



*Нашақорлықтың
алдын алу*

Хаттама

Мектеп оқушыларының, жалпы жасөспірімдер арасында нашақорлықтың алдын алу жиналысы болып өтті.

Өткен жері: акт залы

Өткен уақыты: 2023 жыл

Қатысқан 8-11 сынып оқушылары.

Барлығы оқушы :33

Қатысқан мұғалімдер: 7

Күн тәртібінде:

1. Жасөспірімдер арасында нашақорлықтың алдын алу

Тыңдалды: Увансов А- мектеп инспекторы

Қазақстанда салауатты өмір салтына қол жеткізуде, денсаулықты сақтау мен нығайтудағы басты міндеттің бірі – бала құқығын қорғау, зорлық-зомбылыққа қарсы күрес жүргізу. Егер жалпы айтқанда зомбылықты физикалық қасірет көрсету әрекеті деп анықтауы болса, онда тұрмыстық зомбылықта осы әрекеттің бастауы мен айқындау нүктесі анық белгіленеді. Ол – жанұя, яғни зұлымдықшы мен оның жемтігі ең жақын адамдар болады. Олар – жұбайлар мен балалар. Отбасындағы зорлық-зомбылық мәселесі әлемнің әр елінде ертеден орын алған. Зорлық балалардың денелік және психологиялық денсаулықтары және жан-жақты дамулары үшін ауыр машакат болып табылады.

Соңғы жылдары жана есірткілердің үздіксіз ағымы жүріп жатыр, ел бойынша пошта жөнелтілімдерімен тарайды, ал тікелей сауда Интернет желісі арқылы жүргізіледі. Атауы осы есірткінің слэнге: спайсы және тұздары. Олармен күресу қиын, өйткені оларды кешіктіріп тыйым салынған тізімге енгізеді, сонымен қатар тарату интернет арқылы жүреді және ұйымдастырушылардың өздері есірткіге қол тигізбейді. Негізгі тұтынушылар-жастар. Бұл препараттар өте қауіпті, өйткені олар қол жетімді, қолдануға оңай және ең алдымен психикаға әсер етеді.

Жастар арасында жиі кездесетін есірткі-JWH темекі қоспалары (жоспар, дживик, спайс, микс, шөп, көк, кітап, журнал, бошки, бас, палыч, қатты, жұмсақ, құрғақ, химия, пластик, шөп, жабысқақ, шие, шоколад, шашырау, рега, түтін, жасыл жалау, ляпка, плюха және т.б.) каннабиноидтардың синтетикалық аналогтары, бірақ бірнеше есе күшті. Препараттың әсері 20 минуттан бірнеше сағатқа дейін созылуы мүмкін. Жөтелмен (шырышты қабығын күйдіреді), құрғақ аузымен (сұйықтықты үнемі қолдану қажет), бұлыңғыр немесе қызарған көздің ақуызы, үйлестірудің бұзылуы, сөйлеу ақауы (летаргия, ұзартылған магнитофон пленкасының әсері), ойлаудың тежелуі, бозару, тез импульс, күлкі. Дозаны есептеу мүмкін емес болғандықтан (эртүрлі формулалар, формулалар, концентрация) артық дозалану мүмкін, олар жүрек айнуымен, құсумен, бас айналумен, қатты бозарумен, есін жоғалтқанға дейін және өлімге әкелуі мүмкін.

Тыңдалды : Придуха Я.В

Көшеде түнгі беймезгіл уақытта қалмауға тырысу, көшеде танымайтын адамдармен әңгімелеспей және онымен қараңғы жерлерге, адамдар жоқ орындарға және т.б. жерлерге бармау. Тұтынганиан кейін, бірнеше күн және одан да көп:

- жалпы физикалық жағдайдың төмендеуі;
- назардың шоғырлануы;
- апатия (әсіресе жұмысқа және оқуға);
- ұйқының бұзылуы;
- көңіл-күйдің өзгеруі.

Негізгі белгі – жасөспірім сабақтарды өткізіп жібере бастайды, үлгерімі төмендейді, әдетте оқу орнына баруды тоқтатады. Барлық уақытта өтірік айтады. Достары пайда болады, олар туралы айтпайды. Олармен телефон арқылы сөйлескен кезде ол басқа бөлмеге кетеді немесе кейінірек теремін дейді. Ашуланшақтық пайда болады, кез-келген маңызды әңгімелерден кетеді, ата-аналармен байланыстан кетеді, телефондарды өшіреді.

