

Həyat bilgisindən dərs nümunəsi



III sinif

Fənn: Həyat bilgisi

Mövzu: “Sağlamlığımızı qoruyaq”

Standart: 4.1.2. Sağlam həyat tərzinə uyğun gəl-məyən zərərli vərdişləri sadalayır;

4.2.1. Məişətdə istifadə olunan qaz və elektrik avadanlıqlarından, habelə alısdırıcı, dəşici və kəsici alətlərdən təhlükəsiz istifadə qaydalarını izah edir;

4.2.2. Vaxtı ötmüş qida məhsullarından, dərman preparatlarından istifadənin həyat üçün təhlükəli ol-duğunu izah edir.

Təlim məqsədi: 1.Sağlamlığın qorunmasını və möhkəmləndirilməsini təmin edən amilləri sadala-yır;

2. Sağlam həyat tərzini haqqında bildiklərini izah edir;

3. Sağlamlığa zərər vuran vərdişləri sadalayır;

4. Məişətdə qaz və elektrik avadanlıqlarından is-tifadə zamanı, kəsici, dəşici alətlərlə işləyərkən və küçədə təhlükəsizlik qaydalarını izah edir.

İntegrasiya: Fiziki tərbiyə, musiqi, texnologiya, Azərbaycan dili, təsviri incəsənət

Təlim formaları: Kollektivlə iş, kiçik qruplarla iş.

İş üsulları: Klaster, müzakirə

Resurslar: İKT, iş vərəqləri, dərslik, şəkillər

Dərsin gedişi:

Motivasiya: Slaydda “Sağlam olmağın yolları hansılardır?” sualı yazılmış sxemi göstərirəm. Şa-girdlər cavablarını söyləyirlər. Təxminən aşağıdakı kimi sxem alınır (şəkil 1).

Tədqiqat sualı: Sağlam həyat tərzinə zərər vuran vərdişlər hansılardır?

Mövzu haqqında qısa şərh verirəm.

Bədən sağlam olsa, saf olar söz də,

Süst adam süst olar bədənə, sözdə. (N.Gən-cəvi)

İnsan sağlamlığının qədrini bilməlidir. Sağlam-lıq ən böyük var-dövlətdir. Bəzən özümüz bilərək-dən sağlamlığımıza zərər vururuq. Gün rejiminə əməl etmirik, düzgün qidalanmırıq, gigiyena qayda-larına məhəl qoymuruq. Vaxtında yatmırıq, meyvə-tərəvəzdən az istifadə edirik. Nəticədə bədənimizin müqaviməti azalır, tez-tez xəstələnirik. Yolu keçər-kən, məişətdə avadanlıqlardan istifadə edərkən təh-lükəsizlik qaydalarına əməl etməliyik. Sağlam ol-

maq üçün idman etməliyik. Meyvə-tərəvəzdən çox istifadə etməliyik. Düzgün qidalanmalıyıq.

Tədqiqatın aparılması: Şagirdləri qruplara bölü-rəm. İş vərəqləri paylayıram.

“Gigiyena” qrupu. İş vərəqi 1. Cədvəli doldu-run: (şəkil 2)

2. Gigiyena qaydaları

Gigiyena qaydalarını yazın.

“Vitamin” qrupu. İş vərəqi 1. “Mən sağlamlığı-mı necə qoruyuram?” mövzusunda esse yazın. (Azərbaycan dilinə inteqrasiya)

2. Məişət avadanlıqları ilə davranış qaydalarını yazın (Texnologiya ilə inteqrasiya) (şəkil 3).

“Qida” qrupu. İş vərəqi 1. Düzgün qidalanmağın əhəmiyyəti haqqında fikirlərinizi yazın (şəkil 4).

2. “Sağlam bədənə sağlam ruh olar” mövzu-sunda esse yazın.

“İdman” qrupu. İş vərəqi 1.İdmanın sağlamlıq üçün əhəmiyyətini izah edin.

2. Yoluxucu xəstəliklərə səbəb olan amillər hansılardır? Fikirlərinizi qeyd edin.

Qruplar təqdimat edirlər. Sonra şagirdlər O.Zül-füqarovun “Kim sevirse idmanı” mahnısını xorla oxuyurlar.

Informasiya mübadiləsi və müzakirəsi:

Suallar verirəm:

- Siz gigiyena qaydalarına riayət edirsinizmi?
- Vaxtı keçmiş ərzaq məhsullarından istifadə nəyə səbəb ola bilər?
- Yoluxucu xəstəliklərdən necə qoruna bilərik?
- Yol hərəkəti qaydalarına əməl etməsək, nə baş verir? (şəkil 5)

Nəticə və ümumiləşdirmə: Tədqiqat sualına nə-zər salaraq sağlamlığımızın qorunmasının vacibli-yini qeyd edirik.

Ev tapşırığı: (Yaradıcı tətbiqetmə) “Zərərli vərdişlərə yox deyək!” mövzusunda rəsm çəkin.

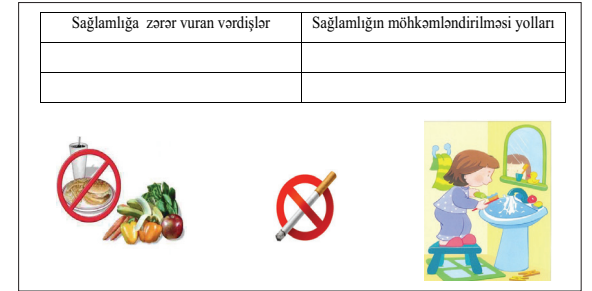
Gün rejiminizi tərtib edin.

Mətanət ƏLİYEVƏ,

Bakı şəhəri 55 nömrəli tam orta məktəbin ibtidai sinif müəllimi



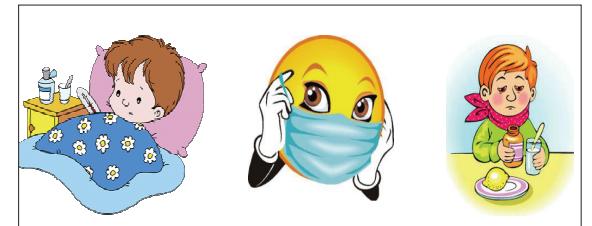
Şəkil 1



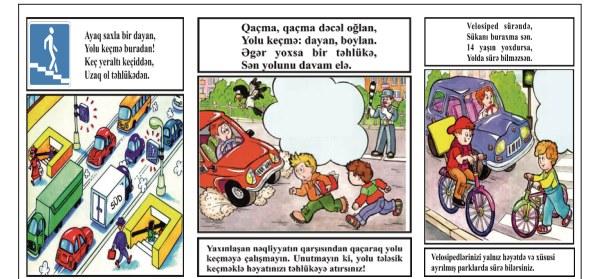
Şəkil 2



Şəkil 3



Şəkil 4



Şəkil 5