

Д.Серікбаев атындағы ШҚТУ Жоғары ІТ-колледжі

Тәрбие сағаты

Тақырыбы: Коронавирустан сақтану жолдары

Куратор :Солтанбекова Ш.О.

2020-2021 оқу жылы

Коронавирустан сақтану жолдары

Мақсаты:

1. Денсаулықтың адам өмір сүруі үшін аса қажеттілігін, оны сақтай білудің адам өміріндегі маңызы, микробтардың ағза қауіптілігін, кір қолдың қандай ауруларға ұшырататынын, жұқпалы аурулардан, коронавирустан сақтану жолдарын түсіндіру.
2. Оқушыларды білімділікке, салауаттылыққа өмір сүруге баулу. Оқушылардың өз ойларын айта білуі, өздері ой - түйін жасай білу дағдыларын дамыту.
3. Денесін шыңдауда шымыр да шапсаң ұқыпты да жинақы, ортаны таза ұстап аялауға, өз денсаулығын күте білуге, еңбекқорлыққа тәрбиелеу.

Сабақтың көрнекілігі: слайдтар, суреттер, нақыл сөздер, мақал - мәтелдер, тыйым сөздер.

Сабақтың барысы:

Жоспары

Адам денсаулығы – қоғам байлығы. Әрбір адам өз денсаулығының мықты болу жолдарын қарастыру керек. Дені сау адамның көңіл - күйі көтеріңкі болып, еңбекке әрқашан құлшына кіріседі. Халқымыз «Дені саудың – жаны сау» деп орынды айтқан. Отанымыздың келешегі, көркеюі, балалар, сендердің қолдарыңда. Қызыл гүлдің ішінен бір ақ гүл көрсең көзің соған түседі. Біздің де өмірімізді жарық қылатын, жан — жағымызға тамаша сәулесін шашатын, өмірдегі басты байлық не деп ойласыңдар?

Оқушылар: Денсаулық - Денсаулық – зор байлық. Денсаулық болса, бәрі де болады. Дені сау адамның көңілі шат, өмірі бақытты. Ал енді балалар сендерге әлемде болып жатқан жұқпалы ауру, яғни короновирус туралы айта кетейін. Әлемде кәдімгі тұмаудан жылына әлдеқайда көп адам қайтыс болады. Алайда, емі болмағандықтан, жаңа инфекция одан да қауіпті болуы мүмкін. Коронавирус -бұл жануарлар арасында да, адамдар арасында да таралған вирустардың үлкен тобы.

Коронавирустың берілу жолы қандай?

Коронавирус адамнан адамға ауа-тамшы жолымен (жөтелу, түшкіру, әңгіме кезінде) берілуі мүмкін, сондай-ақ жұқтыру тұрмыстық заттар арқылы және жұқтырылған тамақ, су арқылы болуы мүмкін. Сондықтан, балалар, түшкіргенде бет-орамалмен аузымызды жабуымыз керек және де беті-қолымызды сағат сайын, тамақ ішер алдында жуып отыруымыз керек. Себебі, Денсаулықтың досы – тазалық. Ол үшін біз жеке бас гигиенамызды таза ұстауымыз керек.

- Балалар, бүгін біздің сабағымызға ерекше бір қонақ қатысқалы отыр.

Ол тазалықты өте жақсы көреді, және тазалық заттары оның достары. Оны кім деп ойлайсыңдар?

- Кірқоймас.

- Балалар, бүгін біздің тазалық туралы «Тазалық – денсаулық кепілі» тақырыбында тәрбие сағатымыз болатынын біліп, арнайы келіп отыр.

Тазалықтың денсаулыққа қаншалықты пайдасы бар екендігін білетініміз туралы көрсетейік, ал ендеше.

Сұрақ - жауап әдісі.

- Балалар, сендер қалай ойлайсыңдар, адамның дені сау болу үшін қандай шарттар орындау қажет?

- Денесін, беті - қолын, киімін әрдайым таза ұстау керек.

- Жаттығу жасап, спортпен айналысу керек.

- Дәрумені мол тағамдарды, жемістермен көкөністерді жеу керек.

Ендеше балалар, бүгінгі тақырыбымыз «Тазалық – денсаулық кепілі» жайында не білеміз?

Оқушылар диалогы.

1. Неліктен жеміс - жидектерді жердің алдында ата - аналарың мен үлкендер «жуып же» дейді?

2. Сенің ойынша, тамақ ішерден бұрын қолды жуу шарт па?

Бұл әдет туралы ақын С. Қалиев

Микробтар қаскүнем,

Көрмесем де білемін.

Ішер кезде асты мен,

Қолды жуып жүремін,- деген екен. Сен де солай істейсің бе?

1. Ерте де қазақ жерінде қонақ келгенде құманға су құйып, кішкентай жез легенмен келіп, қолға су құйған. Сонда үлкен кісілер бұл үйдің баласына батасын берген. Мәселен, «Ғұмыр жасың ұзақ болсың, балам!» — деп айтқан.

2. «Тазалық – денсаулық негізі,
Денсаулық – байлық негізі», - дейді халқымыз. Бұл нақыл сөзді бекер айтпаған.

Сабақты қорытындылау: Сұрақ – жауап арқылы