

**Тақырып:** «Мен дәрумендерді жақсы көремін, мен сау болғым келеді. Көкөністер мен жемістерді пластилиннен модельдеу».

**Мақсаты:** дәрумендердің адам денсаулығына әсері туралы білімдерін кеңейту және бекіту.

**Тапсырмалар:**

тәрбиелік: "Витаминдер" ұғымымен, витаминдер топтарымен таныстыру, олардың қажеттілігі туралы білімдерін бекіту витаминдер адам ағзасында дәрумендер бар пайдалы тағамдар туралы;

**дамытушылық:** зейінін, ойлау қабілетін, қиялын дамыту;

жалпы және ұсақ моториканы дамыту, мүсіндеу тәсілдерін қолдана отырып, дөңгелек және сопақ пішінді таныс заттарды мүсіндеу қабілетін бекіту: домалату, тегістеу, басу;

тәрбиелік: балаларды өз денсаулығын, ұқыптылығын, дербестігін, басқаларға көмектесуге деген ұмтылысын сақтау қажеттілігіне тәрбиелеу.

**Жабдық:** тақырыптық презентация, суреттер көкөністер мен жемістермен; табиғи көкөністер мен жемістер, пластилин, парақтар, стектер, майлықтар, "керемет сөмке".

**Өткізу формасы:** ойын элементтерімен танымдық практикалық іс-әрекет.

### Сабақтың барысы

#### Кіріспе бөлім

**Тәрбиеші:** Сәлеметсіздер ме, қымбатты достар! Бізге бір ертегі кейіпкерінен хат келді. Сіз, әрине, оны жақсы білесіз. Жұмбақты тапқаннан кейін оны өзіңіз атайсыз.

*Ол әлемдегі барлық адамдарға мейірімді,*

*Ол ауру жануарларды емдейді,*

*Және бір күні бегемот*

*Ол батпақтан суырып алды.*

*Ол белгілі, әйгілі,*

*Бұл дәрігер ... (Айболит).*

#### Слайд нөмірі 1

**Тәрбиеші:** (Конвертті ашып, хатты шығарып, балаларға оқиды).

*Сәлеметсіздер ме балалар!*

*Африкада қиыншылық бар!*

*Қолтырауындар, маймылдар, попугаялар мен жейрендер ауырып қалды!*

*Оларға дәрумендер керек!*

*Оларды табуға көмектесіңіз.*

*Маған жемістер жіберуім керек,*

*Жануарларды емдеу үшін*

*Суықтан тезірек құтылыңыз!*

**Тәрбиеші:** Балалар, доктор Айболитке көмектесейік?

#### Негізгі бөлім

**Тәрбиеші:** Балалар, естеріңде ме, доктор Айболит қайда кетті? Дұрыс! Ол Африкаға ауру жануарларды емдеуге кетті!

- Дәрігер Айболит бізден не сұрайды? (Дәрумендер керек деп жазады, жеміс-жидек жіберуін сұрайды).

**Витаминдер дегеніміз не?**

**Витаминдер аудармада "өмір тасымалдаушылары" дегенді білдіреді. Витаминдер – бұл біздің ағзамыздың денсаулығын сақтау үшін қажет заттар.**

- Дәрумендерсіз адам сау бола ала ма?

- Ал витаминдер құрамында не бар? (Әр түрлі өнімдерде).

- Дәрумендердің қандай екенін және олардың қаншалықты маңызды екенін тыңдаңыз. Слайдта осы дәрумендер бар тағамдардың суретін қарастырып, оларды атаңыз.

**Слайд нөмірі2**

**"А" дәрумені** көру үшін өте маңызды, оны "өсу дәрумені" деп атайды. **Балалар:** Сәбіз, қарбыз, қауын, асқабақ, шабдалы, өрік, қызанақ.

**"В" дәрумені** жүрекке көмектеседі жақсы жұмыс жасаңыз, бұл біздің ағзамызға қуат береді.

**Балалар:** Балық, жаңғақ, нан, түрлі жарма, жұмыртқа, ірімшік, ет, сүт өнімдері.

**"С" дәрумені** бүкіл денені нығайтады, суықтан қорғайды. Егер сізде суық тиіп қалса, оның көмегімен тезірек сауығып кетуге болады.

