

Қарағанды облысы білім басқармасының Бухар жырау ауданы білім бөлімінің
«Ы.Алтынсарина атындағы ЖББМ » КММ



Бекітемін

М.М Аксартөв

«Тіршілік қауіпсіздігі негіздері »

Білім беру бағдарламасы

2025-2026 оқу жылы

2025-2026 оқу жылының жаңартылған білім беру мазмұны бойынша жалпы орта білім беру деңгейінің 1-9 сыныптарына арналған «Тіршілік қауіпсіздігі негіздері»
БІЛІМ БЕРУ БАҒДАРЛАМАСЫ

Білім берудің жаңартылған мазмұнын бөлімдерінің материалдары оқушыларға ғылыми зерттеулер мен іздеу жұмыстарына мүмкіндігінше тәуелсіздік беру, әртүрлі эксперименттер жүргізу және шығармашылық идеяларын көрсету сияқты етіп ұсынылады. Әр бөлімнен кейін өздігінен өз жұмыстарының таныстырылым дайындау жаңартылған бағдарламаның ерекшеліктерінің бірі болып табылады. Білім алушы барлық түрлерін өз бетінше функционалдық сауаттылығын дамытуға бағытталған, күнделікті өмірде алған білімін, білігі мен дағдыларын қолдана алады. Практикалық жұмысты орындау кезінде әрбір бөлімінде қызметтің бұл түрі үлгі ретінде берілген. Мұғалім қолда бар материалдарды, құрал-жабдықтарды негізге ала отырып, білім алушыларды бірдей дамыту үшін үлгілік өнімді іске асыру негізінде ұсынуға құқылы.

Бірінші бөлім «Қауіпсіздік және адамды қорғау» бөліміне ауыстырылды. Практикалық жұмыстарды өткізу және жаңа тақырыпты зерделеу кезінде жаңартылған мазмұнның әрбір бөлімінде көзделген.

«Медициналық білім негіздері және балалар денсаулығын қорғау» екінші бөлімі «Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты» және «Медициналық білім негіздері» бөлімдеріне ауыстырылды. 5-сыныптан «Табиғи сипаттағы қауіп», «Техногендік сипаттағы қауіп», «Экстремалды жағдай және қауіпсіздік», «Азаматтық қорғаныс» осы бөлімдер енгізілді

.1 тарау. Жалпы ережелер

«Тіршілік қауіпсіздігінің негіздері» оқу курсының мазмұны 1-4-сыныптарда «Дүниетану» оқу курсының аясында жүзеге асырылады:

- 1-3-сыныптарда жылдық оқу жүктемесі 6 сағат, 4-сыныпта 10 сағат көлемінде бастауыш сынып мұғалімдері жүргізеді;

- 5-9-сыныптарда «Дене шынықтыру» оқу курсының аясында 15 сағаттық жылдық оқу жүктемесімен дене шынықтыру мұғалімінің оқытуымен іске асырылады;

2 тарау. «Тіршілік қауіпсіздігі негіздері» оқу пәнінің мазмұнын ұйымдастыру.

«Тіршілік қауіпсіздігі негіздері» бағдарламалары 1-4 сыныптар
Бөлім бойынша оқыту сағат санының үлгісі

Бөлім атауы	Сыныптар бойынша сағат саны				Жалпы сағаттар саны
	I	II	III	IV	4
1. Қауіпсіздік және адамды қорғау	2	2	2	2	8
2. Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты	2	2	2	2	8
3. Медициналық білім негіздері	2	2	2	2	8
Барлығы:	6	6	6	6	24

1 сынып

Оқу уақытын тақырыптар бойынша бөлу үлгісі

Бөлім және тақырып атауы	Сағат саны
1. Қауіпсіздік және адамды қорғау	4
1.1. «Менің қауіпсіздігім» деген не?	1
1.2. Жолды абайла! Көлік және ондағы тәртіп ережелері	1
1.1. Үйде жалғыз болу. Өрт шыққан кездегі өзін-өзі ұстау ережелері. Отпен абай болу дағдылары	1
1.2. Мектептегі және көшедегі қауіптер.	1
2. «Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты»	2
2.1. Денсаулық деген не? Денсаулықты қалай сақтауға болады?	1
2.2. Денсаулыққа әсер ететін факторлар. Жеке гигиена ережелері	1
Барлығы:	6

1 бөлім. «Менің қауіпсіздігім» деген не?

