

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

Жұмыс парағы: «Спорт түрлері және салауатты өмір салты»

Аты-жөні: _____ Күні: _____

1-тапсырма. Дұрыс немесе бұрыс екенін белгіле.

Әр сөйлемді оқып, жауап бер.

№	Сөйлем	Жауап
1	Футболда ойыншылар допты аяқпен тебеді.	_____
2	Баскетболда допты себетке лақтырады.	_____
3	Жаттығу жасау денсаулыққа пайдалы.	_____
4	Спортта қауіпсіздік ережелерін сақтау қажет емес.	_____

2-тапсырма. Спорт түрін тиісті әрекетпен сәйкестендір.

Жауап бағанына А, В немесе С әрпін жаз.

Спорт түрі	Әрекет	Жауап
1. Футбол	А. Допты себетке лақтыру	_____
2. Жүзу	В. Суда қозғалу	_____
3. Баскетбол	С. Допты қақпаға енгізу	_____

3-тапсырма. Бос орынды толтыр.

Сөздер: су, денсаулық, қыздыру

а) Жаттығуды бастамас бұрын денені _____ қажет.

ә) Спорт _____ нығайтуға көмектеседі.

б) Жаттығу кезінде жеткілікті _____ ішу маңызды.

Есіңде болсын: жаттығуды қауіпсіз орында және су ішуді ұмытпа!