Сабақ тақырыбы Жеке бас тазалығы.

Сабақ мақсаты:

1)Денсаулық туралы ғылым - Валеология жөнінде түсінік беру.

Балалардың «Сәлеметсің бе?», «Сау бол!» деген сөздердің мағынасы жөніндегі білімдерін бекіту.

2)Дәрігер Салауатпен, Әліппе - дәптермен таныстыру.

3)Жұқпалы аурулар жөнінде мәлімет беру, қолды жуу дағдыларын қалыптастыру.

Сабақ барысы:

Педагог балаларға бір-бірімен амандасуға ұсыныс жасайды.

Педагог

балалармен «Амансың ба?», «Сәлеметсің бе?» деген сөздердің мағынасы туралы әңгімелеседі. Адамдар бір-бірімен кездескен және қоштасқан кезде айтылатын амандасу және қоштасу сөздері - ғажайып сөздер, осы сөздер арқылы бір-біріне денсаулық және қайырымдылық тілейді.

Балалардан ата-аналары мен жақындары ұйқыдан оянған кезде, балабақшаға немесе мектепке келгенде, таныстарын кездестіргенде қандай ғажайып сөздерді қолданатынын сұрайды.

Педагог амандық сөздерге жеке-жеке, қысқаша түсінік беріп өтеді.

Балаларға «Сәлеметсің бе?», «Амансың ба?», «Сау бол!» деген сөздерді амандық сөздер ретінде түсіндіре отырып, «Неліктен олай ойлайсыңдар?» деген сұраққа жауап алынады.

«Амансың ба?» деген сөз - бұл басқа адамға саулық, ұзақ өмір тілеу деген мағынаны білдіреді. Біз кездескенде амандасып, бір-бірімізге денсаулық тілейміз.

- Адам ауырғанда өзін қалай сезінеді? Ауырмаған адам ту­ралы не айтуға болады? Денсаулық деген не?

Әңгімелесу барысында балалар ауырған кезінде өзін қалай сезінетіні жөнінде айтып береді.

Адам ауырса ыстығы көтеріледі, жата бергісі келеді, терлейді, әлсіреп, тамаққа тәбеті болмайды, көңіл күйі бәсеңсиді. Дәрігер оларға дәрі, екпе дәрі жазып береді.

Ауырған бала балабақшаға, мектепке бармайды. Үлкендер жұмысқа бармайды. Олар үйде дәрі ішіп, емделеді.

Педагог балалардан ауырып тұрған (басы, тамағы) дені сау, көңілді адамды бейнелеуді ұсынады.

- Сендерге қайсысы көбірек ұнады - ауырған адам ба, әлде денсаулығы мықты адам ба?

Ғалымдар қазір адамның ауырмай өмір сүруіне, денсаулығының мықты болуына, оны қорғауға қалай көмектесуге болатыны жөнінде ойлануда.

Валеология - денсаулық туралы арнайы ғылым.

Педагог «валеология» сөзінің құпиясын ашады. «Валео» - латынша «сау бол», ал «логос» - ғылым деген сөзден шыққан.

Валеология - денсаулық туралы ғылым, ол балаларды ақылды, көңілді, дені сау болып өсуге баулиды. Ең бастысы, ол ауырмай, салауатты өмір сүруге үйретеді.

Әліппе-дәптермен жұмыс.

Педагог балаларға Әліппе-дәптерді ашуды ұсынып, бірінші бетінде бейнеленген Дәрігер Салауатқа назарларын аударады.

Балалар Дәрігер Салауаттың сымбатты, әдемі, денсаулығы мықты адам екендігіне назар аударады.

Оның атының өзі салауатты өмір сүру дегенді білдіретінін түсіндіреді. Осы салауатты өмір салты Дәрігер Салауаттың сымбатты, әдемі, денсаулығының мықты болуына көмектескен.

Салауат балаларды «Валеология» әлеміне қызықты саяхат жасауда басты көмекшілері болатын Денсаулық әліппесімен танысуға шақырады.

Тазалық туралы әңгіме:

Әр адам жеке басының тазалық тәртібін сақтауға міндетті. Қарапайым ережелер күнделікті дағдыға айналуы тиіс. (Бұл не?)

Педагог балалармен сабын және су жөнінде әңгіме жүргізеді.

Кімде-кім үнемі қолын сабындап жуып жүрсе, ол ауырмайды.

Дымқылдап күнде сен,

Қолыңды сүйкесең,

Кетіп кір-ласың,

Тап-таза боласың.

- Қолыңды күніне неше рет жуасың?

- Тамақ ішер алдында, дәретханадан кейін, серуеннен соң немесе қоғамдық көліктен түскеннен кейін, лас жұмысты орындаған соң қолды міндетті түрде жуу қажет.

- Су мен сабын - нағыз досың. Сен қолыңды сабындағанда не пайда болады?

Практикалық әрекет.

- Қолды қалай тазалап жуу керек?

- Қолымызға сабынды алып, оны сулап сабындаймыз. Сабынды орнына қойып, қолды уқалаймыз, сол кезде «сабын қолғабы» пайда болады. Таза сумен көпіршікті жуып кетіріп, қолымызды сүлгімен жақсылап сүртеміз.

Балалар шеңберге жиналып, күлімдеп, бәрі бірге ғажайып сөздерді қайталап қоштасады.

Балалар кездескен және қоштасқан кезде айтылатын амандасу және қоштасу сөздері ғажайып сөздер екенін, осы сөздер арқылы бір-біріне денсаулық және қайырымдылық тілейтінін қайталайды.

Қорытынды:

• Валеология - денсаулық туралы ғылым.

• Жеке бастың тазалық ережесін сақтайық.

• «Сәлеметсіз бе?», «Амансың ба?», «Саумысың?», «Сау бол!»

Үйге тапсырма: ата-аналармен бірге денсаулық туралы мақал-мәтел, жаңылтпаш жаттау және сабын туралы жарнама ойлап келу.