

Келісемін: 
Директордың оқу ісі
орынбасары Л.А.Адилгереева

Бекітемін: 
«Табантал орта мектебі» КММ
директоры: А.С.Калиев



«Табантал орта мектебі» КММ
«Өмір қауіпсіздік негіздері» бойынша 1-11 сыныптардағы тақырыптар кестесі

2023-2024 оқу жылы

р/с	Сыныбы	Күні	ӨҚН тақырыптары	Дүниетану/дене шынықтыру/ АӘД тақырыптары
1- сынып				
1	1	21.09.2023	ӨҚН №1 Қауіпсіздік	Отбасы өмірі
2		23.11.2023	ӨҚН №2 Көше кез дейсоқ жағдайлар ға толы	Менің туған өлкем
3		25.01.2024	ӨҚН №3 Көше кездейсоқ жағдайлар ға толы	желгі адамдар қандай болған?
4		29.02.2024	ӨҚН№4 Судағы қауіпсіздік	Адамдар саяхатқа не үшін шығады?
5		25.04.2024	ӨҚН №5 Ғимараттағы қауіп сіздік	Тәуелсіз Қазақстан
6		2.05.2024	ӨҚН №6 Ғимараттағы қауіп сіздік	Үйде қандай қауіп -қатерлер орын алуы мүмкін?
2- сынып				
1	2	11.09.2023	ӨҚН №1 Қауіпсіздік	Менің ата-тегім
2		16.10.2023	ӨҚН№2 От адамның досы және жауы	Отан үшін аянба!
3		15.01.2024	ӨҚН№3 Табиғат	Дұрыс тамақтанабіл!
4		26.02.2024	ӨҚН№4 Су қоймасы	Әл-Фараби
5		15.04.2024	ӨҚН№5 Оқушылар тәртібінің көшедегі және жолдағы негізгі ережесі	Адам өмірінде табиғат жағдайының алатын орны

6		06.05.2024	ӨҚН№6 Практикалық қауіпсіздік сабағы	Қазақстанға саяхат
3- сынып				
1	3	21.09.2023	ӨҚН №1 Төтенше жағдай - бұл не?	Менің табиғи ортадағы қауіпсіздігім
2		23.11.2023	ӨҚН№2 Тұрмыстық жарақатты болдырмау жолдарын ескерту.	Спорт- денсаулық кепілі
3		25.01.2024	ӨҚН№3 Оқушылар тәртібінің көшедегі және жолдағы ережесі	Менің елімнің нышандары
4		29.02.2024	ӨҚН№4 Оқушылар тәртібінің көшедегі және жолдағы ережесі	Батырлар – отаны, Батырлар отанымыздың қорғаны. Билер – Ұлы Даланың даналары
5		25.04.2024	ӨҚН№5 Өмір қауіпсіздігі туралы практикалық сабақ	Табиғат ж/е менің қауіпсіздігім
6		2.05.2024	ӨҚН№6 Өмір қауіпсіздігі туралы практикалық сабақ	Отбасының берекесі бәрінен де қымбат
4 -сынып				
1	4	28.09.2023	ӨҚН№1 Тұрмыстық жарақатты болдырмау жолдарын ескерту.	Отбасының қоғам өміріндегі маңызы
2		26.10.2023	ӨҚН№2 Судағы қауіпсіздік	Әр алуан тапсырмалар
3		30.11.2023	ӨҚН№3 Жаяу жүргінші қауіпсіздігі	Тарихи мұражайлар не үшін керек?
4		28.12.2023	ӨҚН№4 Сіз жолда жүру ережесін білесіз бе?	Әр алуан тапсырмалар
5		25.01.2024	ӨҚН№5 Практикалық сабақ	Катаклизм кезіндегі менің қауіпсіздігім
6		22.02.2024	ӨҚН№6 Практикалық сабақ	Қоршаған ортаға қамқорлықпен қараудың мәні
7		18.04.2024	ӨҚН№7 Кіші мектеп жасындағы балалардағы сынықтың негізгі түрлері және алғашқы медициналық көмек	Менің құқықтарым мен міндеттерім

