**АС –АДАМНЫҢ  АРҚАУЫ**

**Пән:**қазақ тілі

**Сынып:**7-сынып

**Сабақтың мақсаты:**

Денсаулықтың негізі – дұрыс тамақтану екенін түсіндіру.Тағам атауларына байланысты түсінік бере отырып, мәтін мазмұнын меңгерту. Мәтін мазмұнымен жұмыс жасай отырып, есте сақтау, сауатты жазу, байланыстырып сөйлеу және өз бетімен жұмыс істей білу қабілеттерін дамыту.

**Әдіс-тәсілдер:** сыни тұрғыдан ойлау, ойын, деңгейлік оқыту технологияларының элементтері, әңгімелеу, сұрақ-жауап, ойландыру, мәнерлеп оқу, қайталау, аударма.

**Пәнаралық байланыс:**тарих, әдебиет, орыс тілі.

**Көрнекіліктер:**интерактивті тақта, слайдтар, «Жеті қалпақ», «Жаңбыр» ойыны, сергіту сәті, тілек ағашы, стикерлер, постер, суреттер.

**Сабақтың түрі:**интерактив

**Сабақтың типі:** жаңа сабақ

**Жұмыс түрі:** интерактивті тақтамен, постермен жұмыс, жұптық, топтық жұмыс

**І Ұйымдастыру**

**Оқушылар өлең арқылы амандасады:**

Білер қазақ баласы,

«Сәлем» сөздің анасы.

Бәріне де ізетпен

Біздер сәлем береміз! 

**\*Оқушылармен амандасу:**

-Сәлеметсіздер ме!

«Жаңбыр» ойыны

**Топқа бөлу**

**«Ой шақыру»:**

Сіздің сүйікт тағамыңыз?

1. Сіз бос уақытыңызда қазақтың қандай ұлттық тағамдарын дайындағанды ұнатасыз?
2. Ұлттық тағамдарымыздың адам өміріне маңызы қандай деп ойлайсыз?
3. Ұлттық тағам қажет деп ойлайсыз ба?
4. Қасиетті тағам (нан)

**ІІ.Бүгін сабақтың тақырыбы: Ас –адамның  арқауы**

**1. Жаңа сөздермен жұмыс:**

Сусын – напиток 

Сау адам – здоровый человек

Құрамында  -в составе

Ағза – организм

Ұсыныс - предложение

Қан тамыры \_ кровеносные сосуды

Құндылық - ценность

Бата – пожелание

**Сөз тіркесін немесе сөйлем құрастыру.**

**Естеріңде қалған сөздерді парақ бетіне жазып беру**.



**2. Мәтінмен жұмыс**

Қымыз ауруға ем, сауға қуат. Қымыздың денсаулыққа тигізер пайдасын айтып тауыса алмайсың. Қымыз құрамында «С» дәрумені мол, сиыр сүтімен салыстырғанда он ессе көп. Оның емдік қасиеттері, әсіресе құрт ауруын емдеу қасиеттері жоғары. Оның адам ағзасын әлсірететін созылмалы ауруларға қарсы күресетін артықшылығын да айта кеткен жөн.

Дәрігерлер қымызды безгек ауруына және жөтелге қарсы ішуге ұсыныс жасайды. Қымызбен емделгенде, қан құрамындағы гемоглобин, эритроцит көбейеді. Тамырдың соғуы жиілеп, қан айнылымы жылдамдайды. Қан тамырының жұмысы мен жүрек соғысы жақсарады.

Ал осы күні жастар жағы қымыздың орнына шетелдік «Сосо -соla», «Pepsi-cola» тәрізді сусындарды жиі тұтынады. Оның ағзаға зияндылығын ескеріп жүрген бірі жоқ.  «Сосо -соla» -ның бала денсаулығына ауыр зиян келтіретінің дүние жүзі біліп, жар салып жатыр. Тіпті жарнамалауға тыйым салып, компанияға оның зияндылығын мойындатады. Осы  «Сосо -соla» сусыныменкөліктің есігін жуғанда бояуы бірден кетіп қалыпты.

«Pepsi-cola» сусынын да ішкеннен ата-бабаларымыздың ізімен ұлттық тағамдарымызды бойымызға, ұлттық құндылықтарымызды жанымызға азық етейік, ағайын!

1-2 топқа тапсырма, мәтіннен өз қалпағының түсіне лайықты сөйлемдерді тауып алу.



Ақ қалпақ – фактілерді табады

Сары қалпақ – позитив; жақсы жерін табу

Қара қалпақ – негатив, ұнамаған жері

Қызыл қалпақ – эмоция,қуану

Жасыл – шығармашылық, басқаша қалай болуы

Көк қалпақ – философия,қорытынды жасайды.