Шешім етеді :

1. Жасөспірімдер арасында нашақорлық туралы түсінік жұмыстары жүргізіліп, алдын алу шаралары күшейтілсін.
2. Сынып жетекшілер үнемі ата аналар байланысы жандандырылсын.



Бекітемін
Мектеп директоры
Бекмагамбетова А.Ж

2023-2024 оқу жылына арналған балалар мен жасөспірімдер арасында
салауатты өмір салтын насихаттау және қалыптастыру
(нашақорлық, есірткі бизнесі, маскүнемдік, туберкулез,
ВИЧ, АИВ/ЖИТС-тің алдын алу) жөніндегі іс-шаралар жоспары

№	Іс шара атауы	Орындау мерзімі	Жауапты
1	Іс шара жоспарын құру, бекіту	Қыркүйек	ДТДЖО Султаналина А.Б. Аманбай А
2	«Нашақорлықтың зардабы» мамандармен кездесу	Қыркүйек	ДТДЖО Султаналина А.Б. Аманбай А Сынып жетекшілер
3	«Қызылша дегеніміз не және несімен қауіпті» түсінік жұмыс	Қазан	Медбике –Придуха Я.В
4	Нашақорлықтың алдын алу мақсатында ұстаздар мен оқушылар арасында волейбол жарысы	Қазан	Дене шынықтыру мұғалімдері Талгат Е
5	«Сенің өмірің, Сенің ортаң. Есірткіге жол жоқ» дөңгелек үстел	Қараша	ДТДЖО Султаналина А.Б. Аманбай А Сынып жетекшілер
6	«Нашақорлықтың алдын алу» сынып сағаты 7 сынып	Желтоқсан	ДТДЖО Султаналина А.Б. Аманбай А Сынып жетекшілер
7	«Есірткі адамға қаншалықты зиян» пікірсайыс 9 сынып	Қаңтар	ДТДЖО Султаналина А.Б. Аманбай А Сынып жетекшілер
8	«Нашақор және қылмыс» тәрбие сағаты 10 сынып	Ақпан	ДТДЖО Султаналина А.Б. Аманбай А Сынып жетекшілер
9	«Нашақорлық қоғам дерті» Сурет көрмесі 5-8 кл	Ақпан	ДТДЖО Султаналина А.Б. Аманбай А Сынып жетекшілер
10	Синтетикалық есірткі, нашақорлықтың алдын алу бойынша түсінік жұмысын жүргізу	Ақпан	ДТДЖО Султаналина А.Б. Аманбай А Сынып жетекшілер
11	«Зиянды әдеттерден аулақ бол» Тәрбие сағаты 8 сынып	Наурыз	ДТДЖО Султаналина А.Б. Аманбай А Сынып жетекшілер
12	«Біз салауатты өмір сүреміз» Тәрбие сағаты 6 сынып	Сәуір	Сынып жетекшілер Сынып жетекшілер
13	Нашақорлықтың алдын алу мақсатында «Салауатты өмір»	Мамыр	Дене шынықтыру мұғалімдері Талгат Е

Тәрбие ісі жөніндегі орынбасары : Султаналина А.Б.
Аманбай А

2. Ішпеген, шылым шекпеген, (Жасайды жылдар көптеген.)
3. Қайғы қартайтады. (Қуаныш марқайтады)
4. Адам арақты ішеді, (Арақ ақылды ішеді.)
5. Жасында темекісін будақтатқан, (Күркілдеп қартайғанда сұлап жатқан)
6. Арақ- ішіп ішіне көшеді, (Ақыл шөлмек ішіне түседі)

Сонымен, балалар нашақорлықтың шын мәнінде қоғам үшін, отбасы үшін зардабы зор екенін білдік. Енді мынандай жұптық жұмыс істеп көрейік. Алдарыңыздағы үлестірмені таңдап, тапсырмаға жауап дайындайық.

1. Нашақор адам мен дені сау адамды салыстыру.
2. Нашақорлықпен күресу жолдарын іздеу.
3. Плакаттағы суретті таныстырып, қорғау.

Біз бүгінгі тәрбие сағатымызда нашақорлық жайында ашық әңгіме жасадық. Осы тақырып төңірегіндегі өз ойларымызды ортаға салып, жолдастарымыздың пікірлерін білдік, тыңдадық. Қазір сіздер өз өздеріңізбен кеңесіп сөз бересіздер. Және алдарыңыздағы қағазға жазып, тактаға ілесіңіздер. Барлығыңыздың пікірлеріңіз әртүрлі екен. Мен сіздерге үндеу айтқым келеді:

Үндеу!