**Балалар:** Алма, қарақат, сарымсақ, итмұрын, болгар бұрышы, апельсин, мандарин, лимон, қырыққабат.

**Витамин «D»** сүйектерімізді нығайтады, адамды мықты, сау етеді.

**Балалар:** Сүт, сүзбе, май, жұмыртқа, балық, балық майы, қызыл және қара уылдырық, бауыр.

- Айболитке витаминдер не үшін қажет деп ойлайсыз? (Ауру жануарларды суықтан емдеңіз).

- Ал қандай дәрумен адамдар мен жануарларға суық тигенде тез жазылуға көмектеседі? ("С" дәрумені).

- Айболитке жануарларды емдеуге көмектесу үшін оны Африкаға жіберуіміз керек пе? (Көкөністер мен жемістер).

- "С" дәрумені бар көкөністер мен жемістер туралы жұмбақтар шешейік.

**Слайд нөмірі3**

*Сары цитрус жемісі*

*Шуақты елдерде ол өсіп келеді.*

*Бірақ оның дәмі ең қышқыл,*

*Ал оның аты ...*

*(лимон)*

*Балалар бұл жемісті біледі,*

*Маймылдар оны жегенді ұнатады.*

*Ол ыстық елдерден келеді,*

*Шырша тропикте өседі.*

*(банан)*

*Бұл сарғыш, жағымды,*

*Дәмді, хош иісті иіс.*

*Дүкенге тез барайық,  
Дөңгелек шырша сатып алайық.*

*(Апельсин)*

*Олардың барлығы бұтақта өседі,  
Ересектер мен балалар жақсы көреді!  
Олардан пирогтар пісіріледі...  
Ал олардың аты кім? ....*

*(Алма)*

*Шам түрінде ол,  
Түсі — сары ай.  
Біз шынымен жегіміз келеді  
Тәтті, үлкен...*

*(Алмұрт)*

*Қандай сықырлау? Қандай дағдарыс?  
Бұл тағзы қандай бұта?  
Қытырлақсыз қалай болуға болады,  
Егер мен болсам ...*

*(орамжапырақ)*

*Қызғылт сары тамыр жер астында отырады,  
Ол дәрумендердің қоймасын өз ішінде сақтайды,  
Балалардың дені сау болуына көмектеседі,  
Бұл қандай көкөніс, айта аласыз ба?*

*(Сәбіз)*

*Он киімде ол тығыз киінген,  
Бізге түскі асқа жиі келеді.  
Бірақ сіз оны тек үстелге шақырасыз,  
Көз жасыңның қалай төгілгенін өзің байқамайсың.*

*(Пияз)*

*Ол жерде өседі,  
Ол қыста жиналады.  
Басы пиязға ұқсайды.  
Шайнасаң болғаны  
Тіпті кішкене тілім,  
Оның иісі өте ұзақ болады.*

*(Сарымсақ)*

*Тәрбиеші: Ал енді сіз оны байқап көресіз бұл қапшықта қандай көкөністер жатқанын біліп алыңыз.*

**"Ғажайып дорба" ойыны**

*Балалар көкөністерді жанасу арқылы анықтайды, оларды атайды және қысқаша сипаттама береді.*

*Тәрбиеші: Жарайсындар! Барлық көкөністер жанасу арқылы дұрыс анықталды. Ал енді жемістер мен көкөністердің дәмін анықтауға тырысайық.*

**"Дәмін тап" ойыны**

*Балаларға көздерін жұмып, кесектерге кесілген жемістер мен көкөністердің дәмін анықтауға шақырылады.*

**Тәрбиеші:** Жарайсындар! Бірақ бізге демалу керек.

### Дене шынықтыру минуты "Көкөністер"

Бақшаға барайық,

(қадамдар орнында)

Біз егін жинаймыз.

Біз сәбіз сүйрейміз ("сүйреу")

Ал біз картоп жинаймыз. ("Қазу").