8		25.04.2024	ӨҚН№8 Кіші мектеп жасындағы балалардағы сынықтың негізгі түрлері және алғашқы медициналық көмек	Менің туристік маршрутым
9		16.05.2024	ӨҚН№9 Денсаулыққа әсер ететін факторлар туралы түсінік	Қазақстанның әлем алдындағы бейнесі.
10		23.05.2024	ӨҚН№10 Денсаулыққа әсер ететін факторлар туралы түсінік	Әр алуан тапсырмалар
5 - сынып				
1	5	11.09.23	ӨҚН№1 Адамның табиғатта өз бетінше өмір сүруі	Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету
2		02.10.23	ӨҚН№2 Медициналық көмек көрсету жолдары	Топтық эстафеталық жұмыс.
3		13.10.23	ӨҚН№3 Жер сілкінісі алдын алуы	Негізгі қабылдау тактикасын үйрету
4		17.11.23	ӨҚН№4 Жер сілкінісі алдын алуы	Акробатикалық жаттығулар орындау
5		04.12.23	ӨҚН№5 Жердің опырылуы мен сель, көшкіннің орын алдын алуы	Гимнастикалық жиынтықтың негізін
6		11.12.23	ӨҚН№6 Жердің опырылуы мен сель, көшкіннің орын алдын алуы	Қазақтың ұлттық ойындары.
7		15.01.24	ӨҚН№7 Жердің опырылуы мен сель, көшкіннің орын алдын алуы	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету.
8		22.01.24	ӨҚН№8 Жердің опырылуы мен сель, көшкіннің орын алдын алуы	Қашықтықтан өту тактикасының негізі
9		12.02.24	ӨҚН№9 Дауыл, боран алдын алуы	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту.
10		19.02.24	ӨҚН№10 Дауыл, боран алдын алуы	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет

11		11.03.24	ӨҚН№11 Әсері мықты улы заттардан уланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету.	Ойын – сауық ойындарын құру.
12		12.04.24	ӨҚН№12 Әртүрлі жарақат алу жағдайындағы алғашқы медициналық көмек	Ойын кеңістігінде бағдарлау дағдыларына үйрету.
13		29.04.24	ӨҚН№13 Жаппай жарақат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту
14		13.05.24	ӨҚН№14 Жаппай жарақат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру
15		20.05.24	ӨҚН№15 Жаппай жарақат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту
6 -сынып				
1	6	05.09.23	ӨҚН№1 Адамның табиғатта өз бетінше өмір сүруі	Қауіпсіздік ережесі. Әртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс
2		07.09.23	ӨҚН№2 Медициналық көмек көрсету жолдары	Қауіпсіздік ережесі. Әртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс. 30 м жүгіру
3		12.09.23	ӨҚН№3 Жер сілкінісі алдын алуы	Қауіпсіздік ережесі. Әртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс. 60 м жүгіру
4		14.09.23	ӨҚН№4 Жер сілкінісі алдын алуы	Жүгіру секіру реттілігі. Орта қашықтыққа жүгіру 200,400 м
5		07.11.23	ӨҚН№5 Жердің опырылуы мен сель, көшкіннің орын алуы	Қауіпсіздік ережесі. Саптағы жаттығулардың элементтерін көрсету
6		09.11.23	ӨҚН№6 Дауыл, боран алдын алуы	Қауіпсіздік ережесі. Саптағы жаттығулардың элементтерін көрсету
7		14.11.23	ӨҚН№7 Дауыл, боран алдын алуы	Қауіпсіздік ережесі. Саптағы жаттығулардың элементтерін көрсету
8		16.11.23	ӨҚН№8 Дауыл, боран алдын алуы	Қауіпсіздік ережесі. Саптағы жаттығулардың элементтерін көрсету

