**Ашық тәрбие сағаттың жоспары**

**Мектеп**: «Бейнеу мектеп-интернаты» КММ-сі **Мерзімі:** 26.01.2019

**Мұғалім:** Сатаева Әйгерім Сатайқызы

**Сынып:** 6

**Оқушылар саны :**9

**Тақырып:** «Таңдауымыз болашақ»

**Құндылық:** Дұрыс әрекет

**Қасиеттер:** ұқыптылық, қамқорлық, парасаттылық, сүйіспеншілік,т.б.

**Өтетін орны:** АКТ залы

|  |  |
| --- | --- |
| **Мақсаты:** оқушыларды салауатты өмір салтын қалыптастыруға тәрбиелеу, жеке бас гигиенасын сақтауға, дұрыс тамақтануға, дене шынықтыру мен спортпен шұғылдануға, жаман әдеттерден сақтануға және зиянды әдеттерден аулақ болуды түсіндіру, тәні де, жаны да таза, әрі сау болашақ ұрпақты тәрбиелеу.Міндеттері:-Салауатты өмір салтын ұстануға, күн тәртібін күнделікті орындау;-Спортпен шұғылдануға, зиянды әдеттерден бойын аулақ ұстау, жеке бас гигиенасын ұстану | **Ресурстары:** (Әр түрлі денсаулық, дәрумендер, күн тәртібі туралы,спорт туралы суреттер, бейнероликтер, нақыл сөздер,АТК) |
| **Жоспары:**1.Ұйымдастыру | Оқушыларды ортаға шығарып «Шаттық шеңбер» әдісі арқылы тыныштық күін орнатамын. |
| 2.Топқа бөлу (Дәрумендер, спорт) | Оқушыларды орындарына бірден отырғызбай топқа бөлінуін ұсынамын. |
| 3.Видеоролик | Видеоролик арқылы оқушылармен пікіралмасуына бағыттаймын. |
| 4. Жағдаятты талдау (ТЖ) | Оқушылардың жеке пікірін айта алуына ықпал етемін. |
| 5. Витаминдер,спорт туралы қызықты деректер | Видеоролик арқылы ойлау қабілеттерін арттыру |
| 6. Сергіту сәті. Грек-рим үйірмесіне қатысып жүрген оқушылардан қимылдардан үзінді көрсету |  Басқа оқушылардың қызығушылығын ояту |
| 7.Постер қорғау. «ПОПС формуласы» | Тақырыпты меңгеруін бақылау мақсатында оқушылардың пікірін білу |
| 8. Қорытынды.  |  |
| Іс-шараны өткізудің жоспары**1.Ұйымдастыру****КІРІСПЕ СӨЗ** Қайырлы күн баршаңызға! «Дені сау сәби әр отбасының, қуанышы, бақыты. Ал денсаулығы мықты сәби халықтың болашағы, Отанының сенімді тірегі» атты Сара Назарбаеваның сөзімен бастағым келіп тұр.  2010 жылғы 29 қарашада Мемлекет бас­шы­сы «Қазақстан Рес­публикасының денсау­лық сақтау са­ласын дамытудың 2011-2015 жыл­­дарға арналған «Саламатты Қа­зақстан» мемлекеттік бағдар­ла­ма­сы туралы» Жар­лыққа қол қойды. Арнайы ауыл аймақтарды аралау үшін көліктермен дәрігер халықтың денсаулығын назарға алып біршама көмек берілді.(оқушыларды ортаға шақыру)**2**.**ТОПҚА БӨЛУ «Мозаика» әдісі арқылы суреттерді жинақтау арқылы «Дәрумендер», «Спорт» атты топтарға бөлу.****3.Видеоролик. Сұрақтар:**• Дені сау болу үшін неден бастау керек?• Күнделікті көңіл күйіңіз жоғары болу үшін не істеуге болады?• Ауа-райы адам денсаулығына әсер етеді ме?**Ішкі интеграция(ауа-райы, өзін-өзі қадағалау, жағымды нәрселерді көбірек ойлау, зиянды әрекеттерден аулақ болу)****4. «Кейс стади» әдісі. Жағдаятты талдау****І-топ.** Сыныпқа жаңадан оқушы келді. Барлық сынып оқушылары онымен жақын араласып кетті. Сіз онымен дос та болып алдыңыз. Кейін сіз оның жұқпалы аурумен ауратының білдіңіз. Бұл жағдайдағы сіздің іс - әрекетіңіз қандай?**ІІ-топ.**Қазіргі қоғам жастары салауатты өмір салтын жүргізбейді. Өз сымбаттарына, денсаулықтарына көңіл бөлмейді. Әсіресе сенің достарының көбі ғаламтор желілерінде, компьютерде отырады. Бұл олардың дене бітімдерінің дамуына әсер етеді деп ойлайсыз ба? Әсер еткен жағдайда қандай көмек бере едіңіздер?Досыңа қандай көмек берер едіңіздер?**5. Витаминдер, спорт туралы****6. Сергіту сәті****7.Постер «ПОПС формуласы»** Бірінші сөйлем: «Менің ойымша,....» Екінші сөйлем: «Себебі, мен оны былай түсіндіремін...» Үшінші сөйлем: «Оны мен мына фактілермен, мысалдармен дәлелдей аламын....» Соңғы сөйлем: «Осыған байланысты мен мынадай қорытынды шешімге келдім...»**7.Қорытынды** *Лұқпан хакімнен «Өмірде байлық қымбат па, жоқ даңқ қымбат па?» деп сұраған екен. Сонда ол «Байлық та, даңқ та адам баласын бақытты ете алмайды. Біле білсеңдер, ауру ханнан дені сау қайыршы бақытты. Ал бақыт дегеніміз не? Әрбір адам өзінің күш - жігерін халқына, өз еліне, ұрпақ тәрбиесіне жұмсап ақылды, парасатты және денсаулығы зор болса ғана бақытты» деген екен.Лұқпан хакім ерекше дарынды, зерек болыпты. Соның қалдырған жеті өсиеті бар.Біріншісі - ерте тұру.Екіншісі - орта тазалығын сақтау.Үшіншісі - дене шынықтыру.Төртіншісі - үнемі денені таза ұстау, ыңғайлы киіну.Бесіншісі - үнемі сергек жүру.Алтыншысы - артық тамақ ішпеу.Жетіншісі - көп ұйқтап жалқау болмауОсылардың барлығы денсаулықты сақтаудың негізгі кепілі болып табылады.Ұзақ өмір сүргің келсе денсаулығыңды күт, спортпен шұғылдан.*  Отанымыздың келешегі , көркеюі оқушылар сендердің қолдарыңда. Сондықтан сендердің таңдауларың-салауатты өмір салтын сақтау. Жаны сұлу, тәні сау ұрпақ сіздерге аманат еткен тәуелсіз мемлекетіміздің алтын кілтін жоғалтпай ,көк туын көкке қарай биік көтер «Денсаулық» пойызымен бірге болашаққа нық сеніммен қадам басайық, сонымен бүгінгі  «Таңдауымыз болашақ» атты ашық тәрбие сағатымызды аяқтаймыз. |  |