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 қажетілігін 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 жейсіндер?
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	**1. Сұрақ ілмегі. Ұ.МК.** - 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? - Қазақтын ұлттық тағамдарын ата? Видео көрсету ұлттық тағамдар. **2. «Ойлан, жұптас, бөліс».Т** Тамақтану пирамидасындағы азық-түліктерінің орналасуы. Пирамиданың төменгі жағында тамаққа жиі қолданатын азық-түліктер, ал төбесінде шектеулі мөлшерде қолдануға тиісті азық-түліктер орналастырылған. **Дескриптор:** 1.Тамақтану пирамидасындағы заттарды атайды. 2. Пайдалы және зиянды тағам түрлерін ажыратады. 3. Тамақтың адам өміріндегі қажеттілігін түсінеді. **Кері байланыс:** Серпілген доп **ҚБ:** Бағдаршамам **3.Сен білесің бе? МК.** Биенің жаңа сауылған сүті өте пайдалы. Мұндай сусынды саумал деп атайды. Оның көптеген пайдасы бар. **Сергіту сәті:** Қимылмен көрсету **4. Суреттер сөйлейді. Т.** Суреттерге сүйеніп, адамның өсуі мен дамуы үшін керек қажеттіліктерді атаңыз. Өз ойыңызды түсіндіріңіз. **Дескриптор:** **1**.Адамның өсуі мен дамуы үшін керек қажеттіліктерді атайды; **2.** Адамның өсуі мен дамуына қажетті жағдайлар туралыәңгімелейді. **Кері байланыс:** Серпілген доп **ҚБ:** Бағдаршам **5. Түсінік корзинасы Зерттеу. Ж.** Толтырылмаған тамақтану пирамидасы бар қағаз таратылады, өзі жиі тұтынатын азық-түлікті пирамида сатыларына орналастырады. **Дескриптор:** **1.**Адам өміріне қажетті азық-түліктерге зерттеу жасайды, қажетілігін түсіндіреді. **2.** Пайдалы тағамдар жайында әңгімелейді. **3.** Қорытынды жасайды. Кері байланыс:Серпілген доп ҚБ: Бағдаршам **6. «Сиқырлы қалам».** 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. **Дескриптор:** **1.** Үш күнгі таңғы ас мәзірін анықтайды. **2.** Қажетті азақ-түлікті бояйды, қоршап сызады. **Кері байланыс:** Серпілген доп **ҚБ:** Бағдаршам	Оқулық. Суреттер, видео көрініс. https://youtu.be/87DXDvM7RBg Тамақтану пирамидасының сызбалық көрінісі. Тамақтану пирамидасы бар парақтар, суреттер. Видео көрініс. http://youtu.be/7zrynt1NLh8 Суреттер. Бос пирамида. Дәптермен жұмыс.
Сабақтың соңы	Кері байланыс: Табыс баспалдағы	Баспалдақ, смайликтер.

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