Қауіпті және қауіпсіз орындар. Сен тұратын үлкен қаладағы, ауылдағы, ауладағы тәртіп ережелері. Абайла, бейтаныс! Жедел қызмет телефондары.

Жолды абайла!

Сенің елді мекеніндегі жол белгілері. Мектепке және үйге дейінгі қауіпсіз маршрут. Көшеде және жолда қауіпсіз жүріп-тұру ережелері.

Көлік және ондағы тәртіп ережелері

Сенің елді мекеніндегі көлік түрлері. Аялдамада қоғамдық көлікке міну және түсу кезінде, сондай-ақ оның ішінде тәртіп ережелерін сақтау.

Үйде жалғыз болу

Үйдегі қауіп-қатер (дәрі-дәрмектер мен тұрмыстық химия, терезелер, үшкір және кескіш заттар). Суды, электр құралдарын қауіпсіз пайдалану ережелері. Теледидар, компьютер жасырын қауіп-қатердің тасымалдаушысы ретінде.

Өрт шыққан кездегі өзін-өзі ұстау ережелері. Отпен абай болу дағдылары

Өрт сөндіру қызметін шақыру телефондары. Шағын өрт ошақтарын сөндіруге арналған қолда бар құралдар. Жанып жатқан ғимараттан эвакуациялау ережелері. Түтінге толы үй-жайдағы өзін-өзі ұстау ережелері. Отты пайдаланудағы сақтық шаралары.

Мектептегі және көшедегі қауіп-қатер

Үзілісте жарақат алып қалмау шаралары. Стандартты емес спорттық жабдықтар және қауіпсіз сабақ ережелері. Ойнауға және сырғанауға арналған орындар. Саябақтарға, кинотеатрларға, стадиондарға дейінгі маршруттар. Елді мекенде бағдарлаудың қарапайым тәсілдері.

2-бөлім. «Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты». Денсаулық деген не? Денсаулықты қалай сақтауға болады?

Дені сау адам деп кімді айтуға болады? Оқушының күн тәртібі және оның денсаулыққа әсері. Қимыл белсенділігінің тәсілдері. Денсаулыққа әсер ететін факторлар Жеке гигиена ережелері

2 сынып

Оқу уақытын тақырыптар бойынша бөлу

Бөлім және тақырып атауы	Сағат саны
1. Қауіпсіздік және адамды қорғау	4
1.1 Жолаушылар мен жаяу жүргіншілер. Жолда жүру ережелері	1
1.2. Мен велосипедшімін. Роликпен, скейтбордпен сырғанау кезінде жарақаттанудың алдын алу.	1
1.3. Табиғаттағы қауіпті жағдайлар: жаңбыр, найзағай, қар жауы. Табиғат аясында демалу кезіндегі қауіпсіздік	1
1.4. Су қоймаларында қауіпсіз жүру ережелері.	1
2. «Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты»	2
2.1. Аурулар, олардың себептері, өмір салтымен байланысы	1
2.2. Таза ауа, оның адам денсаулығы үшін маңызы..	1
Барлығы:	6

1 бөлім. Қауіпсіздік және адамды қорғау. Жолаушылар мен жаяу жүргіншілер

Жаяу жүргіншілер мен жолаушыларға арналған жолда жүру ережелерінің талаптары. Жолаушылардың міндеттері. Жаяу жүргіншілердің реттелетін және реттелмейтін жаяулар өтпесі арқылы қозғалысы. Ұымдасқан жаяу саптардың қозғалысы. Практикалық дағдыларды пысықтау.

Мен велосипедшімін. Жолда жүру ережелері

Велосипедшілерге арналған тыйым салатын және алдын ала қойылатын белгілер. Жолдың жүретін бөлігімен қозғалыс ережелері. Велосипедпен жүру кезіндегі қауіпсіздік шаралары.

Роликпен, скейтборпен сырғанау кезінде жарақаттанудың алдын-алу

Сырғанауға арналған орындар. Қорғау жарағы. Жылдамдықты және өз қозғалыстарын бақылау. Қауіпсіз құлау тәсілдері.

Табиғаттағы қауіпті жағдайлар: жаңбыр, найзағай, қар.