Біз қырыққабаттың басын кесеміз, ("кесілген")

Дөңгелек, шырынды, өте дәмді, (қолдар шеңберін үш рет көрсетіңіз)

Қымыздықты аздап алайық ("жыртылған")

Ал жол бойымен оралайық (қадамдар орнында).

**Тәрбиеші:** Сіздің ойыңызша, дұрыс тамақтану деген нені білдіреді?

**Балалар:** Құрамында дәрумендер бар пайдалы тағамдарды жеу.

**Тәрбиеші:** Сізге қандай тағамдар ұнайды? Олар неден дайындалады? Неліктен адамға тамақтану керек? **Слайд нөмірі 4**

**Балалар:** Себебі өнімдерде біздің денсаулығымызға және сұлулығымызға көмектесетін көптеген дәрумендер мен минералдар бар.

- Көптеген көкөністер мен жемістерде қандай дәрумен бар? (Балалар өз болжамдарын айтады).

- Ал "С" дәрумені неге көмектеседі?

**Балалар:** Суықтан.

**Тәрбиеші:** Дұрыс. Сонымен, доктор Айболит бізге жануарлардың салқыны туралы жазады. Сонымен, науқастарға қалай көмектесеміз? Ауру жануарларға не жіберу керек?

**Балалар:** Жемістер мен көкөністер.

**Тәрбиеші:** Мен жануарларға жемістер мен көкөністерді пластилиннен жасауды ұсынамын. Жұмысқа кірісейік. Балалар үстел басында отырады.

### Тәжірибе. Көкөністер мен жемістерді пластилиннен модельдеу.

**Тәрбиеші:** Ал бұрын бастау жұмысқа пластилинмен жұмыс істеу кезінде қауіпсіздік шараларын қайталайық: **Слайд нөмірі 5**

- Пластилин тақтада жатуы керек, ал оны қолыңызға жайып тастауыңыз керек.

- Сіз пластилинді аузыңызға ала алмайсыз.

- Лас қолды киімге сүртуге болмайды, ол үшін майлық бар. Жұмыстан кейін қолды сабынмен жуыңыз.

- Стекті әр түрлі бағытта сермеуге болмайды

**Тәрбиеші:** Бірақ табысты жұмыс істеу үшін саусақтарымызды жылытып, илеуіміз керек.

### Саусақ гимнастикасы "Қырыққабат"

Біз қырыққабатты тураймыз, тураймыз, (балта сияқты қолмен сыпыру қимылдары)

Біз қырыққабатты ұсақтаймыз, ("қырыққабатты ұсақтаңыз")

Біз қырыққабатты тұздаймыз-тұздаймыз, ("бір шымшым тұз алып, "тұздаңыз")

Біз қырыққабатты басамыз, басамыз. (қолды бұғу және созу) **Тәрбиеші:** Көкөністер мен жемістер, табиғи көкөністер мен жемістер салынған суреттерді қарап шығыңыз, мүсіндегіңіз келетін нәрсені өзіңіз таңдаңыз. Жұмысқа кірісейік.

1) Пластилиннің бір бөлігін алыңыз, оны икемді болатындай етіп қолыңызға қысыңыз.

2) Біз кесіндіге жоспарланған заттың пішінін бере бастаймыз.

4) Біз жеке бөлшектерді бекітеміз (бұтақтар, сабақтар, жапырақтар)

**Тәрбиешінің басшылығымен балалар жемістер мен көкөністерді мүсіндейді.**

**Тәрбиеші:** Жарайсыңдар, әдемі жемістер мен көкөністер жасалды. Енді жемістерді бір табаққа, ал көкөністерді екінші табаққа салыңыз. Міне, біз осылай әдемі болып шықтық! Ал біз көкөністер мен жемістерді кімге мүсіндедік?

- Балалар, бірақ жемістерімізді бізге қалай жіберуге болады? (Сәлемдеме бойынша).

- Байқап көрейік?

**Балалар:** Жүр!

**Тәрбиеші:** Жібереміз!

### **Ашық ойын "Ұшады, саяхаттайды, жүзеді"**

Балалар бірінен соң бірі шеңберге тұрады. Тәрбиешінің бұйрығын мұқият тыңдаңыз.