Жас жеткіншек! Сіз өзіңізді – өзіңіз құрметтеуге тиіссіз. Бойыңыздағы бар қабілетіңізді тек жақсылыққа бағыттап біліңіз. Зиянды әдеттерден, ішімдіктен, шылымнан, есірткіден аулақ болыңыз. Бойыңызды ластамай, жан – дүниеніңізді таза ұстаңыз. Өзіңіздің бос уақытыңызды пайдалы іске арнаңыз. Ар-намыстарыңызды биік ұстаңыздар. Өз тағдырыңыз – өз қолыңызда. Адам өмірге бір-ақ рет келеді, оны жақсы етіп сүру сіздің қолыңыздан келеді. Өзіңізге сеніңіз. Өзіне сенімді адам ғана өзгелердің теріс әсеріне бағынбай, өзін сақтай алады.

Денсаулығыңыз мықты болсын, спортпен айналысыңыз. Сіз ел үшін керексіз. Өйткені сіз – тәуелсіз еліміздің болашағысыздар!

Бүгінгі ашық сабағымыздың түйінін С.А.Назарбаеваның мына бір сөзімен аяқтағым келіп отыр. «Дені сау ұрпақ- әр отбасының қуанышы, бақыты. Ал денсаулығы мықты азамат халықтың болашағы, Отанымыздың сенімді тірегі болмақ». Зейін қойып тыңдағандарыңызға рахмет

Педагогтің Т.А.Ә. (болған жағдайда)	ДТДЖО Султаналина А.Б. Аманбай А	
Күні:	08.09	
Сынып:	Қатысушылар саны:	Қатыспағандар саны:
Тәрбие тақырыбы	Нашакорлыққа жол жоқ	
Мақсаттары	Оқушыларға әлемді алаңдатып отырған нашакорлық, СПИД, арак, темекі сияқты зиянды әрекеттердің белең алып бара жатқандығын ескерте отырып, оны болдырмаудың алдын – алуға тәрбиелеу. Оларды жаман әдеттерден сақтандыру. Оқушылардың ойлау, есте сақтау қабілеттерін дамыту және тазалыққа, ұқыптылыққа тәрбиелеу. Ғасыр дертіне айналып отырған кеселдердің залалын жан-жақты менгерту, зиянды заттардан барынша аулақ болуға шақыру.	

Сабақтың барысы:

Сабақтың кезені/ уақыт	Педагогтың әрекеті	Оқушының әрекеті	Бағалау	Ресурстар	
Сабақтың басы	<p>Оқушылармен амандасу, бүгінгі сабақтың мақсатымен таныстыру. Мұғалім : Құрметті ұстаздар, оқушылар! Бүгінгі біз 10-сынып оқушыларының арасында өткізгелі отырған тәрбие сағатымызды бастаймыз. Елбасының «Қазақстан -2030» жолдауында көрсетілген өзекті мәселелердің бірі салауатты өмір сүру, оны насихаттау мәселесі. Салауатты өмір салты дегеніміз не? Ол әлеуметтік тұрмыстарды жақсарту, бос уақытты тиімді пайдалану, зиянды әрекеттерден аулақ болу деген сөз. Қазіргі кезде етек алған Нашакорлық - бүкіл қоғамның қасіреті, болашағымызға қауіп төндіріп тұрған індет. Дәл қазіргі таңда әрбір жанұяның есігі мен терезесіне үңіліп, айналасын торып, ғасыр індеті жүр. Есірткі - химиялық тұрғыдан алғанда улы заттар мен олардың қосындылары болып табылады</p> <p>II Мағынаны тану:</p> <p align="center">СПИД</p> <p>Есірткі</p> <p align="center">«Ғасыр дерті»</p>	<p>Жағдаят сұрақтар:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Адам темекіні бір рет тартқанда қандай күйде болады? Осыдан кейін тағыда тартқысы келедіме, жаман әдетті неге тастап кетпейді? 2. Барлық адам темекінің зиян екенін біледі, бірақ оны неге тоқтатпайды? 3. Біздің ағзамызға темекі шегу қаншалықты қауіпті? 4. Қазіргі қыздар шылым шегуге неге құмар? 5. Әйел адам ағзасына темекі қалай әсер етеді? 			презентация