Ауа райы деген не? Метеорологиялық төтенше жағдайлардың зақымдаушы факторлары және қауіпсіз іс-әрекет ережелері. Жақында болатын найзағайдың белгілері. Көшедегі, ормандағы, судың жанындағы жүріс-тұрыс ережелері.

Табиғат аясында демалу кезіндегі қауіпсіздік

Табиғатта отты қалай пайдалану керек? Саңырауқұлақтар мен жидектер жинау. Жәндіктердің, оның ішінде кенелердің шағуы.

Су қоймаларында қауіпсіз жүру ережелері.

Күзгі, қысқы, көктемгі және жазғы кезеңдерде су қоймаларында қауіпсіз жүріс-тұрыс шаралары.

2-бөлім. «Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты» Аурулар, олардың себептері, өмір салтымен байланысы

Ұялы телефондардың зияны мен пайдасы. Компьютерлік ойындар және оның бала денсаулығына әсері. Қимыл белсенділігі. Тамақтану функциялары. Дене шынықтырумен және спортпен белсенді айналысу

Таза ауа, оның адам денсаулығы үшін маңызы

Таза ауа – денсаулық кепілі. Қалалар мен ауылдарды көгалдандыру. Оқу сыныптарындағы ауа кеңістігіне қойылатын талаптар.

Алғашқы медициналық көмек көрсету дағдыларын пысықтау бойынша ПРАКТИКАЛЫҚ САБАҚТАР (тікен кіру, шағу, соғып алу)

Зарарсыздандырудың қарапайым ережелері. Суық компресс қою ережелері. Қысып байланған таңғыштар мен оларды қоюдың тәсілдері.

3 сынып

Оқу уақытын тақырыптар бойынша бөлу

Бөлім және тақырып атауы	Сағат саны
1. Қауіпсіздік және адамды қорғау	4
1.1. Жол және оның элементтері. Көлік құралдарының түрлері	1
1.2. Қазіргі заманғы тұрғын үйлердегі қауіп-қатер. Өрт кезіндегі қауіпсіз жүріс-тұрыс дағдылары	1
1.3. Үй-жайдан, көліктен шұғыл эвакуациялау ережесі.	1
1.4. Бейтаныс адамдармен өзін-өзі ұстау ерекшеліктері	1
2. «Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты»	2
2.1. Салауатты өмір салтының негіздерін қалыптастыру. Зиянды әдеттерден сақтану	1
2.2. Күн тәртібі.	1
Барлығы:	6

1-бөлім. «Қауіпсіздік және адамды қорғау». Жол және оның элементтері

Көшелер мен жолдардың таңбалануы. Жолдың жүру бөлігі мен оның шеті. Бөлу жолағы. Біржақты және екіжақты қозғалыс. Тротуармен және жолдың жиегімен қозғалыс. Көшелер мен жолдардан өту ережелері. Қала сыртындағы жолдармен қозғалыстың ерекшеліктері.

Көлік құралдарының түрлері

Қозғалу тәсілі бойынша көлік түрі. Арналуы бойынша негізгі көлік түрлері. Жолаушылардың әртүрлі көлік түрлерінде жүру ерекшеліктері.

Қазіргі заманғы тұрғын үйлердегі қауіп-қатер

Тұрғын үй-жайлардың жағдайы және адам денсаулығы. Қазіргі заманғы тұрмыстық құралдар және оларды пайдаланудың қауіпсіздік ережелері. Газ плиталарын дұрыс пайдалану және күйіп қалмау. Үй жануарларын ұстау және оларды күту кезіндегі қауіпсіздік шаралары.

Өрт кезіндегі қауіпсіз жүріс-тұрыс дағдылары

Мектепте, қалалық көлікте, ойын-сауық орталықтарында және адам көп шоғырланатын басқа жерлерде оқушылардың өрт кезіндегі іс-әрекеттерін элементтері бойынша талдау және пысықтау.

Үй-жайдан, көліктен шұғыл эвакуациялаудың ережелері

Хабарлау сигналдары мен тәсілдері. Эвакуациялау сызбалары. Қосалқы шығу жолдарының орналасқан жерлері. Шұғыл эвакуациялау тәсілдері. Эвакуациялауға жаттығу.

Бейтаныс адамдармен өзін-өзі ұстау ерекшеліктері

Көшедегі бейтаныс адам. Бейтаныс адам есіктің қоңырауын басқанда. Үйдің кіре берісіндегі, лифтідегі бейтаныс адам. Кімнен көмек сұрау керек.

