**Сабақтың тақырыбы: Шынықсаң шымыр боласың. А1. 39 сабақ.**

**Жаңа сөздермен танысыңыз:**

Салауатты өмір – здоровый образ жизни

Өмір сүру – жить, Заман –эпоха

Талап – требование, Үшін – для

Жұмыс тәртібі –режим работы

Міндет – объязанность, Қатысу – участвовать

Бос уақыт – свободное время

Бөліну – делиться, Дені сау – здоровый,

Қазіргі заман - современный, Спортпен – спортом

Шұғылдану – заниматься, Тамақтану – питаться

Уақытында – вовремя, Ұрпақ – поколение

Аспау - не превышать, Темекі шегу – курит

Зиян – вредно, Борыш – долг

Салтын – традиции, Сақтау – хранить

**Мәтінді окып, аударыңыз.**

Салауатты өмір сүру қазіргі заман талабы. Салауатты өмір сүру үшін спортпен шұғылдану керек, дұрыс тамақтану керек, уақытында ұйықтау керек. Жұмыс уақыты 8 сағаттан аспау керек. Арақ ішу, темекі шегу – денсаулыққа зиян. Болашақ Қазақстанға дені сау ұрпақ керек. Салауатты өмір салтын сақтау - әр қазақстандықтың борышы.

Сен білесің бе?» айдарымен танысайық.  
1. Шылым шегуден жылына 25 млн. адам өледі.  
2. Әр шылым адам өмірін 12 минутқа қысқартады.  
3. Шылым шегетіндердің 80%-ы өкпе ауруымен ауырады.  
4. Қазақстанда 393 мың -ВИЧ-пен ,76 мың СПИД пен ауырады.  
5. СПИД-пен ауыратындардың дені жастар.  
6. Шектен тыс шай мен кофе ішу де - есірткінін бір түрі.  
7. Қазақстанда темекі тартатындардың саны 5 миллион.  
8. Қалаларда  есірткінің  құрбаны болған  7-8 жастағы балалар тіркелуде.

Диалогты қазақ тіліне аударыңыз:

**В больнице**

-Следующий!

- Можно войти ? Здравствуйте, Николай Федорович!

- Как зовут тебя?

- Костя. Учусь в 8-м классе.

- И что у нас болит?

- Я простыл, у меня болит горло и голова.

- Бери термометр. Покажи горло!

- А-а-а!

- Все с тобой ясно. Дай сюда термометр! Так, 38

-Это лекарство пить три раза в день . Также интерферон три раза в день. Нужно много пить : чай с ромашкой, чай с лимоном. Купи витамин С в аптеке.

- Когда снова приходить?

- В четверг, я с восьми утра буду принимать.

- До свидания!