Октябрь жалпы орто билим беруу мектеби

Кыргыз тили

Сабактын темасы:

Ден соолук

Мугалим: Омурбекова Б.Ш

2022-2023
окуу жылы

Сканировано с CamScanner

Сабактын темасы;

Ден соолук

Грамматика:

Сыпат бышыктооч

Сабактын максаттары:

Тилдик максат:

Сыпат бышыктоочторду суйлом ичинен таба алышат.
Жаны лексиканы оздоштурушот . Суроолорду тузуп, суроолорго жооп бере алышат

Кептик- катнаштык максат:

Ден соолукту кантип сактай аларын билишет. Жаны текстин мазмунун тушунушот.

Социо-маданий максат:

Кыргыз элинин ден соолук жонундо макалдары менен таанышат. Ал макалдары кебинде колдоно алышат.

Сканировано с CamScanner

Сабактын тиби:

Жаны материалдарды оздоштуруу.

Сабактын формасы:

Топто иштоо.

Колдонулуучу каражаттар:

Суроттор, таблицалар, интерактивдик тактар.

Сабактын журушу:

- Кырыгыз тил Гимнин аткарышат
- Топко, учко, " бир, эки, уч" - деп, саноо менен болунушот.
- Ар бир топ командасына ат коюлат
- Уйго берилген табышмактарды бир топ экинчи топко жашырып, жообун табышат
-Эми балдар бул суротторго конулубузду бурабыз

Сканировано с CamScanner

Балдар биз турмушта :

1. Позитивдуу ойлорду ойлоо
2. Оз убагында уктоо
3. Денени чыңдоо, ар кандай конугуулорду жасоо
4. Оз убагында дарылануу.
5. Ooруну алдын алуу.

- Кандай деп ойлойсунар бугунку биздин темабыз кайсы тема экенин билдик.

Кайсы тема?

"Ден соолук"

Бугун балдар сабакта:

Суйлом ичиндеги сыпат бышыктоочторду таба алабыз, суроо беребиз, сыпат бышыктооч деген эмне экенин билебиз. Тексти тушунуп окуу, суроолорго жооп беребиз, ден соолукта болуу деген эмне экенин тушунобуз.