Бұйрық бойынша "Сәлемдеме келе жатыр", балалар шеңбер бойымен жүріп, қолдары мен дыбыстарының көмегімен пойызды бейнелейді.

Командаға: "Сәлемдеме ұшады", ұшақтың қанаттарын қолдарымен бейнелейтін балалар жеңіл жүгіруге көшеді.

Дыбыс шыққан кезде: "Сәлемдеме жүзіп жүр", балалар қолдарымен толқындарды бейнелеп шеңбер бойымен жүреді.

### **Қорытынды бөлім**

**Тәрбиеші:** Сіздер қандай кереметсіздер! Айболит Африкадағы барлық ауру жануарларды емдей алатындай дәрумендер көп болды.

- Балалар, біз бүгін қандай жаңалықтар білдік?

- Витаминдердің қандай атауларын білесіз? (A, B, C, D).

- Бұл дәрумендер не үшін қажет?

- Біз оларды не арқылы аламыз?

- Жарайсыңдар! Сіз бәрін керемет есте сақтадыңыз!

- Балалар, бүгін біз көкөністер мен жемістерде дені сау, мықты және әдемі болу үшін өте қажет дәрумендер бар екенін білдік.

- Сізге біздің сабақ ұнады ма? (Балалардың жауаптары).

Біз барлық құпияларды аштық,

Денсаулықты қалай сақтауға болады,

Барлық кеңестерді орындаңыз,

Сізге өмір сүру оңай болады!

- Әрқашан сау болу үшін дұрыс тамақтану керек. Енді осы сөздерді айтып, өмір бойы есте сақтайық.

**Біз мәңгі есімізде, денсаулығымыз үшін дәруменді тағам қажет.**

**Тақырып:** «Мен дәрумендерді жақсы көремін, мен сау болғым келеді. Көкөністер мен жемістерді пластилиннен модельдеу».

**Мақсаты:** дәрумендердің адам денсаулығына әсері туралы білімдерін кеңейту және бекіту.

**Тапсырмалар:**

тәрбиелік: "Витаминдер" ұғымымен, витаминдер топтарымен таныстыру, олардың қажеттілігі туралы білімдерін бекіту витаминдер адам ағзасында дәрумендер бар пайдалы тағамдар туралы;

**дамытушылық:** зейінін, ойлау қабілетін, қиялын дамыту;

жалпы және ұсақ моториканы дамыту, мүсіндеу тәсілдерін қолдана отырып, дөңгелек және сопақ пішінді таныс заттарды мүсіндеу қабілетін бекіту: домалату, тегістеу, басу;

тәрбиелік: балаларды өз денсаулығын, ұқыптылығын, дербестігін, басқаларға көмектесуге деген ұмтылысын сақтау қажеттілігіне тәрбиелеу.

**Жабдық:** тақырыптық презентация, суреттер көкөністер мен жемістермен; табиғи көкөністер мен жемістер, пластилин, парақтар, стектер, майлықтар, "керемет сөмке".

**Өткізу формасы:** ойын элементтерімен танымдық практикалық іс-әрекет.

### **Сабақтың барысы**

**Кіріспе бөлім**

**Тәрбиеші:** Сәлеметсіздер ме, қымбатты достар! Бізге бір ертегі кейіпкерінен хат келді. Сіз, әрине, оны жақсы білесіз. Жұмбақты тапқаннан кейін оны өзіңіз атайсыз.

