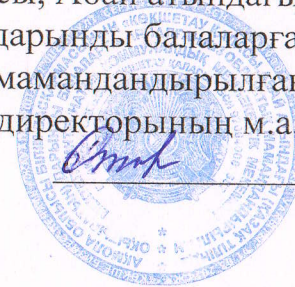


Бекітемін:

Көкшетау қаласы, Абай атындағы ( қазақ тілінде оқытылатын ) дарынды балаларға арналған №3 облыстық мамандандырылған мектеп – интернатының директорының м.а.  
А.Б.Мукашева



**Көкшетау қаласы, Абай атындағы (қазақ тілінде оқытылатын) дарынды балаларға арналған №3 облыстық мамандандырылған мектеп-интернаты**

**Дене шынықтыру пәні  
Өмір қауіпсіздігінің негіздері (ӨҚН)**

Сыныбы: 7-9 сыныптар

Пәннің жалпы сағаты: 15

тақырыптық күнтізбелік жоспар

бекітілген бағдарламаға сәйкес әзірленген.

Пән мұғалімі: Мұратбек А., Закер Р.

Әдебиеттер:

1. Өмір қауіпсіздік негіздері – Сүгірәлі Тайжанов «Дәнекер» халықаралық құқық және бизнес академиясы Астана - «Дәнекер»-2005ж.
2. Сборник нормативних документов и программ начальной военной подготовки
3. Основы безопасности жизнедеятельности 1,2 часть Агінство РК по ЧС Алматы-2003 г.

**2022-2023 оқу жылы**

## Түсінік хат

Өмір қауіпсіздігі негіздері, ережелерінің мақсаты : - өмір сүрудің қауіпсіз және қатерсіз жағдайын құру үшін;

- жүйенің қызмет көрсету объектісін ескеріп, жаңа техника мен технология үрдістерін қазіргі заманғы экологиялық талаптарға сай жоспарлау;

- тұрғындар мен өндіріс қызметкерлік, ауылшаруашылық объектісін төтенше жағдай кезінде апаттар, стихиялық қатерлер және оларды залалсыздандыру кезіндегі жоспарлау мен сауатты шешім қабылдау үшін қажет. "Өмір қауіпсіздігі" - адамның төтенше жағдай кезіндегі өмір сүру ортасы мен қауіпсіз қарым-қатынасының, шаруашылық объектілерінің тұрақты жұмыс істеу әдістерін, табиғи және техногендік сипаттағы төтенше жағдайларды ескерту мен салдарын жою және осы заманғы зақымдау құралдарының қолданылуы мәселелерін зерттейді. Бұл жұмыста мынадай мәселелердің жәй-күйі мен жағымсыз факторлары қаралады:

тіршілік ортасының жәй-күйі мен жағымсыз факторлары

- адамның тіршілік ортасымен қарым-қатынасының қауіпсіздігін қамсыздандыру принциптері, физиология негіздері және оның қызметінің қолайлы жағдайлары;

- жаракаттаушы, залалды және зақымдағыш факторлардың адамға әсерінің анатомиялық-физиологиялық факторлары, оларды бірге йлестіру принциптері, техникалық құралдар мен техникалық процесстердің қауіпсіздігін арттыру;

- шаруашылық объектілерінің төтенше жағдайдағы жұмыс істеу тұрақтылығын зерттеу әдістері;

- ТЖ мөн оның салдарын болжау;

- Төтенше жағдайда халық пен шаруашылық объектілерінің өндірістік қызметкерлерін қорғау және ТЖ салдарын жою жөніндегі шараларды әзірлеу;

- Тіршілік қауіпсіздігінің нормативтік - техникалық және ұйымдық негіздері.

Өмірден қымбат еш нәрсе жоқ, өйткені өмірде бәрі бар. Қазіргі заманда өмір ең қымбат байлық болып келеді. Адамның ең негізгі мақсаты ол - өмірді сақтап қалу, өйткені ол құнсыз. Адам осы өмірдегі өмір сүру мағынасын іздейді, жоспар құрайды, сол жоспарларды іске асыру үшін жасайды және үйренеді. Көбінесе жағдайларда өз өмірін сақтап қалу және өз жақындарының өмірін сақтап қалу үшін қарапайым ережелерді білуіне байланысты болады. Мысалы: алғашқы медициналық көмек төтенше жағдайлар кезінде. Өмір қауіпсіздік негіздерін ӘР ҚАЙСЫСЫ білу керек және де әр қайсысы түсініп отыру керек, өз уақытында бәрін дұрыс жасауын біздің денсаулығымызға және өзіміздің өмірімізге, балаларымызға қаншалықты маңызды екенін білу керек. Қай жерде сіз болсаңыз, жалғыз, достарымен, отбасымен, жолда жұмысқа бара жатқанда, демалыста немесе үйде, әрқашанда есіңізде сақтаныз, өмірде көптеген жағдайлар болады. Олар әдеттегідей әр-түрлі жағдайларға әкеліп соқтырады. Сендер бұндай жағдаймен кездесеңіз сабырлық сақтау керек – сіздің оған жасаған көмегіңіз оның өмірін сақтап қалуына мүмкіндік жасайды. Сол себептен бұны білу және оны дұрыс қолдану біздің міндетіміз.