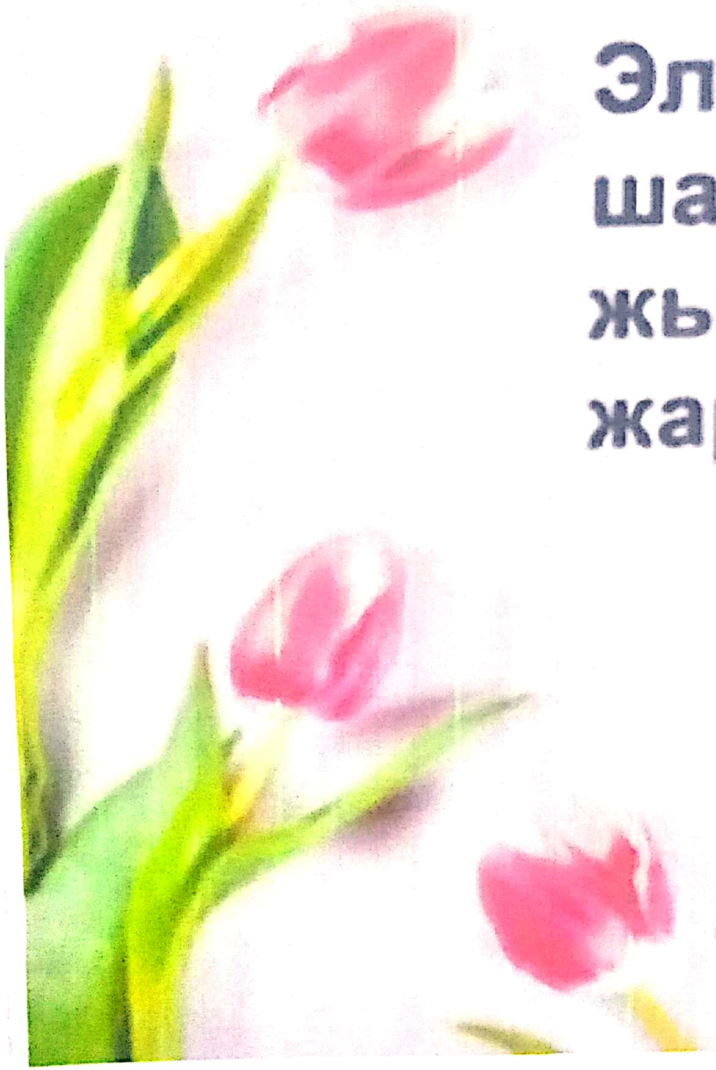
Сканировано с CamScanner

- Сыпат бышыктоочторго конул буралы:
Сыпат бышыктоочтор кыймыл- аракеттин сыпатын, болгон мунозун корсотуп кандай? кантип? деген суроолорго жооп берет.

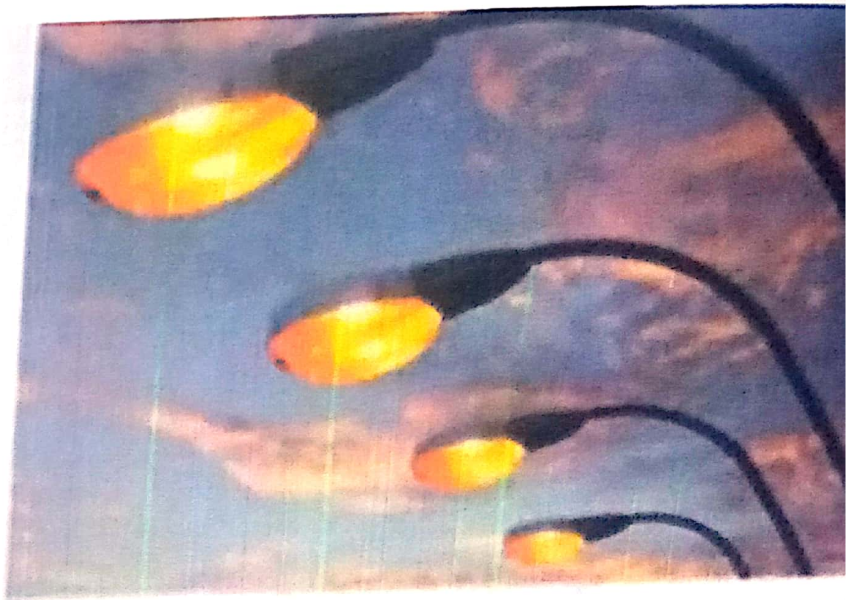
Чоң эне кантип? шашпай насаатын айтып отурду.

Бактагы гүлдөр атыр жыттанат.

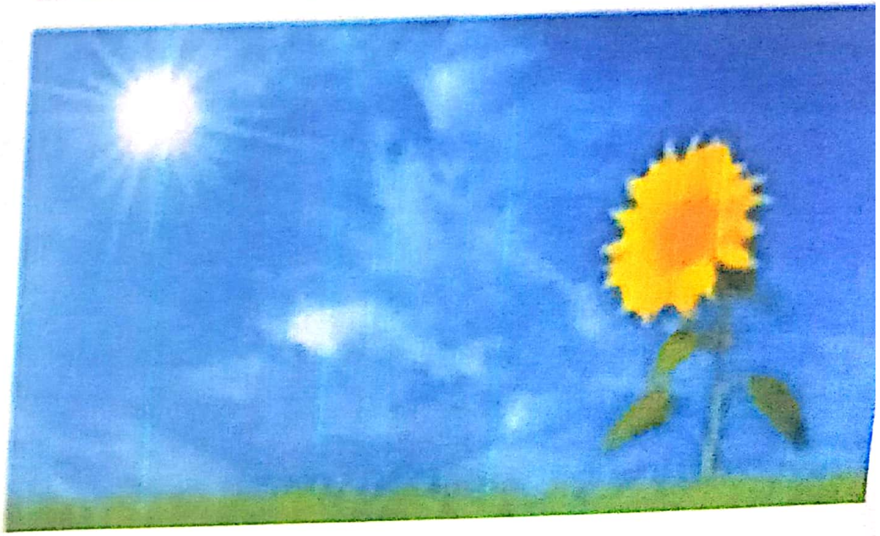
Сканировано с CamScanner



Электр
шамдары
жылдыздай
жаркырады.