*Ол әлемдегі барлық адамдарға мейірімді,*

*Ол ауру жануарларды емдейді,*

*Және бір күні бегемот*

*Ол батпақтан суырып алды.*

*Ол белгілі, әйгілі,*

*Бұл дәрігер ... (Айболит).*

**Слайд нөмірі 1**

**Тәрбиеші:** (Конвертті ашып, хатты шығарып, балаларға оқиды).

*Сәлеметсіздер ме балалар!*

*Африкада қиыншылық бар!*

*Қолтырауындар, маймылдар, попугаялар мен жейрендер ауырып қалды!*

*Оларға дәрумендер керек!*

*Оларды табуға көмектесіңіз.*

*Маған жемістер жіберуім керек,*

*Жануарларды емдеу үшін*

*Суықтан тезірек құтылыңыз!*

**Тәрбиеші:** Балалар, доктор Айболитке көмектесейік?

**Негізгі бөлім**

**Тәрбиеші:** Балалар, естерінде ме, доктор Айболит қайда кетті? Дұрыс! Ол Африкаға ауру жануарларды емдеуге кетті!

- Дәрігер Айболит бізден не сұрайды? (Дәрумендер керек деп жазады, жеміс-жидек жіберуін сұрайды).

**Витаминдер дегеніміз не?**

**Витаминдер** аудармада "өмір тасымалдаушылары" дегенді білдіреді. **Витаминдер** – бұл біздің ағзамыздың денсаулығын сақтау үшін қажет заттар.

- Дәрумендерсіз адам сау бола ала ма?

- Ал витаминдер құрамында не бар? (Әр түрлі өнімдерде).

- Дәрумендердің қандай екенін және олардың қаншалықты маңызды екенін тыңдаңыз. Слайдта осы дәрумендер бар тағамдардың суретін қарастырып, оларды атаңыз.

**Слайд нөмірі2**

"А" дәрумені көру үшін өте маңызды, оны "өсу дәрумені" деп атайды. **Балалар:** Сәбіз, қарбыз, қауын, асқабақ, шабдалы, өрік, қызанақ.

"В" дәрумені жүрекке көмектеседі жақсы жұмыс жасаңыз, бұл біздің ағзамызға қуат береді.

**Балалар:** Балық, жаңғақ, нан, түрлі жарма, жұмыртқа, ірімшік, ет, сүт өнімдері.

"С" дәрумені бүкіл денені нығайтады, суықтан қорғайды. Егер сізде суық тиіп қалса, оның көмегімен тезірек сауығып кетуге болады.

**Балалар:** Алма, қарақат, сарымсақ, итмұрын, болгар бұрышы, апельсин, мандарин, лимон, қырыққабат.

**Витамин «D»** сүйектерімізді нығайтады, адамды мықты, сау етеді.

**Балалар:** Сүт, сүзбе, май, жұмыртқа, балық, балық майы, қызыл және қара уылдырық, бауыр.

- Айболитке витаминдер не үшін қажет деп ойлайсыз? (Ауру жануарларды суықтан емдеңіз).

- Ал қандай дәрумен адамдар мен жануарларға суық тигенде тез жазылуға көмектеседі? ("С" дәрумені).

- Айболитке жануарларды емдеуге көмектесу үшін оны Африкаға жіберуіміз керек пе? (Көкөністер мен жемістер).

- "С" дәрумені бар көкөністер мен жемістер туралы жұмбақтар шешейік.

**Слайд нөмірі3**

*Сары цитрус жемісі*

*Шуақты елдерде ол өсіп келеді.*

*Бірақ оның дәмі ең қышқыл,*

*Ал оның аты ....*

*(лимон)*

*Балалар бұл жемісті біледі,*

*Маймылдар оны жегенді ұнатады.*

*Ол ыстық елдерден келеді,*

*Шырша тропикте өседі.*

*(банан)*

*Бұл сарғыш, жағымды,  
Дәмді, хош иісті иіс.  
Дүкенге тез барайық,  
Дөңгелек шырша сатып алайық.*

*(апельсин)*

*Олардың барлығы бұтақта өседі,  
Ересектер мен балалар жақсы көреді!  
Олардан пирогтар пісіріледі...  
Ал олардың аты кім? ....*

*(Алма)*

*Шам түрінде ол,  
Түсі — сары ай.  
Біз шынымен жегіміз келеді  
Тәтті, үлкен...*

*(Алмұрт)*

*Қандай сықырлау? Қандай дағдарыс?  
Бұл тағзы қандай бұта?  
Қытырлақсыз қалай болуға болады,  
Егер мен болсам ...*