**«Ақмырза жалпы білім беретін мектебі» КММ
«Нашақорлықтың алдын алу» бойынша 2023-2024 оқу жылында өткізілген
іс шаралар бойынша**

Ақпарат

Мақсаты: Оқушыларға әлемді аландатып отырған нашақорлық, СПИД, арақ, темекі сияқты зиянды әрекеттердің белең алып бара жатқандығын ескерте отырып, оны болдырмаудың алдын – алуға тәрбиелеу. Оларды жаман әдеттерден сақтандыру. Оқушылардың ойлау, есте сақтау қабілеттерін дамыту және тазалыққа, ұқыптылыққа тәрбиелеу. Ғасыр дертіне айналып отырған кеселдердің залалын жан-жақты менгерту, зиянды заттардан барынша аулақ болуға шақыру.

Күтілетін нәтиже:

1. ЖҚТБ туралы ойларын тиянақтайды;
2. ЖҚТБ итермелейтін себептерді анықтай біледі
3. Салауатты өмір салтын насихаттай алады
4. Өз болашағына сеніммен қарай алады;

Қыркүйек айында «Нашақорлықтың зардабы» тақырыбында мамандармен кездесу ұйымдастырылды.

Мақсаты: Жас желектей жайқалып өсіп келе жатқан жас жеткіншектеріміздің санасына ішімдік, темекі, нашаның адам баласын аздыратынын, одан аулақ болу жақтарын мысалдармен дәлелдеп түсіндіру. Салауатты өмір салтына тәрбиелеу.

Өткізген: ТЖО, сынып жетекшілер

Қатысқан оқушы саны: 30

Сілтемесі:

Қазан айында «Нашақорлықтың алдын алу «мақсатында ұстаздар мен оқушылар арасында волейбол өткізілді.

Мақсаты: Оқушылардың салауатты өмір салтын ұстануға шақыру.

Өткізген: дене шынықтыру мұғалімдері

Қатысқан оқушы саны: 33

Сілтемесі:

Қараша айында «Сенің өмірің. Сенің ортаң. Есірткіге жол жоқ» тақырыбында дөңгелек үстел өткізілді.

Мақсаты: Оқушылардың өмір туралы көзқарастарын анықтау және өмірді жақсы көруге баулу. Есірткінің зиянды екені туралы мағұлмат беру.

Өткізген:

Қатысқан оқушы саны: 32

Сілтемесі:

Желтоқсан айында «Нашақорлықтың алдын алу» тақырыбында дөңгелек үстел өткізілді.

Мақсаты: Жас жеткіншектеріміздің санасына ішімдік, темекі, нашаның адам баласын аздыратынын мысалдармен түсіндіру

Өткізген: Палағута А.М

Қатысқан оқушы саны: 33

Сілтемесі:

Қаңтар айында 9 сыныпта «Есірткі адамға қаншалықты зиян» тақырыбында тәрбие сағаты өткізілді.

Мақсаты: Есірткі туралы оқушыларға мағұлмат беру.

Өткізген: Аманбай А

Қатысқан оқушы саны: 10

Сілтемесі:

Ақпан айында 10 сыныпта «Нашақор және қылмыс» тақырыбында сынып сағаты өткізілді.

Мақсаты: Оқушыларға нашақорлықтың зиянды екенін ұғындыру

Өткізген: Султаналина А.Б. Аманбай А

Қатысқан оқушы саны: 5

Сілтемесі:

Ақпан айында 9-11 сыныпта «Нашақорлық қоғам дерті» тақырыбында сурет көрмесі өткізілді.

Мақсаты: Нашақорлық туралы оқушыларға мағұлмат беру.

Өткізген: Султаналина А.Б. Аманбай А

Қатысқан оқушы саны: 18

Сілтемесі:

