



**Автор:** Гульмира Алдешова Белдибековна

**Пән:** Дүниетану. Тарих компоненті

**Сынып:** 2-сынып


**Бөлім:** Мен және қоғам

**Тақырып:** Дұрыс тамақтана біл!

Сабақ негізделген оқу мақсаты (мақсаттары)	2.1.4.1 Түрлі дереккөздер негізінде пайдалы және зиянды тағамдардың арасындағы айырмашылықтарды анықтау.
Күтілетін нәтиже	<b>Барлық оқушылар:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>· Адамның денсаулығына пайдалы және зиянды тағамдарды ажыратады.</li></ul> <b>Оқушылардың басым бөлігі:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>· дұрыс тамақтану ережесін біледі.</li></ul> <b>Кейбір оқушылар:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>· Жаңа сабақтан алған білімдерін өмірде қолданады, ас мәзірінің құрамын анықтайды.</li></ul>
Құндылық	Шығармашылық және сыни тұрғысынан ойлау. Өзара түсіністікті қалыптастыру.
Тілдік мақсат	Денсаулық, дәрумендер, ас мәзірі
Бағалау критерийі	Пайдалы және зиянды тағамдардың арасындағы айырмашылықтарды анықтау
Әдіс-тәсілдер	Сұрақ-жауап, әңгімелеу, түсіндіру.
Пәнаралық байланыс	Әдебиеттік оқу 2.2.12 Музыка
Алдыңғы білім	Біз дұрыс тамақтана білеміз

### Сабақ барысы

Сабақ барысы	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
Басталуы	<b>1. Психологиялық ахуал қалыптастыру:</b> Оқушыларды түгелдеу. Балалар қараңдаршы бүгінгі күн кешегіден де шуағын жан-жағына төгіп тұрғандай. Өйткені жер бетіндегі тіршіліктің барлығы осы күннен нәр алады. Қане бізде күннен нәр алып жылу алайық. Сол жылуды бір-бірімізге таратайық. ( Сонан соң келген қонақтарға сыйлайық.	Интербелсенділік арқылы оқушылардың қосылып айта
Ой қозғау	Енді барлығымыз ортада шеңбер жасап тұрып мына үлестірме қағаздардан аламыз.	

Са ба қ ке зе ңд	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
То пқ а бө лі ну ( 2 ми н )	<p>Топқа бөлу <b>2 минут</b></p> <p><b>1-топ сүт тағамдары</b></p> <p><b>2-топ ет тағамдары</b></p> <p><b>3-топ жеміс және көкөніс тағамдары</b></p> <p><b>4-топ ұннан жасалған тағамдар</b></p> <p>– Балалар біз тағамдар арқылы топқа бөліндік. Осы тағамдардың біздің өмірімізге қаншалықты маңыздылығы бар? ( оқушылар жауабы)</p> <p>2 – Олар біздің денсаулығымыз жақсы болу үшін қажет.</p>	 <p>Берілген әріп таңдап түріне топтарға бөл</p>
Ор та сы	<p>Ас адамның арқауы, Аспен күш артады. Тағам іш жағымды, Тазартар жанынды. – Ендеше біздің бүгінгі сабағымызда сен адам ағзасына пайдалы және зиянды тағамдарды ажырата білуді үйренесіңдер.</p>	
Бе йн е жә	<p>Қазір бейнежазбаға назар аударамыз. <b>Дұрыс тамақтану.</b></p> <p>Бейне жазбадан не білдік? (Оқушылар жауабы)</p>	Интер тақта

Та **Дұрыс ас ішу тәртібі**

пс Дұрыс ас ішу тәртібі деп – өнімдердің жеті түрлі тобынан тұратын тағамдарды қабылдауды айтады.

ыр  
ор  
ын  
(  
5  
ми  
н  
)



- Сенің денің сау болып өсу үшін бізге не қажет?  
(Біз тұтынатын азық түлік)

**СЕНІҢ АҒЗАҢА ҚАЖЕТТІ ӨНІМДЕРДІҢ  
ҚҰРАМЫНДА  
ҚАНДАЙ ДӘРУМЕНДЕР БАР, ОЛАРДЫҢ ҚАНДАЙ  
ПАЙДАСЫ БАР?**

**А** -дәрумені көздің көруін жақсартады.



**В** - дәрумені ағзаны нығайтып, күш-  
қуат береді.



**Д** -дәрумені иммунитетті көтеріп,  
ауруға қарсы тұрады.



**С** -дәрумені сүйектерді қатайтады.





Дұрыс тамақ  
<https://imekte.tamaktanu>

Дұрыс ас ішу  
<https://bilimlanses/dunietanuahzasy-zhane-kutimi/lesson/durys-as-ishu->

Біз тұтынатын  
<https://bilimlanses/dunietanuahzasy-zhane-kutimi/lesson/durys-as-ishu->