Күн
чайыттай
ачылды.



Сканировано с CamScanner

Дептерибизди ачып бугунку числону жазып берилген суйломдорду жазып алгыла

1. Сааттын жебелери бир калыпта айланат.
2. Балалык кезимди элес-булас боолгойм.
3. Кичинемден жетим болуп чонойдум.

- Берилген суйломдордун сыпат бышыктоочторду табабыз.

-Балдар азыр текстке конулубузду бурабыз.

Поль Брегг

Поль Брегг 16 жашында аябай катуу ооруп калып, аны озунун ойлоп тапкан системасы боюнча бир дарыгер сактайт. Поль ошол системага ишенип калат да, дарыгердин системасын оркундотот. Поль Бреггдин саламаттыкты сак алып журуу системасы буткул дуйного маалым. Анын китебинин бири- " Ачкарындыктын арбайы", миллиондогон нуска менен жарык корду.
Ал жылдын 365 кунундо тен ден соолугу чын болуп, 90жаш курагында жаш жигиттей ал-кучтуу, чыйрак жана ийкемдуу болгон. Кун сайын 3-5 чакырымга чуркап, суудa коп сузуп, тоого чыгып, бий бийлеп, спортту да ала жургон. Анын иш куну 12 саатка чейин созулчу, озунун системасында ал тамак-ашты табы менен ичууго баа берген." ачкарындыкты буткон бойду(организм) сакайтууга жана тазартууга жардам берет",- деп айткан.
Адам баласы 120жашка жана андан да узакка жашай алат дегенге Поль Брегг ишенген. Ал озу 1976-жылы 95 жашында каза болгон. Бирок карылыгы жеткенинен эмес, кокустуктан- Флорида денизинде серфте суудa тээп жургондо капысынан толкундун чон серпиндиси жыга коюп кетип каза болот. Белгилуу диетологтун китебинен алынган эрежелерди эсинерге тууп, ишке ашырууга аракеттенгиле.

Сканировано с CamScanner

Жаны создор:

“Ачкарынды арбайт”- чудо голодание.
Ишен-верить
Чыйрак- крепкий, выносливый
Ийкемдуу- способный, действующий
Коро албастык- зависть
Кара озгой- наглость

- Эми балдар ушул текст баарыбызда бар, окуп чыгабыз тушунуп окуйбуз, берилген суроолорго жооп таап окуйбуз.

1. Пол Бреггдин “ ачкарындын арбайы” китебинин жазылышы эмне себеп болгон?
2. Бул китепте эмне жонундо айтылган?
3. Поль Брегг жонундо айтып бергиле.

- Берилген суйломдордун кайсынысы туура, кайсы суйлом ката экендигин айтабыз.

Сканировано с CamScanner

Туураката

1. Поль Брегг 16 жашында озу ойлп тапкан система менен элди айыктырат
2. Поль Бреггтин саламаттыкты сак алып журуу системасы буткул дуйного маалым.
3. Анын китебинин бири " Ачкарындын арбайы"
4. Поль Брегг адам баласы аз жашайт деген.
5. Ал озу 1976 95 жашында каза болгон

Берилген макалдарды окуп аларды чечмелеп берлиге .

1. Дениз сактын омуру узак
   таза жургондун дени сак.
2. Ким эмгекти суйсо
   аны ден соолук суйот.
3. Таза аба жуткун келсе ,эрте тур
   таза омур сургун келсе эмгек кыл.

- Балдар ден соолукта жашаш учун эмне кылышбыз керек? Клас тер тузобуз.