	<p style="text-align: center;"><u>Шылым</u></p> <p><u>Арак</u></p> <p>1. Жалпы есірткі заттар адамзатқа өте ертеден белгілі және оны емдік және еліктіргіш құрал ретінде өткен ғасырлардың өзінде-ақ қолданған. 60-жылдары капиталистік елдерде кең таралды. Кейбір Орта Азия, Кавказ елдері негізгі ошаққа айналды. Көптеген жастар есірткі бойды балқытып, ләззат алғандай алдамшы күйге түсетін күшін қызық көріп әуестенемін деп күндердің күнінде онсыз өмір сүре алмайтын жағдайға жеткенін сезбей қалады. Рас наша немесе марухуанның дәмін бір-екі рет татқан адам, одан қайтып құтыла алмай, дәрменсіз күйге түседі. Онымен айналысканнан кейін бұзақылық жасау, қорлық көрсету т.б жасауға итермелейді. Адам денесі қалжырап, көзі бұлдырап, өмірге не үшін келгені не үшін жүргені беймәлім болады.</p>		
<p>Сабақтың ортасы</p>	<p>балалар нашакорлықтың шын мәнінде қоғам үшін, отбасы үшін зардабы зор екенін білдік. Енді мынандай жұптық жұмыс істеп көрейік. Алдарыңыздағы үлестірмені таңдап, тапсырмаға жауап дайындайық.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Нашакор адам мен дені сау адамды салыстыру. 2. Нашакорлықпен күресу жолдарын іздеу. 3. Плакаттағы суретті таныстырып, қорғау. 	<p>Үндеу!</p> <p>Жас жеткіншек! Сіз өзіңізді – өзіңіз құрметтеуге тиіссіз. Бойыңыздағы бар қабілетіңізді тек жақсылыққа бағыттап біліңіз. Зиянды әдеттерден, ішімдіктен, шылымнан, есірткіден аулақ болыңыз. Бойыңызды ластамай, жан – дүниеніңізді таза ұстаңыз. Өзіңіздің бос уақытыңызды пайдалы іске арнаңыз. Ар-</p>	<p>Интербелсенді тақта/ компьютер</p>

Наурыз айында жоғары сынып оқушыларына Синтетикалық есірткі,нашақорлықтың алдын алу бойынша түсінік жұмысын жүргізді.

Мақсаты: Нашақорлық туралы оқушыларға мағұлмат беру.

Өткізген: ТЖО Султаналина А.Б. Аманбай А

Қатысқан оқушы саны: 33

Сілтеме:

Наурыз айында 8 сыныпта Зиянды әдеттерден аулақ бол тақырыбында тәрбие сағаты өткізілді.

Мақсаты: Нашақорлық туралы оқушыларға мағұлмат беру.

Өткізген: ТЖО Султаналина А.Б. Аманбай А

Қатысқан оқушы саны: 15

Сілтеме:

Тәрбие ісі жөніндегі орынбасары  Султаналина А.Б.

 Аманбай А

		<p>намыстарыңызды биік ұстаңыздар. Өз тағдырыңыз – өз қолыңызда. Адам өмірге бір-ақ рет келеді, оны жақсы етіп сүру сіздің қолыңыздан келеді. Өзіңізге сеніңіз. Өзіне сенімді адам ғана өзгелердің теріс әсеріне бағынбай, өзін сақтай алады.</p> <p>Денсаулығыңыз мықты болсын, спортпен айналысыңыз. Сіз ел үшін керексіз. Өйткені сіз – тәуелсіз еліміздің болашағысыздар!</p>		
Сабақтың соңы	денсаулығы мықты азамат халықтың болашағы, Отанымыздың сенімді тірегі болмақ». Зейін қойып тыңдағандарыңызға рахмет			презентация

«Ақмырза жалпы білім беретін мектебі» КММ
«Нашақорлықтың алдын алу» бойынша 2023-2024 оқу жылында өткізілген
іс шаралар бойынша

Ақпарат

Мақсаты: Оқушыларға әлемді алаңдатып отырған нашақорлық, СПИД, арақ, темекі сияқты зиянды әрекеттердің белең алып бара жатқандығын ескерте отырып, оны болдырмаудың алдын – алуға тәрбиелеу. Оларды жаман әдеттерден сақтандыру. Оқушылардың ойлау, есте сақтау қабілеттерін дамыту және тазалыққа, ұқыптылыққа тәрбиелеу. Ғасыр дертіне айналып отырған кеселдердің залалын жан-жақты менгерту, зиянды заттардан барынша аулақ болуға шақыру.

Күтілетін нәтиже:

1. ЖКТБ туралы ойларын тиянақтайды;
2. ЖКТБ итермелейтін себептерді анықтай біледі
3. Салауатты өмір салтын насихаттай алады
4. Өз болашағына сеніммен қарай алады;

Қыркүйек айында «Нашақорлықтың зардабы» тақырыбында мамандармен кездесу ұйымдастырылды.

Мақсаты: Жас желектей жайқалып өсіп келе жатқан жас жеткіншектеріміздің санасына ішімдік, темекі, нашаның адам баласын аздыратынын, одан аулақ болу жақтарын мысалдармен дәлелдеп түсіндіру. Салауатты өмір салтына тәрбиелеу.

