты:** Ұлттық тағамдарды қастерлейді,салауатты өмір салтын ұстануға, ойдың тазалығы мен эмоцианалды тұрақтылыққа баулу.  **Тиімділігі:** дұрыс тамақтану мәдениетін түсінеді, эмоционалды жай күйін басқарады**.** Сонымен қатар оқушыға сабақтың өмірмен байланысын көрсетеді . | Флипчарт  Маркерлер, түрлі түсті бояулар  C:\Users\Lenovo\Downloads\png-transparent-facebook-like-button-facebook-like-button-social-network-advertising-blog-vote-miscellaneous-blue-angle.png |
| 5 мин | Қызықты тәжірибе айдары | Трансмайлар мен дұрыс майдың суда ерігіштігін анықтау | **Мақсаты:** Ата-ананың өсиетін тыңдауға, әр қадамына жауапкершілікпен қарап, жылдам әрі функционалды түрде сыни ойлануды дамыту.  **Тиімділігі:** Жеке бас денсаулығына қамқорлық жасауға адам өміріндегі құндылықтардың рөлін талқылауға басты назар аударады.  Өз ойын дұрыс мағынада білдіріп**,**  талқылауға белсенділікпен қатысқан оқушыға «Қол шапалақтау» арқылы ынталандыру. | Қызыл және жасыл түсті тағамдық бояулар,маргарин және сары май,2 стақан,жылы су. |
| 7 мин | Ұжымдық жұмыс | Адам ағзасына химиялық элементтердің маңызы. | **Мақсаты:** Барлық оқушылар жұмыс барысында жас және жеке дара ерекшеліктері ескеріледі, дәрумендер туралы білімдерін кеңейте отырып адам ағзасына химиялық элементтердің маңызын талдайды, талқылайды.  **Тиімділігі:** Табиғатқа, табиғи мұраға ұқыптылықпен қарауға және табиғи ресурстарды үнемді әрі тиімді қолдануды ұғынады.    *Өз ойын дұрыс мағынада білдіріп,* *талқылауға белсенділікпен қатысқан оқушыға «Жарайсың!» деген мадақтау сөзімен ынталандыру.* | Адам макеті,химиялық элементтер аттары жазылған кеспе қағаздар.  C:\Users\Lenovo\Downloads\лайк тик тока.png |
| 5 мин | Медицина өкілімен сұхбат | Мектебіміздің мейірбикесі Сургулиева Жанарды қонаққа шақырып, оқушылар өздерін мазалаған сұрақтарына жауап алады | **Мақсаты:** Адам денсаулығының қымбаттылығын түсінеді.  Оқушылардың өз пікірлерін тыңдай отырып, қосымша мәліметтер бере отырып денсаулық құндылығы, дұрыс тамақтану туралы түсініктерін кеңейту. **Тиімділігі:** Денсаулықтың адам өміріндегі маңыздылығын түсіндіру, дұрыс тамақтану мәдениетін сақтайды. Білуге, жаңаны тануға құштар болады.    *Өз ойын дұрыс мағынада білдіріп,* *талқылауға белсенділікпен қатысқан оқушыларды смайлик арқылы ынталандыру.* | **Өз ойын дұрыс мағынада білдіріп,**  талқылауға белсенділікпен қатысқан оқушыға «Жарайсың!» деген мадақтау сөзімен ынталандыру. |
| 6 мин | Топпен жұмыс | **Фастфуд тобы:** Зерттеу жұмысы: «Газды сусындардың бауырға әсерін зерттеу»  **Дәрумендер тобы:** «Дұрыс тамақтану пирамидасын құрастыру»  **Денсаулық тобы:** «Себет жинау» (Себетті пайдалы тағамдармен толтыру) | **Мақсаты:** Оқушылар өз болжамдарын айтып, талқылау жүргізеді.Сыни және креативті ойлайланады.  **Тиімділігі:** Пайдалы және зиянды тағамдарды ажырату арқылы жан мен тән тазалығын сақтайды, өз денсаулығына , қоғамға жауапкершілікпен қарайды.  Өз ойын дұрыс мағынада білдіріп, талқылауға белсенділікпен қатысқан оқушыға «Жарайсың!» деген мадақтау сөзімен сондай ақ лайк әдісімен ынталандыру. | Газды сусын,стақан, қысқыш,бауыр тілімі.  Пирамида макеті,түрлі тағамдардың суреттері.  Себет,картоп,нан,ет,сүт,айран,балық,көкөністер,жемістер үлгілері.  C:\Users\Lenovo\Downloads\png-transparent-facebook-like-button-facebook-like-button-social-network-advertising-blog-vote-miscellaneous-blue-angle.png |
| 5 мин | Пайдалы мәзір | 1 топ: Дәрумен салаты  2 топ: Көкөніс салаты  3 топ: Жемісті салат | **Мақсаты:** Жас ұрпақ дұрыс өсіп жетілуі үшін өз денсаулығын күтуді үйренеді.  **Тиімділігі:** Салауатты өмір салтын сақтап өмір сүруге дағдыланады.    *Мадақтау сөз «Жарайсың!», әлеуметтік желілердің лайктары арқылы бағаланады* | C:\Users\Lenovo\Downloads\лайк  инстаграм.png |
| Сабақтың соңы  Ой толғаныс.  Рефлексия  3мин. | Мұғалім сабақты қорытындылау мақсатында **«Астазға хат» әдісі арқылы** оқушылардың сабаққа деген көзқарасын, рефлексиясын бейнехабарлама ретіндетыңдайды.  ***Мақсаты:***Оқушы алған білімін саралай білуге дағдыланады. | Оқушылар бүгінгі сабақтың мақсатына жеткізетін тапсырмалар орындауына қарай, өз түсінгенін, пікірін, өз ойын айту арқылы сабаққа қорытынды жасайды. | Мұғалім оқушыларды «лайк »әдісі арқылы бағалайды. | Как писать письмо на английском языке? Образец, оформление |

**Тексерілді:**

**Директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасары: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**