2-бөлім. «Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты»

Салауатты өмір салтының негіздерін қалыптастыру. Зиянды әдеттерден сақтану.

Денсаулық ұғымы. Салауатты өмір салты (СӨС) туралы жалпы түсінік. Денсаулықтың басты факторлары. Қомағайлық – зиянды әдет. Алдын алу ережелері. Қуырылған қытырлақ картопқа және кептірілген қытырлақ нанға тәуелділік.

Күн тәртібі

Еңбек пен демалысты дұрыс кезектестіру. Тұрақты тамақтану. Дұрыс ұйықтау. Таңертеңгілік гимнастика және гигиеналық шаралар. Таза ауадағы демалыс. Улы газбен уланған кездегі алғашқы медициналық көмек Зардап шеккендерді залалданған қауіпті аймақтан шығару тәртібі. Суық компресс. Ауыр дәрежелі улану кезінде көмек көрсету ережелері.

Практикалық жұмыс.

Зардап шеккендерді тасымалдау тәсілдері Зардап шеккендерді тасымалдаудың тәсілдерін таңдау жағдайлары. Тәсілдері: сүйреу, арқаға салып, «құлып» жасап және таяқпен тасымалдау.

4 сынып

Оқу уақытын тақырыптар бойынша бөлу

Бөлім және тақырып атауы	Сағат саны
1. Қауіпсіздік және адамды қорғау	6
1.1. Жол – аса қауіпті аймақ	1
1.2. Көлікте өзін-өзі ұстау ережелерінің жүйесі	1
1.3. Пәтерді ұрылар мен тонаушылардан қорғау	1
1.4. Табиғи ортадағы адам қауіпсіздігі	1
1.5. Жергілікті заттардың белгілері және компас бойынша бағдарлау негіздері	1
1.5. Табиғи ортадағы адам қауіпсіздігі	1
2. «Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты»	2
2.1. Дұрыс тамақтану	1
2.2. Жұқпалы аурулардың алдын алу негіздері	1
3. «Медициналық білім негіздері»	2
3.1. Түрлі жарақаттар туралы түсінік. Теміржолдағы қауіпсіздік.	1
3.2. Жарақаттану кезіндегі алғашқы медициналық көмек	1
Барлығы:	10

1-бөлім. Қауіпсіздік және адамды қорғау. Жол – аса қауіпті аймақ

Қала көлігінің қарқыны мен қозғалыс жылдамдығы. Жолдың жай-күйі және автомобильдің тежелу жолы. Тұрған немесе тоқтаған көлікті қалай айналып өту керек? Трамваймен, троллейбуспен жүрген кездегі қауіпсіздік шаралары. Темір жол арқылы өтудің ережелер.

Көлікте өзін-өзі ұстау ережелерінің жүйесі

Мінгізу және түсіру. Салондағы қауіпсіз орын. Жүкті қалай дұрыс орналастырған жөн? Метродағы жүріс-тұрыс ерекшеліктері. Практикалық жұмыс.

Пәтерді ұрылар мен тонаушылардан қорғау

Қорғаудың негізгі тәсілдері. Терезелер мен есіктерді қорғаймыз. Дабыл және бейнебақылау жүйелері. Ит ұрылар мен тонаушыларға қарсы. Пәтерге кіруге тырысқан жағдайдағы іс-қимылдар тәртібі.

Табиғи ортадағы адам қауіпсіздігі

Адам ағзасына әсер ететін табиғи факторлар. Күн, ауа және су – біздің ең жақсы достарымыз. Табиғи ортада адам үшін төтенше жағдайлар. Су айдындарында болған кездегі қауіпсіздік шаралары.

Жергілікті заттардың белгілері және компас бойынша бағдарлау негіздері

Бағдарлаудың негізгі ережелері. Байқампаздық. Белгілерді табиғи жағдайлармен сәйкестендіру. Даладағы бағдарлау белгілері. Қыста бағдарлау ережелері. Компаспен танысу. Практикалық жұмыс.

2-бөлім. «Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты». Дұрыс тамақтану

Дұрыс тамақтану – тамақтану тәртібі. Дұрыс тамақтану негізгі құрамдас бөліктері. Ағзаның жасқа қарай қажеттілігі. Тамақтану мен ақыл-ойдың өзара байланысы.

