Дьарык аата: "Чөл Олох – доруобуйа төрдө"

Дьарыгы оскуола үс сүһүөх үөрэнээччилэригэр ыытыахха сөп.

Дьарык аата: "Чөл олох доруобуйа төрдө"

Сыала: Оҕолорго чөл олох туһунан билиини хаҥатыы, олоххо туттуллар сатабыллары сайыннарыы, бөлөҕүнэн үлэлииргэ үөрэтии

Соруктара:

1) Чөл олох сүрүн ирдэбиллэрин (аһылык, эрчиллии, утуйар уу, уйулҕа туруга) быһаарыы.

2) Араас иһитиннэрииттэн сөптөөх билиини булан туһанар дьоҕуру сайыннарыы (ааҕыы, ырыҥалааһын).

3) Практическай соруктары толорон, билиини олоххо киллэрии.

4) Айар, толкуйдуур, кэпсиир сатабыллары сайыннарыы.

Дьарык тэриллэрэ: дуоска, маркердар, кумааҕылар. Аһылык туһунан карточкалар (овощи, фрукты, злактар, эт, балык, үрүҥ ас уо.д.а.).Спортка сыһыаннаах уруһуйдар/карточкалар. Компьютер эбэтэр телефон (информацияны көрдүүргэ). Бөлөхтөрү оҥорорго бэлиэлэр (холобур, араас дьүһүннээх фишкалар), мээчик

.Дьарык хаамыыта:

1. Киирии тыл. Сыал-сорук (5 мүнүүтэ).

Учуутал: "Дорооболоруҥ, оҕолоор! Бүгүн биһиги дьарыкпыт олоххо олус туһалаах уонна интэриэһинэй тиэмэҕэ ананыаҕа – функциональнай грамотность. Функциональнай грамотность диэн тугуй? Киһи олоххо тугу эмэ оҥороругар, таба быһаарарыгар наадалаах билиини-көрүүнү, сатабылы туһанар дьоҕура буолар. Бүгүн биһиги чөл олоххо анаммыт функциональнай грамотностьпытын сайыннарыахпыт. Ол аата, чөл олох туһунан араас информацияны ырыҥалыыр, сөптөөх быһаарыыны ылынар уонна олоххо киллэрэр үөрэххэ үөрэниэхпит. Дьарыкпыт аата – "Чөл Олох –доруобуйа төрдө"!".

Бөлөхтөргө араарыы (4-5 оҕолоох 3-4 бөлөх).

1. Төрүт өйдөбүлү быһаарыы (10 мүнүүтэ)• "Ассоциациялар" оонньуута: "Чөл олох" диэн тылга ханнык тыллар өйгүтүгэр киирэллэрий? (Хас биирдии бөлөх бэйэтин этиитин суруйар, презентациялыыр).

Сүбэлэһии: Учуутал чөл олох сүрүн элеменнэрин сааһылыыр:

Аһылык (правильное питание)

Эрчиллии (физическая активность)

Утуйар уу (сон)

Уйулҕа туруга (психическое здоровье, стресс салайыыта)

III. Бөлөҕүнэн практическай дьарыктар (20 мүнүүтэ)

1) "Чөл Аһылык " Сорук: Хас биирдии бөлөх биир күннээҕи чөл аһылык былаанын оҥорор (сарсыардааҥҥы аһылык, күнүскү, киэһээҥҥи).Карточкалартан (овощи, фрукты, злактар, эт, балык, үрүҥ ас уо.д.а.) сөптөөх астары талыахтаахтар. Фастфуд, минньигэс астары талыа суохтаахтар. Кылгастык быһаарыы: тоҕо бу астары талбыттарын, кинилэр туһаларын.• Функциональнай грамотность элеменнэрэ: ааҕыы, ырыҥалааһын, быһаарыыны ылыныы, суруйуу, айар толкуй.

2) "Эрчиллиибит күүһэ." Сорук: Хас биирдии бөлөх 3-5 эрчиллииттэн турар кылгас тренировка былаанын оҥорор. Бу эрчиллиилэр киһи этигэр-сиинигэр туох туһалаахтарын кылгастык кэпсиэхтээхтэр. Спортка сыһыаннаах уруһуйдары эбэтэр былчыҥ ааттарын (Сахалыы былчыҥнар ааттара: Бицепс – Окумал икки үөстээх былчыҥа, Пресс - Тараһа уо.д.а.) туһаныахтарын сөп. Функциональнай грамотность элеменнэрэ: ааҕыы, сахалыы терминологияны туһаныы, айар толкуй, хамсаныы, бөлөҕүнэн үлэ.

3) "Чөл Олох Сүбэтэ" .Сорук: Учуутал бөлөхтөргө биирдии ыйытыыны биэрэр (холобур: "Туох наада доруобуйа үчүгэй буоларыгар?", "Стреһы хайдах салайыахха сөбүй?", "Сахалыы чөл олох үгэстэрэ туохханый?").Оҕолор кылгас кэмҥэ (5 мүнүүтэ) интернеттэн эбэтэр бэлэм информацияттан эппиэти булан, кылгастык кэпсииллэр.

Рефлексия.