**Қорытынды:**

Автор мақаласындағы негізгі идея қайсы?

Асқа байланысты кім қанша , қандай мақал біледі?

Ас аттарын пайдаланып, диалог құрыңыз.

**3. Видео көрінісі Пепси кола мен Кока коланың зияны туралы**

**Сусындардың пайдасы мен зияны.**



**Оқушыларды үш топқа бөлу. 1 топ- сусындардың пайдасы бар, 2 топ – ғаздалған сусындар зиян, 3 топ – пайдалы да, зиян да.**

Зияны бұлардың пайдасынан зияны көп, краска, бөтелкелері, химиялық қоспалары

Қазақ тағамтану академиясының төрағасы Төрегелді Шарманов бұл сусындарды мүлде ішуге болмайды дейді екен.

Пайдасы: Сусын тәтті, сусағанды басады. Қымыз ішудің алдында, биені сауы керек, қымызды дұрыс дайындау керек.  Қымыз әрбір дүкенде сатыла бермейді, ал газдалған сусындар түгел дүкенде сатылады.  Коламен Американың солтүстік штаттарында жол полициясы авариядан кейінгі асфальттағы қанды жуып кетіру үшін қолданады екен.

Егер денсаулығыңызда осы сусындарға қарсы науқастар(қант диабеті сияқты) болмаса онда аншалықты зияны бар деп ойламаймын.Себебі бұл брендтерді бүкіл дүние жүзі пайдалынады,ал неден ,қалай жасайтыны өте құпия.Сондықтан ол туралы әңгімелер шындықтан гөрі,өтірікке көбірек ұқсайды.Алайда бұл сусындардың ағзаға алып бара жатқан пайдалары да бола қоймас деп ойлаймын.Негізі қымыз,шұбат сияқты дәстүрлі сусындарымыздың ешқандай химиялық қоспасыз,табиғи екеніне ешкім де дау айта алмас. Сондықтан да олардан пайдалы сусындар бар дегенге сенбеймін.

Бұл сусындардың қайда қалай дайындалатыны туралы естігенбісің?Кока коланы құрт-құмырсқадан дайындайды. оның денсаулыққа зиянды тұстары коп адамның бауыр,өт,асқазанға,миға зиян!пепси де дал солай!бұл сусындарды өндірушілердің өзі құрт'-құмырсқадан дайындалатынын мойындады!

**4. Қазақтың ұлттық тағамы ет асу рет-ретімен жазыңыз**

1. Нан жазылады
2. Тұздық құйылады
3. Ет туралады
4. Ет табаққа салынады
5. Суға ет қайнатылады
6. Көбігі алынады
7. Нан салынады
8. Ет пен нан қайнатылады
9. Нан табаққа салынады
10. «Бесбармақ» дайын

**5.Жылжыма суреті**

Әр топқа А4 форматындағы қағаз және түрлі –түсті қарандаштар беріледі. Мұғалім қолындағы суретін жасырып тұрады.Қазақтың дастарқаны, қыз қуу суреттері.

Тапсырма шарты: Топтардан бі-бір оқушы 20 секунд уақыт ішінде мұғалімге жақындап, суретті мұқият көріп, есте сақтауға тырысады. Содан өз топтарына оралып, топ мүшелеріне көрген суретін барынша сипаттауға тырысады, олар түсінгендері бойынша суретті салады. Суретті көрген оқушыға оны салуға рұқсат берілмейді. Осылайша әр топ мүшесі 20 секунд ішінде суретті көріп, топ болып суретті жандандыруға тырысады. Бұл тапсырма оқушылардың сөйлеу дағдыларын дамытуға жағымды әсерін тигізеді.

**ІІІ. Қорытынды бөлім:**

Бүгінгі сабақта өткен тамақтардың түрлерін білдік, көрдік, талдадық. Қай уақытта не жеу, не ішу туралы да білдік. Енді бізге бір нәрсе жетіспейді. Ол не? Ол – бата. Батаны кім береді?

**Бата**

Асың асын асына, береке берсің басыңа. Бөденедей жорғалап. Қырғауылдай қорғалап, Қыдыр келсің қасына. Бақыт сенің басыңнан, тепкілесе кетпесің.

**ІV. Бағалау**

**V. Үйге тапсырма**: Бата жазып келу. Өз сүйікті тағамын туралы шағын эссе жазып келу.

**VI. Рефлексия**

Пікірлерін стикерге жазып, тілек ағашына ілу.