Өткізген: ТЖО, сынып жетекшілер

Қатысқан оқушы саны: 30

Сілтемесі:

Қазан айында «Нашақорлықтың алдын алу «мақсатында ұстаздар мен оқушылар арасында волейбол өткізілді.

Мақсаты: Оқушылардың салауатты өмір салтын ұстануға шақыру.

Өткізген: дене шынықтыру мұғалімдері

Қатысқан оқушы саны: 33

Сілтемесі:

Қараша айында «Сенің өмірің, Сенің ортаң, Есірткіге жол жоқ» тақырыбында дөңгелек үстел өткізілді.

Мақсаты: Оқушылардың өмір туралы көзқарастарын анықтау және өмірді жақсы көруге баулу. Есірткінің зиянды екені туралы мағлұмат беру.

Өткізген:

Қатысқан оқушы саны: 32

Сілтемесі:

Желтоқсан айында «Нашақорлықтың алдын алу» тақырыбында дөңгелек үстел өткізілді.

Мақсаты: Жас жеткіншектеріміздің санасына ішімдік, темекі, нашаның адам баласын аздыратынын мысалдармен түсіндіру

Өткізген: Палагута А.М

Қатысқан оқушы саны: 33

Сілтемесі:

Қаңтар айында 9 сыныпта «Есірткі адамға қаншалықты зиян» тақырыбында тәрбие сағаты өткізілді.

Мақсаты: Есірткі туралы оқушыларға мағлұмат беру.

Өткізген: Аманбай А

Қатысқан оқушы саны: 10

Сілтемесі:

Ақпан айында 10 сыныпта «Нашақор және қылмыс» тақырыбында сынып сағаты өткізілді.

Мақсаты: Оқушыларға нашақорлықтың зиянды екенін ұғындыру

Өткізген: Султаналина А.Б. Аманбай А

Қатысқан оқушы саны: 5

Сілтемесі:

Ақпан айында 9-11 сыныпта «Нашақорлық қоғам дерті» тақырыбында сурет көрмесі өткізілді.

Мақсаты: Нашақорлық туралы оқушыларға мағлұмат беру.

Өткізген: Султаналина А.Б. Аманбай А

Педагогтің Т.А.Ә. (болған жағдайда)		
Күні:		
Сынып:	Қатысушылар саны:	Қатыспағандар саны:
Тәрбие тақырыбы	Нашақорлыққа жол жоқ	
Максаттары	<p>Нашақорлық, маскүнемдік, темекі шегудің адам өміріне аса қауіптілігін ұғындыра отырып, алдын алу, саналы да салауа өмір сүруге тәрбиелеу.</p> <p>Міндеттері:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Білімділік: Оқушыларды шынайылыққа үйрету. 2. Дамытушылық: Оқушылардағы адамгершілік қасиетін дамыту. <p>Тәрбиелік: Оқушыларды кешірімділікке тәрбиелеу.</p>	

Сабақтың барысы:

Сабақтың кезені/ уақыт	Педагогтың әрекеті	Оқушының әрекеті	Бағалау	Ресурстар
Сабақтың басы	<p>1. Ұйымдастыру кезеңі.</p> <p>5 Т ережесі Тәртіп Талап Тазалық Тыныштық Татулық</p> <p>Оқушылар ережені есімізге түсіріп, тобымыздың тәртібін сақтап, оқып - білуге талаптанып, тыныштықты орнатып, тазалықты сақтап, бүгінгі күнімізді татулықпен өткізейік. «Жүректен жүрекке» бір-бірімізге жылы сөздер айту арқылы көңіл күйлерімізді жақсартып алу.</p> <p>«Өмірімізді ұзарту да қысқарту да өз қолымызда» Өмірге адам бір ақ рет келеді, Жастық шағың өміріңнің кемелі. Күте білсең саулығыңды өрелі, Табиғаттың бергеннен көп берері. – деген өлең жолдарымен тәрбие сағатымызды бастаймыз. Тәрбие сағатымыздың тақырыбы қазіргі таңдағы өзекті мәселелердің бірі «Нашақорлық, маскүнемдік, темекі шегудің әлеуметтік мәселелері».</p>	<p>Жақсыдан үйрен, Жаманнан жирен</p> <p>Макал-мәтел жинағынан Дәйексөзден қандай ой түйдіңіз</p> <p>Оқушылар жауап береді</p> <p>Оқушылар сұрақтарға жауап берді</p>		презентация