9		21.11.23	ӨҚН№9 Әсері мықты улы заттардан уланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету.	Акробатикалық жаттығулар комбинациясын орындау Гимнастикалық төсеніште жаттығулар жасау
10		09.01.24	ӨҚН№10 Әртүрлі жарақат алу жағдайындағы алғашқы медициналық көмек	Қауіпсіздік ережесі. Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту.
11		11.01.24	ӨҚН№11 Жаппай жарақат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау
12		16.01.24	ӨҚН№12 Жаппай жарақат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту . Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау
13		18.01.24	ОҚН№13 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы
14		02.04.24	ӨҚН№14 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	.Қауіпсіздік ережесі Допқа ие болу әдісінің негізгі элементтерін дамыту Футбол. Ойын ережелері
15		04.04.24	ӨҚН№15 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету	Қауіпсіздік ережесі Допқа ие болу әдісінің негізгі элементтерін дамыту Футбол. Ойын ережелері
7- сынып				
1	7	12.09.23	ӨҚН№1 Су тасқыны алдын алу	Орта және алыс қашықтықтарға жүгіру.
2		19.09.23	ӨҚН№2 Орман және дала өрті алдын алу	Секіру және оның түрлері
3		03.10.23	ӨҚН№3 Орман және дала өрті алдын алу	Эстафеталық жүгіруді түрлендіру.
4		17.10.23	ӨҚН№4 Орман және дала өрті алдын алу	Спорт ойындарындағы тактика және тактикалық іс-әрекеттер Өндірістік апат және күйреу
5		14.11.23	ӨҚН№5 Өндірістік апаттар және зілзала апаттар	Акробаттық жаттығулар кешені.
6		08.12.23	ӨҚН№6 Өндірістік апаттар және зілзала апаттар	Қазақ ұлттық ойындары.

7		15.12.23	ӨҚН№7 Өндірістік апаттар және зілзала апаттар	Қазақ ұлттық ойындары. Жараланғанда, жарақаттанғанда, басқа да қатерге ұшырағанда көрсетілетін бірінші дәгерлік көмек
8		19.12.23	ӨҚН№8 Өндірістік апаттар және зілзала апаттар	Зияткерлік ойындар.
9		16.01.24	ӨҚН№9 Әсері мықты улы заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар.	Күш және шыдамдылықты жақсартуға қозғалыс іс-әрекеттері
10		30.01.24	ӨҚН№10 Әсері мықты улы заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар.	Ойындар кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-әрекет
11		23.02.24	ӨҚН№11 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	Баламалы ойын жағдайын құру.
12		05.04.24	ӨҚН№12 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	Ойын кезінде алаңда бағдарлау және допты қайтару дағдылары
13		19.04.24	ӨҚН№13 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	Өздерінің ойындарын құрастыру және өткізу
14		10..05.24	ӨҚН№14 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	Белгілерге тез жауап қайтару ойындары
15		24.04.24	ӨҚН№15 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	Арнайы спорттық әдістерді орындау барысындағы қозғалысты жетілдіру Салауатты өмір салтының дағдылары туралы түсінік
8- сынып				
1	8	04.09.23	ӨҚН№1 Әсері мықты улы заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар.	Қауіпсіздік ережесі Төменгі сөре және сөрелік екпін. 60 м жүгіру
2		07.09.23	ӨҚН№2 Әсері мықты улы заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар.	Төменгі сөре және сөрелік екпін. 4x10 м жүгіру
3		11.09.23	ӨҚН№3 Жарылыс және өрт алдын алуы	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту Эстафетаға жүгіру 4x60 м
4		14.09.23	ӨҚН№4 Жарылыс және өрт алдын алуы	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту 200 м жүгіру

5		06.11.23	ӨҚН№5 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	Қауіпсіздік ережесі Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Саптық жаттығулар
6		09.11.23	ӨҚН№6 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	Қауіпсіздік ережесі Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Саптық жаттығулар
7		13.11.23	ӨҚН№7 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Бөрене үстінде тепе теңдік сақтау жаттығулары.
8		16.11.23	ӨҚН№8 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Бөрене үстінде тепе теңдік сақтау жаттығулары
9		20.11.23	ӨҚН№9 Жұқпалы аурулардың алдын алу	Орында және қозғалыста орындау жаттығулары.. Өрмелеу.Арқанға жылдам өр-мелеу
10		08.01.24	ӨҚН№10 Жұқпалы аурулардың алдын алу	Қауіпсіздік ережесі Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту
11		11.01.24	ӨҚН№11 Жұқпалы аурулардың алдын алу	Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау
12		15.01.24	ӨҚН№12 Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау
13		18.01.24	ӨҚН№13 Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	Арнаулы дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы
14		01.04.24	ӨҚН№14 Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	Қауіпсіздік ережесі. Ойын техникасы. Футбол ойынының ержелері
15		04.04.24	ӨҚН№15 Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	Ойын техникасы. Футбол. Алаңдағы қозғалыстар
9- сынып				
1	9	04.09.23	ӨҚН№1. Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	Қауіпсіздік ережесі. Спринттік жүгіруді жетілдіру
2		18.09.23	ӨҚН№2. Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	Секірудің түрлендірілген түрлері