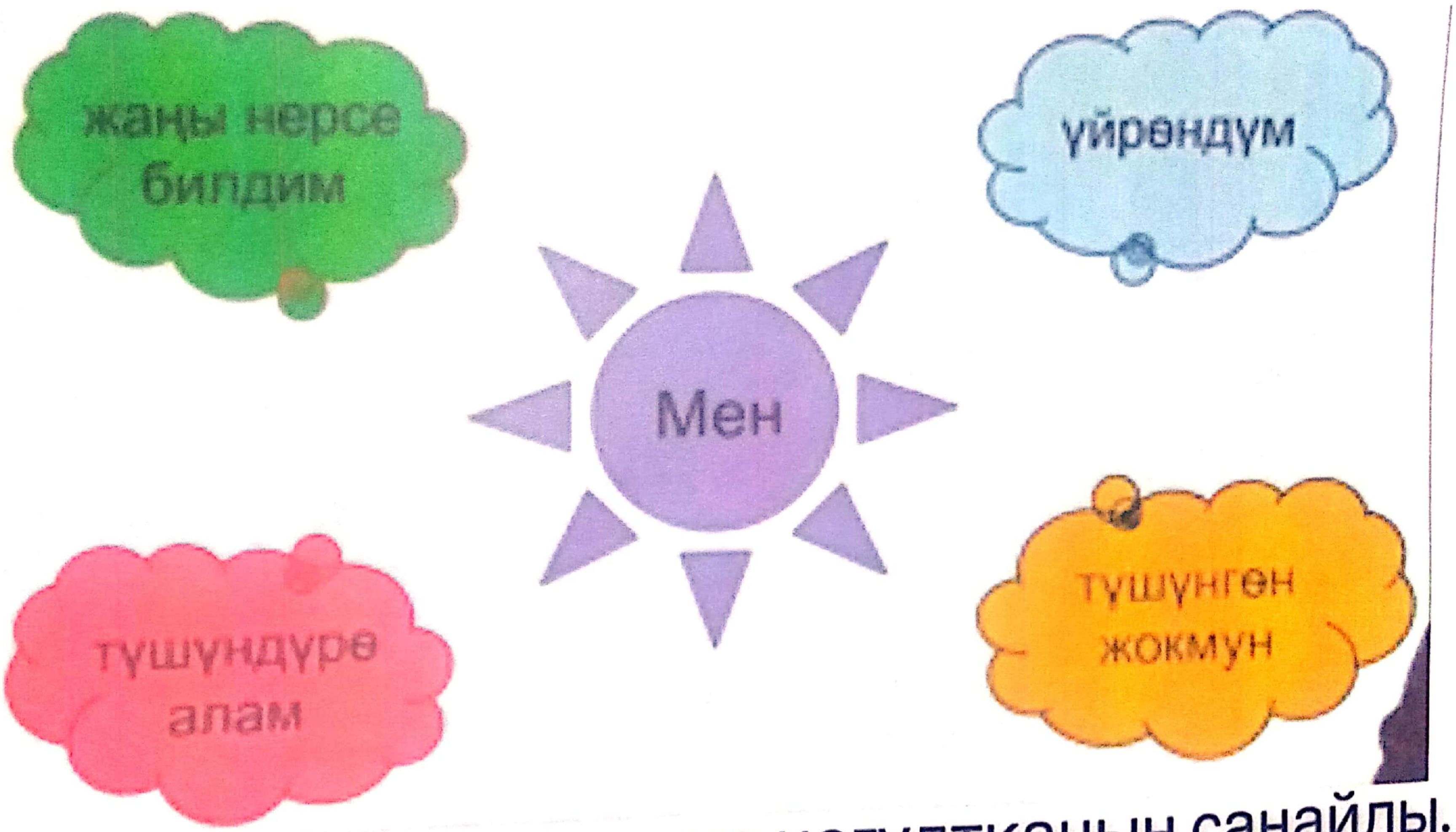
- Эми балдар ой жугуртолу. Создук карта тузолу.

1. Соз таза эмгек баалуу
2. Котормосу
3. Синоним
4. Антоним
5. Суроосу
6. Соз айкаш
7. Сулом

Уй иши:

"Ден соолук жонундо макалдарды жаттап келгиле.

Сканировано с CamScanner



-Эми балдар канча чуко чогултканын санайлы.

Сканировано с CamScanner