	<p>Мүгалім сыйы «Нашакорлық» туралы бейнеролик .</p> <p>Сұрақтар:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бейнероликтен не ұқтыңыз? 2. Бейнероликтегі іс-әрекеттер қандай болды? <p>Кейіпкердің баласына берген тәрбиесі қандай болмақ?</p>		
<p>Сабақтың ортасы</p>	<p>Ой-толғау Есірткі туралы не білеміз? Нашакорлық-адамзатқа берілген ең ауыр жаза. Нашакорлық-өзін-өзі өлтірудің ең баяу тәсілі, өз бойында өмірді, ерікті, ақылды, қабілетті саналы, ерікті түрде бұзу. Нашакорлық - бүкіл қоғамның қасіреті, болашағымызға қауіп төндіріп тұрған індет. Алғаш болып «есірткі» деген анықтаманы сезгіштікті жоғалтуға алып келетін заттарды сипаттау үшін грек емшісі Гиппократ қолданған. Есірткі, анаша – ғасыр тажалы. Онымен қазір бүкіл әлем болып күресуде. Бірақ ол - оңай алдырар жау емес екен. Есірткі - бір басын кессең, екінші басы шыға келетін жеті басты жалмауыз сияқты. Темекі — білдіртпей алатын ажал. Темекі түтінінде 5 мыңға жуық химиялық заттар бар. Темекінің денсаулыққа зиян екендігіне күмән жоқ: ол шылымдардың өз денсаулығына да, оны қоршаған адамдарға да зиян. Темекі шегетіндер бұл зиянды әдеттен тез арада арылуы керек. Мақалды жалғастыр 1. Ауырып ем іздегенше, 2. Ішпеген, шылым шекпеген, Жасайды 3. Қайғы қартайтады. Қуаныш 4. Адам арақты ішеді, Арак 5. Жасында темекісін будақтатқан, Күркілдеп қартайғанда</p>	<p>Шығармашылық жұмыс, топпен жұмыс. Пікірсайыс</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 –Жақтаушы 2 –Даттаушы <p>Арак, темекі өнімдерінің пайдасы мен зияны(адам және қоғамға).</p> <p>Зиянды әдеттерден, ішімдіктен, шылымнан, есірткіден аулақ болыңыз. Денсаулығыңыз мықты болсын, спортпен айналысыңыз. Сіз ел үшін керексіз. Өйткені сіз – тәуелсіз еліміздің болашағысыздар!</p>	<p>Интербелсенді тақта/ компьютер</p>

	6. Арақ-ішіп ішіне көшеді, Ақыл			
Сабақтың соңы	қорытынды сәті. Бүгінгі тәрбие сағатымызды «Дені сау ұрпақ- әр отбасының қуанышы, бақыты. Ал денсаулығы мықты азамат халықтың болашағы, Отанымыздың сенімді тірегі болмақ». Зейін қойып тыңдағандарыңызға рахмет!	Оқушылар стикерге тілектер жазып оқып береді		презентация

Сабақтың мақсаты: Оқушыларға әлемді алаңдатып отырған нашақорлық, СПИД, арақ, темекі сияқты зиянды әрекеттердің белең алып бара жатқандығын ескерте отырып, оны болдырмаудың алдын – алуға тәрбиелеу. Оларды жаман әдеттерден сақтандыру. Оқушылардың ойлау, есте сақтау қабілеттерін дамыту және тазалыққа, ұқыптылыққа тәрбиелеу. Ғасыр дертіне айналып отырған кеселдердің залалын жан-жақты менгерту, зиянды заттардан барынша аулақ болуға шақыру.

- Күтілетін нәтиже:**
1. ЖҚТБ туралы ойларын тиянақтайды;
 2. ЖҚТБ итермелейтін себептерді анықтай біледі;
 3. Салауатты өмір салтын насихаттай алады;
 4. Өз болашағына сеніммен қарай алады;

Сабақтың әдісі: ой қозғау, топтастыру, баяндау, пікірлесу.

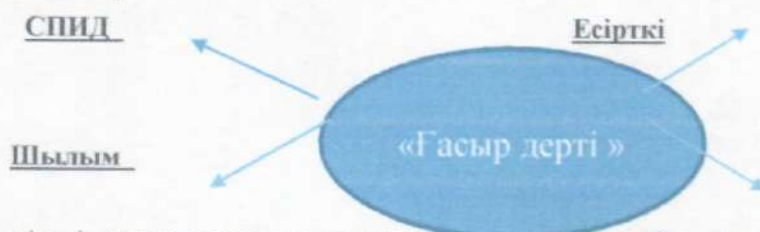
Сабақтың көрнекілігі: суреттер, слайд.