3		25.09.23	ӨҚН№3. Гидродинамикалық апаттар	Лақтыруды жетілдіруге арналған жаттығулар құрастыру
4		02.10.23	ӨҚН№4. Гидродинамикалық апаттар	Жүгіру эстафетасын өткізу жолдарын құрастыру
5		06.11.23	ӨҚН№5. Гидродинамикалық апаттар	Қауіпсіздік ережесі.Топтық саптық жаттығулар
6		20.11.23	ӨҚН№6. Гидродинамикалық апаттар	Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру
7		27.11.23	ӨҚН№7. Мектеп жасындағы балалардың жарақат алуының және жарақат алған кездегі естен тануының алдын алу шаралары	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау
8		08.01.24	ӨҚН№8. Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету	Қауіпсіздік ережесі. Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру
9		12.01.24	ӨҚН№9 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету	Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру.
10		05.02.24	ӨҚН№10 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету	Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар
11		16.02.24	ӨҚН№11 Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету	Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру.
12		01.04.24	ӨҚН№12. Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	Қауіпсіздік ережесі. Ойын жағдайында допты игеру техникасы.
13		05.04.24	ӨҚН№13. Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	Ойын жағдайында допты игеру техникасы
14		15.04.24	ӨҚН№14. Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	Жеке, топтық, командалық тактикалық әрекеттер
15		29.04.24	ӨҚН№15. Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	Әртүрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру

10 -сынып				
1	10	23.02.2024	ӨҚН 1 Шаруашылық жүргізу нысанындағы азаматтық қорғау	-
2		01.03.2024	ӨҚН 2 Ядролық қару және оның сипаттамасы	-
3		08.03.2024	ӨҚН 3 Химиялық қару	-
4		15.03.2024	ӨҚН 4 Биологиялық (бактериологиялық) қару	-
5		05.04.2024	ӨҚН 5 Тыныс алу мүшелерін қорғау құралдары	-
6		12.04.2024	ӨҚН 6 Теріні қорғаудың жеке құралдары	-
7		19.04.2024	ӨҚН 7 Ұжымдық қорғану құралдары	-
8		26.04.2024	ӨҚН 8 Эвакуация және бытыраңқы орналастыру	-
9		03.05.2024	ӨҚН 9 Террорлық қауіп-қатер кезіндегі тұрғындардың қауіпсіздігі	-
10		10.05.2024	ӨҚН 10 Табиғатты апаттар ауданындағы тұрғындардың әрекеттері	-
11		17.05.2024	ӨҚН 11 Жарақаттану, қанау және күйгенде алғашқы медициналық көмек	-
12		24.05.2024	ӨҚН 12 Түрлі қайғылы оқиғалар кезіндегі алғашқы медициналық көмек	-
11- сынып				
1	11	01.03.2024	ӨҚН 1 Қауіпсіздік негіздері және қауіптерді жіктеу	-

2		01.03.2024	ӨҚН 2 Қоршаған орта мен адамның қауіпсіздігі	-
3		08.03.2024	ӨҚН 3 Өртүрлі тұрмыстық жағдайларда жеке қауіпсіздікті қамтамасыз ету	-
4		15.03.2024	ӨҚН 4 Техногендік сипаттағы қауіптілік	-
5		05.04.2024	ӨҚН 5 Экологиялық қауіпсіздік	-
6		12.04.2024	ӨҚН 6 Табиғи жағдайда автономды өмір сүру	-
7		19.04.2024	ӨҚН 7 Криминогендік жағдайларда өзін-өзі қауіпсіз ұстау негіздері	-
8		26.04.2024	ӨҚН 8 Терроризм актісінің қауіпі кезінде жеке қауіпсіздікті қамтамасыз ету	-
9		3.05.2024	ӨҚН 9 Ақпараттық кеңістіктегі киберқауіпсіздік негіздері	-
10		10.05.2024	ӨҚН 10 Жаппай зақымдану кезінде алғашқы көмек көрсету	-
11		17.05.2024	ӨҚН 11 Негізгі жұқпалы аурулар. Уланулар, интоксикация және олардың алдын алу	-
12		24.05.2024	ӨҚН 12 Жол-көлік оқиғасы кезінде зардап шеккендерге алғашқы көмек көрсету	-