*(орамжапырақ )*

*Қызғылт сары тамыр жер астында отырады,  
Ол дәрумендердің қоймасын өз ішінде сақтайды,  
Балалардың дені сау болуына көмектеседі,  
Бұл қандай көкөніс, айта аласыз ба?*

*(Сәбіз)*

*Он киімде ол тығыз киінген,  
Бізге түскі асқа жиі келеді.  
Бірақ сіз оны тек үстелге шақырасыз,  
Көз жасыңның қалай төгілгенін өзің байқамайсың.*

*(Пияз)*

*Ол жерде өседі,  
Ол қыста жиналады.  
Басы пиязға ұқсайды.  
Шайнасаң болғаны  
Тіпті кішкене тілім,  
Оның иісі өте ұзақ болады.*

*(Сарымсақ)*

**Тәрбиеші:** Ал енді сіз оны байқап көресіз бұл қапшықта қандай көкөністер жатқанын біліп алыңыз.

**"Ғажайып дорба" ойыны**

*Балалар көкөністерді жанасу арқылы анықтайды, оларды атайды және қысқаша сипаттама береді.*

**Тәрбиеші:** Жарайсыңдар! Барлық көкөністер жанасу арқылы дұрыс анықталды. Ал енді жемістер мен көкөністердің дәмін анықтауға тырысайық.

**"Дәмін тап" ойыны**

*Балаларға көздерін жұмып, кесектерге кесілген жемістер мен көкөністердің дәмін анықтауға шақырылады.*

**Тәрбиеші:** Жарайсындар! Бірақ бізге демалу керек.

**Дене шынықтыру минуты "Көкөністер"**

Бақшаға барайық,

*(қадамдар орнында)*

Біз егін жинаймыз.

Біз сәбіз сүйрейміз ("сүйреу")

Ал біз картоп жинаймыз. ("Қазу").

Біз қырыққабаттың басын кесеміз, ("кесілген")

Дөңгелек, шырынды, өте дәмді, *(қолдар шеңберін үш рет көрсетіңіз)*

Қымыздықты аздап алайық *("жыртылған")*

Ал жол бойымен оралайық *(қадамдар орнында)*.

**Тәрбиеші:** Сіздің ойыңызша, дұрыс тамақтану деген нені білдіреді?

**Балалар:** Құрамында дәрумендер бар пайдалы тағамдарды жеу.

**Тәрбиеші:** Сізге қандай тағамдар ұнайды? Олар неден дайындалады? Неліктен адамға тамақтану керек? **Слайд нөмірі 4**

**Балалар:** Себебі өнімдерде біздің денсаулығымызға және сұлулығымызға көмектесетін көптеген дәрумендер мен минералдар бар.

- Көптеген көкөністер мен жемістерде қандай дәрумен бар? *(Балалар өз болжамдарын айтады).*

- Ал "С" дәрумені неге көмектеседі?

**Балалар:** Суықтан.

**Тәрбиеші:** Дұрыс. Сонымен, доктор Айболит бізге жануарлардың салқыны туралы жазады. Сонымен, науқастарға қалай көмектесеміз? Ауру жануарларға не жіберу керек?

**Балалар:** Жемістер мен көкөністер.

**Тәрбиеші:** Мен жануарларға жемістер мен көкөністерді пластилиннен жасауды ұсынамын. Жұмысқа кірісейік. Балалар үстел басында отырады.

**Тәжірибе. Көкөністер мен жемістерді пластилиннен модельдеу.**

**Тәрбиеші:** Ал бұрын бастау жұмысқа пластилинмен жұмыс істеу кезінде қауіпсіздік шараларын қайталайық: **Слайд нөмірі 5**

- Пластилин тақтада жатуы керек, ал оны қолыңызға жайып тастауыңыз керек.

- Сіз пластилинді аузыңызға ала алмайсыз.

- Лас қолды киімге сүртуге болмайды, ол үшін майлық бар. Жұмыстан кейін қолды сабынмен жуыңыз.