Пәнаралық байланыс: медицина, биология, валеология

Сабақтың барысы: I Қызығушылықты ояту

I Ұйымдастыру: Оқушылармен амаңдасу, бүгінгі сабақтың мақсатымен таныстыру. Мұғалім : Құрметті ұстаздар, оқушылар! Бүгінгі біз 10-сынып оқушыларының арасында өткізгелі отырған тәрбие сағатымызды бастаймыз. Елбасының «Қазақстан -2030» жолдауында көрсетілген өзекті мәселелердің бірі салауатты өмір сүру, оны насихаттау мәселесі. Салауатты өмір салты дегеніміз не? Ол әлеуметтік тұрмыстарды жақсарту, бос уақытты тиімді пайдалану, зиянды әрекеттерден аулақ болу деген сөз. Қазіргі кезде етек алған Нашақорлық - бүкіл қоғамның қасіреті, болашағымызға қауіп төндіріп тұрған індет. Дәл қазіргі таңда әрбір жанұжынның есігі мен терезесіне үңіліп, айналасын торып, ғасыр індеті жүр. Есірткі - химиялық тұрғыдан алғанда улы заттар мен олардың қосындылары болып табылады

II Мағынаны тану:



1. Жалпы есірткі заттар адамзатқа өте ертеден белгілі және оны емдік және еліктіргіш құрал ретінде өткен ғасырлардың өзінде-ақ қолданған. 60-жылдары капиталистік елдерде кең тарады. Кейбір Орта Азия, Кавказ елдері негізгі ошаққа айналды. Көптеген жастар есірткі бойды балқытып, ләззат алғандай алдамшы күйге түсетін күшін қызық көріп әуестенемін деп күндердің күнінде онсыз өмір сүре алмайтын жағдайға жеткенін сезбей қалады. Рас наша немесе марухуаннаның дәмін бір-екі рет татқан адам, одан қайтып құтыла алмай, дәрменсіз күйге түседі. Онымен айналысқаннан кейін бұзақылық жасау, қорлық көрсету т.б жасауға итермелейді. Адам денесі қалжырап, көзі бұлдырап, өмірге не үшін келгені не үшін жүргені беймәлім болады.

Адам баласын бойында өзін-өзі сақтандыратын қасиеттер болады. Соны дұрыс пайдаланған жөн. Әйтпесе нашаға елігің, бір сәттік рахат сезімге алданып, соның зардабын өмір бойы тартуы мүмкін.

Темекінің сағазарына құрамындағы зиянды заттардың санын бір миллион адам қаза табады





Еліміздің 33 % жастары
темекіні тұрақты
тартатындар

«Шылымның адам өміріне зияны»

- Мидың жұмысын бұзады.
- Есті жоғалтады.
- Сөйлеу қабілетінен айырады.
- Қарым-қатыныс бұзылады.



III Ой қозғау

1. ЖҚТБ мен АҚТҚ бір ұғым білдіреді ме? (иә)
2. ЖҚТБ-мен зақымданған адамдар өзін дені сау сезініп, сырт көзге солай көріне ме? (иә)
3. Маса шаққанда ауру жұғады ма? (жоқ)
4. ЖҚТБ-мен ауратын адамды құшақтау қауіпті ме? (жоқ)
5. Қоғамдық әжетхананы пайдалануда зақымдану қауіпі бар ма? (иә)

IV. Жағдаят сұрақтар:

1. Адам темекіні бір рет тартқанда қандай күйде болады? Осыдан кейін тағыда тартқысы келедіме, жаман әдетті неге тастап кетпейді?
2. Барлық адам темекінің зиян екенін біледі, бірақ оны неге тоқтатпайды?
3. Біздің ағзамызға темекі шегу қаншалықты қауіпті?
4. Қазіргі қыздар шылым шегуге неге құмар?
5. Әйел адам ағзасына темекі қалай әсер етеді?

Мақал – мәтелдер – ғасырлар бойы сұрыпталып, салмактанып, кемелденген сөз асылы, парасатты, тәрбиелі, әділ сыншы, адал ақылшы ғана емес, сонымен бірге епті де есті емші

1. Ауырып ем ізлегенше. (Ауырмайтын жол ісін)