



Автор: Досбаева Оразкүл Нұрланбекқызы
Пән: Жаратылыстану
Сынып: 1-сынып
Бөлім: Адам
Тақырып: Қалай дұрыс тамақтану керек ?

Оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтемеу):	1.2.3.3. Адамның өсуі мен дамуы үшін керек қажеттіліктерді анықтау. 1.1.1.1. Қоршаған әлем құбылыстары , үдерістері мен нысандарын зерттеудің қажеттілігін түсіндіру.
Сабақтың мақсаты:	Барлық оқушылар орындай алады: Адамның өсуі мен дамуына пайдалы тағамдардың керек екенін біледі
Тілдік мақсаттар:	Сабақ барысында оқушылар түйінді сөздерді қолданады. Түйінді сөздер мен сөз тіркестері: Пайдалы тағам – полезная пища – healthyfood. Тамақтану пирамидасы – пирамида питания – the food pyramid. Талқылауға арналған сұрақтар: - Адамның өмір сүруі үшін қажет жағдайлар не ? - Пайдалы тағам түрлерін ата? - Зиянды тағам түрлерін ата? - Дұрыс тамақтану не үшін қажет ? - Дұрыс тамақтану ережесін ата? - Отбасылық мерекелер қалай өтеді? - Қандай тағамдарды сүйіп жейсіңдер?
Бағалау критерийлері:	1. Адамның өмір сүруі үшін керекті қажеттіліктерді анықтайды. 2. Қоршаған әлем құбылыстарын, нысандарын зерттейді, қажеттілігін түсіндіреді.
Құндылықтарды дарыту:	Салауатты өмір салтын ұстану, денсаулықты күту, үлкенді құрметтеу, сыйлау, ынтымақтастық құндылықтарын бала бойына дарыту
АКТ-ны қолдану дағдылары:	Bilimland.kz сайт материалдарын пайдалану арқылы АКТ дағдыларын қалыптастыру.
Пәнаралық байланыс:	Көркем еңбек – суреттерді бояу. Дүниетану – отбасылық дәстүр.
Бастапқы білім:	Пайдалы тағам, тамақтану, тамақ сөздерінің мағынасын түсінеді.

Сабақ барысы

Сабақ кезеңдері	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
Сабақтың басы	1. Психологиялық ахуал Үлкенге де сіз, Кішіге де сіз, Сәлем бердік бәріңе, Құрметпенен біз. (қимылмен көрсетеді) Тақтаға жазылған сөздер арқылы бөлінеді Сусындар, Тәттілер, Жемістер. - Адамдар бұл заттарды не үшін қолданады? Сабақтың оқу мақсатын хабарлау. - Олай болса, бүгін дұрыс тамақтану жолдарын білесіңдер, пайдалы және зиянды тағам түрлерімен танысасыңдар.	Стикер, сурет қиындылары.

Сабақкезеңдері	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
Сабақтың ортасы	<p style="text-align: center;">1. Сұрақ ілмегі. Ұ.МК.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Адамдар не үшін тамақтанады? - Күніне неше рет тамақтану керек? - Мөлшері қандай болуы керек? - Қай уақытта тамақтанған дұрыс? - Қай тағамды таңертең, қай тағамды кешке жеген дұрыс? - Қазақтың ұлттық тағамдарын ата? <p>Видео көрсету ұлттық тағамдар.</p> <p style="text-align: center;">2. «Ойлан, жұптас, бөліс».Т</p> <p>Тамақтану пирамидасындағы азық-түліктерінің орналасуы. Пирамиданың төменгі жағында тамаққа жиі қолданатын азық-түліктер, ал төбесінде шектеулі мөлшерде қолдануға тиісті азық-түліктер орналастырылған.</p> <p>Дескриптор:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Тамақтану пирамидасындағы заттарды атайды. 2. Пайдалы және зиянды тағам түрлерін ажыратады. 3. Тамақтың адам өміріндегі қажеттілігін түсінеді. <p>Кері байланыс: Серпілген доп ҚБ: Бағдаршамам</p> <p style="text-align: center;">3.Сен білесің бе? МК.</p> <p>Биенің жаңа сауылған сүті өте пайдалы. Мұндай сусынды саумал деп атайды. Оның көптеген пайдасы бар. Сергіту сәті: Қимылмен көрсету</p> <p style="text-align: center;">4. Суреттер сөйлейді. Т.</p> <p>Суреттерге сүйеніп, адамның өсуі мен дамуы үшін керек қажеттіліктерді атаңыз. Өз ойыңызды түсіндіріңіз.</p> <p>Дескриптор:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Адамның өсуі мен дамуы үшін керек қажеттіліктерді атайды; 2. Адамның өсуі мен дамуына қажетті жағдайлар туралыәңгімелейді. <p>Кері байланыс: Серпілген доп ҚБ: Бағдаршам</p> <p style="text-align: center;">5. Түсінік корзинасы Зерттеу. Ж.</p> <p>Толтырылмаған тамақтану пирамидасы бар қағаз таратылады, өзі жиі тұтынатын азық-түлікті пирамида сатыларына орналастырады.</p> <p>Дескриптор:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Адам өміріне қажетті азық-түліктерге зерттеу жасайды, қажеттілігін түсіндіреді. 2. Пайдалы тағамдар жайында әңгімелейді. 3. Қорытынды жасайды. <p>Кері байланыс:Серпілген доп ҚБ: Бағдаршам</p> <p style="text-align: center;">6. «Сиқырлы қалам».</p> <p>3 күнге арнап таңғы ас мәзірін дайында. Бірінші күнгі таңғы асқа қажетті азық-түлікті көк түспен, екінші күндікін жасыл, үшінші күндікін қызыл түспен қоршап сыз.</p> <p>Дескриптор:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Үш күнгі таңғы ас мәзірін анықтайды. 2. Қажетті азақ-түлікті бояйды, қоршап сызады. <p>Кері байланыс: Серпілген доп ҚБ: Бағдаршам</p>	<p>Оқулық. Суреттер, видео көрініс. https://youtu.be/87DXDvM7RBg</p> <p>Тамақтану пирамидасының сызбалық көрінісі.</p> <p>Тамақтану пирамидасы бар парақтар, суреттер.</p> <p>Видео көрініс. http://youtu.be/7zrynt1NLh8</p> <p>Суреттер.</p> <p>Бос пирамида.</p> <p>Дәптермен жұмыс.</p>
Сабақтың соңы	Кері байланыс: Табыс баспалдағы	Баспалдақ, смайликтер.

Сабақкезеңдері	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
<p>Рефлексия</p> <p>Сабақтың мақсаты мен оқу мақсаттары орындалды ма? Бүгін оқушылар не үйренді? Сабақ қалай өтті, қандай деңгейде өтті? Жоспарланған саралау жақсы іске асты ма? (тапсырмалар сәйкес болды ма?) Уақытты қалай пайдаландым? Жоспарыма қандай өзгеріс енгіздім және неге?</p>	<p>Өз сабағыңызды талдау үшін осы бос орынды пайдаланыңыз. Сол жақта берілген сұрақтарға жауап беріңіз.</p>	