

Салауатты өмір салтын насихаттау бойынша жүргізілген жұмыстар

Жыл басында салауатты өмір салтын насихаттауға байланысты жоспар жасалып, жауаптылар бекітілді.

Қыркүйек айында Ключи ауылының негізгі орта мектебінде жеңіл атлетикадан мектепшілік жарыс өтті.



Мақсаты: Жеңіл атлетиканы насихаттау. Оқушылардың шынығу деңгейіне баға беру. Дарынды баларды анықтау.

Жарыс нәтижесі бойынша оқушылардың дайындық деңгейі жақсы. Жарыс үш кезеңнен тұрды. Әр кезеңнен мықтылар анықталды.

9 – сынып оқушыларымен Байтемиров Ұ.М «Салауатты өмір салтын ұстайық» атты тақырыпта сынып сағатын өткізді. Мақсаты: Жасөспірім оқушыларға қоғамға кері әсер ететін зиянды әдеттер туралы толық мағлұматтар бере отырып, олардан бойын аулақтату. Санитарлық-гигиеналық талапқа сай таза жүруге, адамгершілікке және салауатты өмір сүруге тәрбиелеу. Сабақ барысында оқушыларға «**Зиянды заттар**» тақырыбында видеофильм көрсету арқылы сабақты ашты. Оқушыларға темекінің, арақтың, нашаның зияндары жайлы айтып кетті. Сабаққа барлық оқушылар белсене қатысты, Ангелина, Наргиз, Мирас сияқты оқушылар ұтымды сұрақтар қойып, жауабын алды.



Қазан айында 1-4 сыныптың сынып жетекшілері «Бірінші байлық денсаулық» тақырыбында сынып сағатын өткізді.

Мақсаты: Оқушыларға денсаулықтың қадір- қасиеті туралы түсіндіру, салауатты өмір салтын қалыптастыру. Денсаулық туралы өз пікірлерін қалыптастыру.

Сабақ барысында оқушылар сабаққа белсен қатысты. Денсаулықтың құпиялары жайлы айтып кетті. Оқушыларға нақыл сөздер беріп, олардың мағынасын ашу ұсынылды. Сабаққа қорытынды Денсаулықты сақтау мен нығайтудың, темекі шекпеудің, арақ-шарап ішпеудің, есірткі тұтынбаудың, дұрыс тамақтанудың маңызы зор. Денсаулықтың мықты, жанының таза болуы адамның айналасындағы адамдарға қуаныш сыйлап, салауатты өмір салтын ұстануына да байланысты.



Салауатты өмір сүру тек тән саулығына ғана емес, жан саулығына да байланысты. Сондықтан денсаулықтың қадірін қазірден бастап түсініп, өз-өзімізді күтіп ұстап, спортпен көп шұғылдансақ нұр-үстіне нұр болады – деп қорытындылады.

5-сынып оқушыларымен Жанкулова Ж.Т «Физикалық денсаулықты бағалау. Адамның физикалық мүмкіндіктері» атты

тақырыпта тәрбие сағатын өткізді. Мақсаты: оқушыларға адам денсаулығының қымбаттылығын, өмір сүру үшін қажеттілігін, басты байлық екенін ұғындыру.

Қараша айында Бухаева С.С 4-сынып оқушыларымен «Ас адамның арқауы» атты тақырыпта әңгіме сабақ өткізді. Мақсаты: асты қадірлеп, қастерлеуге үйрету түсінік беру. Оқушылардың күзгі табиғаттағы ерекшеліктері туралы астық, көкөніс, жеміс-жидектер туралы білімдерін кеңейту.



7-сынып оқушыларымен Иманбаева Г.О «Темекі – денсаулық дұшпаны» атты тақырыпта әңгіме сабақ өткізді. Мақсаты:

Оқушыларда темекінің зияны туралы түсінік қалыптастыру, салауатты өмір салтын ұстануға тәрбиелеу. Оқушылардың жұппен, топпен жұмыс жасай отырып өз пікірлерін еркін жеткізді, ізденгіштік, салыстыру қабілеттерін дамытты.

Желтоқсан айында Жанқулова Ж.Т салауатты өмір салтын насихаттау мақсатында 8-сынып оқушыларымен «Темекі және оның зияны» атты тақырыпта сынып сағатын өткізді. Мақсаты : оқушыларға никотиннің зияндығын түсіндіру; оқушыларды салауатты өмірге жетелеу; денсаулықты сақтау, улы заттардың адам ағзасын уландырып, тоздыратынын айтып түсіндіру. Сабақта оқушылар жекелей жұмыс атқарды. Оқушыларға темекі жайлы айтып, оның зияны жайлы түсінік берді. Балалар, салауатты өмір сүру үшін, денсаулықты сақтап бұндай зиянды заттардан аулақ болайық – деп сабақты қорытындылады.

Карымсагулова Б.Д 5 -8 сынып оқушыларымен «Дұрыс тамақтану ережесі» атты тақырыпта баяндама оқыды. Мақсаты: Оқушыларға дұрыс тамақтанудың ережесін түсіндіру. Тамақтану тәртібі дегеніміз не жайлы түсінік беру. Өмір салты мен денсаулық арасындағы өзара байланыс салауатты өмір салты ұғымын құрастырады. Салауатты өмір салтын насихаттауда, салауатты өмір сүру мәдениетін қалыптастыру мәселелерін жетілдіретін, осы саладағы басымдылықтарды анықтайтын ғылым да, өскелең ұрпақты оқыту, тәрбиелеу формалары мен жана әдістерді ұстанатын білім де қажет. Мектеп оқушыларының салауатты өмір салтын қалыптастыру туралы алған білімдері болашақ азаматтардың денсаулығын сақтап қалуға берік тірек болады.

ТҰЖО Белялова Г.М

