**Тақырыбы:** **«**Дәрумендер әлемі**»**  
**Мақсаты:**Балаларға дәрумендер және оның денсаулыққа тигізетін пайдасы жайында түсінік беру, логикалық ой — өрісін тілін дамыту, сөздік қорын молайту.  Баланың шығармашылық қабілетін  арттыру. Жемістер мен көкөністердің пайдасын білуге, түстері мен пішіндерін  ажыратуға  тазалыққа баулу.  
**Көрнекілігі:**көкөністер, жемістердің суреттері, теледидар.  
**Әдіс — тәсілдері:**Әңгімелесу, түсіндіру. Дәрумендер әлеміне саяхат жасау. Жұмбақтар, мақал-мәтелдер.

**Шаттық шеңбері.**

Шуағын шашады,  
Күн шықса жиектен.  
Жылу алып нұрынан  
Денсаулықты түлеткем,  
Денсаулық — ол күлуің,  
Көңіл — күйің жадырай,  
Денсаулық — ол жүруің,  
Ешбір жерің ауырмай.

**-** Балалар, осы жақсы көңіл-күймен бүгінгі оқу  қызметімізді бастаймыз.

**Жұмбақ**Бұлттар төніп, жерге төгіліп,  
Дымқыл тұман басады.  
Шөп сарғайып, өңі тайып,  
Дала нұры қашады.  
Бой жазалмай, ойнай алмай,  
Денең мұздап тоңады.  
Бөбектерім айтыңдаршы  
Бұл қай кезде болады?

Балалар қазір қандай мезгіл ?

Күз мезгілі неше айдан тұрады ?

Күз  айларының аттарын  атаңдаршы ?

Күзде табиғат ерекше күйге бөленеді. Күн салқындайды, жаңбыр жауады, жел соғады, жапырақтар сары, қоңыр түске енеді. Күз айында көкөністермен жемістер піседі.

Күз мезгілінде дәрумендер көп болады.

Бүгінгі оқу қызметіміздің тақырыбы  «Дәрумендер әлемі» деп аталады.

Бүгінгі  оқу қызметімізде дәрумендердің денсаулығымызға  пайда келтіретінін  білетін боламыз.

Дәруменнің орысша атауы – **витамин.**  .  
Біздің күнделікті тағамдарымыздың ішінде әртүрлі дәрумендер бар.

Дәрумендер  дегеніміз не?

Осы сұраққа жауап алу үшін дәрумендер әлеміне саяхатқа шығамыз ба?  
Кәне барлығымыз автобусқа отырайық.

Балалар қақпадан өту үшін біз тапсырмалар орындауымыз керек.

Балалар айтыңдаршы қақпада не бейнеленген?

1 тапсырма**:**   Жемістер нешеу екен?

2 –тапсырма**:**Бір аптада неше күн бар  және аттарын ата?

3-тапсырма**:** Біз тамақты күніне неше мезгіл ішуіміз керек ?

Балалар тапсырмаларға дұрыс жауап бердіңдер.

**Дәрумендер**: «**А**» дәруменімін. асқабақта, өрікте, қызанақта, салатта, сендер күнде ішіп жүрген айранда болады. «А» дәруменді күнде өз тағамдарында қолданған балалардың көздері жақсы көретін болады. Бойларына күш қуат беремін.

Ал «**В**» дәруменімін. Балықта, картопта, асбұршақта, жаңғақта, нан өнімдерінде боламын. «В» дәруменін қолданған баланың ішкі құрылыстары,  қан айналымдары күшейіп, жақсы жүгіретін болады.

«**Д**» дәруменімін. Жұмыртқада, балықтың майында, сүт тағамдарында, яғни ірімшікте, қаймақта боламын. Мені қолданған баланың сүйегі мықты болады. Қалай иілсеңдер де, сүйектерін мықты болып өседі.

«**С**» дәруменімін. Орамжапырақта, алмада, лимонда, апельсинде, алмұртта боламын. «С» дәрумен жеп өскен бала мықты, батыр болады. Ешқандай микробтар жоламайды. Балалар, біз сендерге өте қажетпіз. Денсаулықтарың мықты болып өсу үшін бізбен дос болыңдар.  
Дәрумендер бәрі бірге айтады: Сендер біз туралы не білесіңдер?

**дәрумендер туралы тақпақ .**  
1. Мен қиярмын, сәндімін.

Салаттардың сәнімін.

Дәруменім мол менің .

Жегенге қуат сыйлаймын!

 2.Алма, алма дейсің

Алма әкелсем жейсің

Айтпады екен деме

Алманы жумай жеме

**3.**Шие , шие, шиелер

Қызыл көйлек кие бер.

Күн нүрына жүзіңді.

Сүйгізе бер сүйе бер.

 4.Өсіретін бойыңды

Дамытатын ойыңды

Қоянға да азықпыз,

Сәбіздерміз жазықсыз

5.Асханадан шықпаймын

Атым-пияз бұқпаймын

Көзден жасты шығарып ,

Тұмаудан бірақ сақтаймын

**Жұмбақ шешу**. І — ші бөліктегі тапсырма  
Қалың киімді ұнатады,  
Шешіндірсең жылатады. (Пияз).

Аласа талда алуан алма,  
Ал қызыл болмай аузыңа салма (Қызанақ).

Көкпеңбек еді көктемде,

Қызарды күз жеткенде.  (Алма)

**Мақал — мәтел** ІІ — ші бөліктегі тапсырма.  
Ас — адамның арқауы,  
Дені саудың — жаны сау. .  
Тазалық — денсаулық кепілі. .  
Денсаулық — зор байлық. .  
**Видео:** «Дәрумендер мен минералдардың керемет күш қуаты»

**Сергіту сәті.** Балалар, біздің денсаулығымыз мықты болу үшін дәрумендерді қабылдаумен бірге дене қозғалысына мән беруді естен шығармауымыз керек. Қане барлығымыз денемізді қыздырып, сергіту жаттығуымызды жасайық.  
**-** Жарайсыңдар! Барлығыңда ақылды екенсіңдер.

**Балалардың еңбектерін бағалап, мадақтау.**  
Балалар  біз саяхатқа қайда бардық?  
**«**Дәрумендер әлемінде»  қандай  дәрумендерді көрдік?

 