- Стекті әр түрлі бағытта сермеуге болмайды

**Тәрбиеші:** Бірақ табысты жұмыс істеу үшін саусақтарымызды жылытып, илеуіміз керек.

**Саусақ гимнастикасы "Қырыққабат"**

Біз қырыққабатты тураймыз, тураймыз, *(балта сияқты қолмен сытыру қимылдары)*

Біз қырыққабатты ұсақтаймыз, *("қырыққабатты ұсақтаңыз")*

Біз қырыққабатты тұздаймыз-тұздаймыз, ("бір шымшым тұз алып, "тұздаңыз")

Біз қырыққабатты басамыз, басамыз. (қолды бұғу және созу) **Тәрбиеші:** Көкөністер мен жемістер, табиғи көкөністер мен жемістер салынған суреттерді қарап шығыңыз, мүсіндегіңіз келетін нәрсені өзіңіз таңдаңыз. Жұмысқа кірісейік.

1) Пластилиннің бір бөлігін алыңыз, оны икемді болатындай етіп қолыңызға қысыңыз.

2) Біз кесіндіге жоспарланған заттың пішінін бере бастаймыз.

4) Біз жеке бөлшектерді бекітеміз (бұтақтар, сабақтар, жапырақтар)

**Тәрбиешінің басшылығымен балалар жемістер мен көкөністерді мүсіндейді.**

**Тәрбиеші:** Жарайсыңдар, әдемі жемістер мен көкөністер жасалды. Енді жемістерді бір табаққа, ал көкөністерді екінші табаққа салыңыз. Міне, біз осылай әдемі болып шықтық! Ал біз көкөністер мен жемістерді кімге мүсіндедік?

- Балалар, бірақ жемістерімізді бізге қалай жіберуге болады? (Сәлемдеме бойынша).

- Байқап көрейік?

**Балалар:** Жүр!

**Тәрбиеші:** Жібереміз!

### **Ашық ойын "Ұшады, саяхаттайды, жүзеді"**

Балалар бірінен соң бірі шеңберге тұрады. Тәрбиешінің бұйрығын мұқият тыңдаңыз.

Бұйрық бойынша "Сәлемдеме келе жатыр", балалар шеңбер бойымен жүріп, қолдары мен дыбыстарының көмегімен пойызды бейнелейді.

Командаға: "Сәлемдеме ұшады", ұшақтың канаттарын қолдарымен бейнелейтін балалар жеңіл жүгіруге көшеді.

Дыбыс шыққан кезде: "Сәлемдеме жүзіп жүр", балалар қолдарымен толқындарды бейнелеп шеңбер бойымен жүреді.

### **Қорытынды бөлім**

**Тәрбиеші:** Сіздер қандай кереметсіздер! Айболит Африкадағы барлық ауру жануарларды емдей алатындай дәрумендер көп болды.

- Балалар, біз бүгін қандай жаңалықтар білдік?

- Витаминдердің қандай атауларын білесіз? (A, B, C, D).

- Бұл дәрумендер не үшін қажет?

- Біз оларды не арқылы аламыз?

- Жарайсыңдар! Сіз бәрін керемет есте сақтадыңыз!

- Балалар, бүгін біз көкөністер мен жемістерде дені сау, мықты және әдемі болу үшін өте қажет дәрумендер бар екенін білдік.

- Сізге біздің сабақ ұнады ма? (Балалардың жауаптары).

Біз барлық құпияларды аштық,

Денсаулықты қалай сақтауға болады,

Барлық кеңестерді орындаңыз,

Сізге өмір сүру оңай болады!

- Әрқашан сау болу үшін дұрыс тамақтану керек. Енді осы сөздерді айтып, өмір бойы есте сақтайық.

**Біз мәңгі есімізде, денсаулығымыз үшін дәруменді тағам қажет.**

Қарағанды облысы білім басқармасының Теміртау қаласы білім бөлімінің «Гүлдер» бөбекжайы коммуналдық мемлекеттік қазыналық кәсіпорыны

### **Ұйымдастырылған іс-әрекеті**

**Тақырыбы:** «Мен дәрумендерді жақсы көремін және сау өсемін» суреттері, жемістер мен көкөністерді сұрыптау, көкөністер мен жемістерді мүсіндеу.

Теміртау қаласы-2025 ж