[https://imekte#select\\_words](https://imekte#select_words)

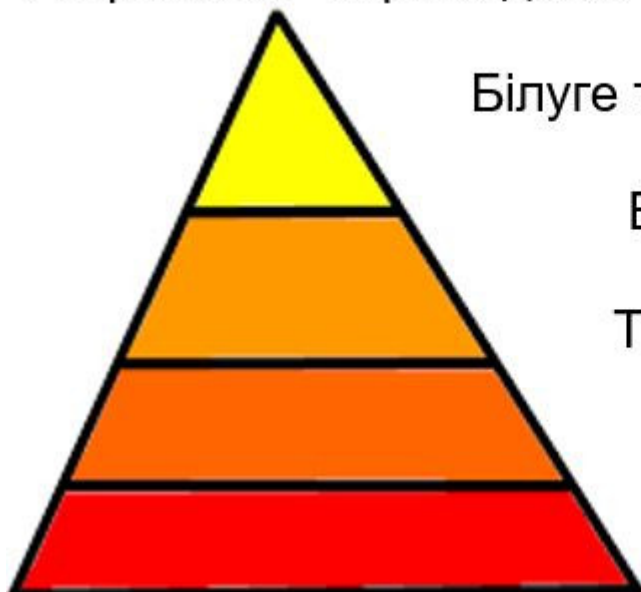
Саба Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
<p>Топтық жұмыс (Әр топ өз жұмысына дескриптор құрастырады)</p> <p><b>1-топ</b> Дұрыс тамақтануға түскі ас мәзірін құрастыру. (Әр топ өз жұмысына дескриптор құрастырады)</p> <p><b>2-топ</b> Дұрыс тамақтану ережелерін құрастыру. (Әр топ өз жұмысына дескриптор құрастырады)</p> <p><b>3-топ</b> Шағын маркет сөрелерінен денсаулыққа пайдалы және зиян тағамдарды алып, адам ағзасына қаншалықты пайдалы зиянды екенін айту. (Әр топ өз жұмысына дескриптор құрастырады)</p> <p><b>4-топ</b> Өз елімізде шығарылған азық-түлік өнімдерге жарнама жасау. Топтық жұмысты әр топ бір-бірін екі жұлдыз бір тілек арқылы бағалау. (Әр топ өз жұмысына дескриптор құрастырады)</p> <p><b>Топтық жұмысқа қорытынды дескриптор</b></p>	<p>Посторда қор</p> <p>Азық-түлік тү</p>
<p>Бағалау сұрақтары:</p> <p>ф - Түскі ас мәзірінде қандай тағамдар ішу керектігін білдік;</p> <p>ға - Дұрыс тамақтану ережесін құрастыра білеміз;</p> <p>ла - Пайдалы және зиянды тағамдарды таңдап ажырата білдік;</p> <p>у - Жарнама арқылы қымыздың өз елімізде өндірілетінін және пайдасы туралы мәлімет алдық;</p> <p><b>Сергіту сәті. Қыдырып қайтайық</b></p> <p><b>Ойын шарты:</b></p> <p>Топта ән әуеніне билейміз. Музыка әуені тоқтағанда алдымыздағы затты алып үлгеру керек. Затты алған оқушы сол затты қандай дәрумен бар, сол дәрумен жанына барып тұрады.</p>	
<p>Қорытынды бағалау</p> <p>Бейне жаздан тамақтану пирамидасы арқылы қорытындылау.</p> <p><b>Дұрыс Бұрыс</b> тапсырмасы</p>  <h2 style="text-align: center;">1- ТАПСЫРМА</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Біз өз денсаулығымызға пайдалы тағамды таңдап ішуіміз керек.</li> <li>○ Сүт ,айран йогуртпен ірімшіктердің құрамында кальций көп.сондықтан олар зиянды.</li> <li>○ Көкөністер ,жанғақтар мен бұршақтардың құрамында адамның терісіне ,көзіне ,шашына қажетті дарумендер бар.</li> <li>○ Тұзы ,қанты ,майы көп тағамдар құнарлы тағамдар болып саналады.</li> </ul> <p style="text-align: right;"> <b>Дұрыс Бұрыс</b>  <b>Дұрыс Бұрыс</b>  <b>Дұрыс Бұрыс</b>  <b>Дұрыс Бұрыс</b> </p>	<p>Музыка әуені</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=...">www.youtube.com</a>  <a href="https://youtu.be/...">https://youtu.be/...</a>  H14</p>  <p><b>Дұрыс-бұрыс</b>  <a href="https://imekte...">https://imekte...</a>  #true_fa lse-1</p>

Са  
ба  
қ  
ке  
зе  
ңд

Ресурстар

Ре  
фл

## Рефлексия пирамидасы



Білуге тырысамын

Білемін

Түсінемін орындаймын

Басқаларға көмектесе  
аламын