7 сынып

Саб ақ №	Тақырыптар	Сағат саны	Өтетін мерзімі .
	<b>Техногенді және табиғаттық сипаттағы төтенше жағдай және оның зардабынан халықты қорғау</b>		
1	Су тасқыны	1	қыркүйек
2	Орман және дала өрті	1	қыркүйек
3	Өндірістік авариялар мен апаттар	2	қыркүйек
4	Улы заттар шығаруымен жалғасатын апаттар	2	қазан
	<b>Дәрігерлік білім негіздері мен алғашқы жәрдем беру қағидасы</b>		
5	Жарақат алғанда, жараланғаннандағы алғашқы дәрігерлік көмек	2	қараша
	<b>Салауатты өмір салтының негіздері</b>		
6	Салауатты өмір салты туралы түсінік	2	қаңтар
	<b>Өрт қауіпсіздігінің Ережесі</b>		
7	Өрт – болжау, шектеусіз болатын зұлзала	1	қаңтар
8	Өрт сөндірудің құралдары	1	наурыз
9	Тұрғын үй ( пәтерде) өрт қауіпінен сақтану	1	наурыз
10	Өрт қауіпінен сақтану белгілері	1	сәуір
11	Компьютерлер және басқа да электронды, техникамен жұмыс істегендегі өрт қауіпсіздігі	1	сәуір

**8 сынып**

<b>Саб ақ №</b>	<b>Тақырыптар</b>	<b>Сағат саны</b>	<b>Өтетін мерзімі .</b>
	<b>Табиғат және техногендік сипаттағы Төтенше жағдай, оның зардабынан халықты қорғау</b>		
<b>1</b>	Күшті әсері бар улы заттардың шығуымен болған апаттар	<b>2</b>	қыркүйек
<b>2</b>	Жарылыстар мен өрттер	<b>2</b>	қыркүйек
	<b>Дәрігерлік білім негіздері және алғашқы көмек көрсету ережесі</b>		
<b>3</b>	Апаттар да алынған жарақаттарға Алғашқы жәрдем көрсету	<b>2</b>	қазан
<b>4</b>	Инфекциялық аурулар мен оның прафилактикасы	<b>2</b>	қараша
	<b>Салауатты өмір салты</b>		
<b>5</b>	Салауатты өмір салттары дегеніміз не?	<b>1</b>	қаңтар
<b>6</b>	Денсаулық және жастардың тіршілік тынысы	<b>1</b>	қаңтар
	<b>Өрт қауіпсіздігі</b>		
<b>7</b>	Өрт сөндірушілер туралы тарихи анықтама	<b>1</b>	сәуір
<b>8</b>	Өрттер	<b>1</b>	сәуір
<b>9</b>	Өрт кезіндегі эвакуация қауіпсіздігі	<b>1</b>	сәуір
<b>10</b>	Күйген және газбен уланған кездегі алғашқы жәрдем	<b>1</b>	сәуір
<b>11</b>	Өрттің қауіпті факторлары	<b>1</b>	сәуір

**9 сынып**

<b>Саб ақ №</b>	<b>Тақырыптар</b>	<b>Сағат саны</b>	<b>Өтетін мерзімі .</b>
	<b>Техногенді және табиғаттық сипаттағы төтенше жағдай және оның зардабынан халықты қорғау</b>		
1	Улы заттардың шығуымен сипатталатын апаттар	2	қыркүйек
2	Гидродинамикалық апаттар	1	қыркүйек
3	Экологиялық тепе – теңдіктің бұзылуы	1	қыркүйек
	<b>Дәрігерлік білім негіздері мен алғашқы жәрдем беру қағидасы</b>		
4	Жоғарғы буынды сынып оқушыларының жарақаттануының алдын алу	1	қараша
5	Жарақаттану кезіндегі алғашқы дәрігерлік жәрдем	2	қараша
	<b>Салауатты өмір салты</b>		
6	Жастар тіршілігі мен денсаулығы	2	қараша
	<b>Өрт қауіпсіздігінің Ережесі</b>		
7	Өрт қауіпсіздігі Ережесінің маңызы	1	қаңтар
8	Өрт кезіндегі әрекеттер	1	қаңтар
9	Өрт сөндірудің қарапайым құралдары	1	наурыз
10	Улану кезіндегі алғашқы жәрдем	1	сәуір
11	Автокөліктегі өрт сөндіру қауіпсіздігі	1	сәуір
12	Азаматтардың Өрттен сақтандыру ережесін бұзған үшін жауапкершілігі	1	сәуір

### **Қолданылған әдебиеттер:**

1. Өмір қауіпсіздігінің негіздері - Сүгірәлі Тайжанов

«Дәнекер» халықаралық құқық және халықаралық бизнес академиясы

Астана – «Дәнекер» -2005 ж

2. Сборник нормативных документов и программ начальной военной подготовки

Алматы 1997 г

3. Основы безопасности жизнедеятельности 1,2 часть

Агентство РК по ЧС Алматы -2003 г