Жұқпалы аурулардың алдын алу негіздері

Жеке гигиена ережелері. Үй-жайларды ұстауға қойылатын талаптар (сынып, балалар бөлмесі). Тамақтану гигиенасы. Коммуналдық гигиена (оқулықтарды, дәптерлерді, жабдықтарды және мүкәммалдарды пайдалану)

3-бөлім. «Медициналық білім негіздері». Түрлі жарақаттар туралы түсінік

Жарақат дегеніміз не. Жарақаттардың жіктелуі. Ауырлық дәрежесіне қарай жарақат түрлері. Алғашқы көмек көрсетуге арналған арнайы және қолда бар құралдар.

Жарақаттану кезіндегі алғашқы медициналық көмек

Мұрыннан қан кету, соғып алу және ауыртып алу, кесіп алу, күйік шалу кезінде алғашқы көмек көрсету бойынша топтардағы практикалық жұмыс.

«ТІРШІЛІК ҚАУІПСІЗДІГІ НЕГІЗДЕРІ» БАҒДАРЛАМАСЫНЫҢ БӨЛІМДЕРІ БОЙЫНША ОҚУ САҒАТТАРЫН ЕСЕПТЕУ 5-9 СЫНЫПТАР

Бөлім атаулары	Сыныптар бойынша сағат саны					Барлық сағат саны
Қауіпсіздік және адамды қорғау	5	6	7	8	9	
Табиғи сипаттағы қауіп	3	4	8			15
Техногендік сипаттағы қауіп	2			8		10
Қоршаған орта және адам денсаулығы			3			3
Экстремалды жағдай және қауіпсіздік		6		6		12
Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты	3	3	3	3	2	14
Медициналық білім негіздері	2	2	1	1	1	7
Барлығы:	15	15	15	15	15	75

5 СЫНЫП ОҚУ УАҚЫТЫН ТАҚЫРЫПТАР БОЙЫНША БӨЛУ ҮЛГІСІ

Бөлім және тақырып атауы	Сағат саны
1. Қауіпсіздік және адамды қорғау	5
1.1. Тұрғын үйдегі су-газ-электрмен жабдықтау жүйелерін пайдалану	1
1.2. Тұрмыстағы өрттердің сипаттамасы және жіктелуі	1
1.3. Көшеде жеке қауіпсіздікті қамтамасыз ету	1
1.4. Экстремизм және терроризм: негізгі ұғымдар	1
1.5. Қоғамға қарсы іс-әрекет. Қоғамға қарсы іс-әрекет үшін кәмілетке толмағандардың жауапкершілігі	1
2. Табиғи сипаттағы қауіп	3
2.1. Біз және табиғат	1
2.2. Табиғи апаттар және адам үшін болуы ықтимал салдар	1
2.3. Климаттық-географиялық жағдайлардың ауысуы	
3. Техногендік сипаттағы қауіп	2
3.1. Химиялық ластану және оның салдары.	1
3.2. Ядролық энергетика объектілерінің қауіптілігі	1
4. Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты	2
4.1. Зиянды әдеттер және олардың адам денсаулығына әсері	1
4.2. Қимыл белсенділігі – денсаулық кепілі	1
5. Медициналық білім негіздері.	3
5.1. Дәрілік заттармен және тұрмыстық химия құралдарымен улану кезінде алғашқы медициналық көмек	1

5.2. Таңу және қайта таңу туралы түсінік Әр түрлі таңғыштарды қолдану дағдыларын дамыту.	1
5.3. Таңу және қайта таңу туралы түсінік. Әр түрлі таңғыштарды қолдану дағдыларын дамыту.	1
Барлығы:	15

ОҚУ УАҚЫТЫН ТАҚЫРЫПТАР БОЙЫНША БӨЛУ

1-бөлім. Қауіпсіздік және адамды қорғау. Тұрғын үйдегі су-газ-электрмен жабдықтау жүйелерін пайдалану.

Жылу, су, газды авариялық жабуға арналған крандардың орналасуы. Электр беруді ажырату жүйесі. Пайдалану ережелері. Үй-жайды су басу кезіндегі ережелер және оны жою бойынша шаралар. Крандарды қарапайым жөндеу, су жүретін шлангілерді, бекітпе ауыстыру. Жанып кеткен шамды ауыстыру.

Тұрмыстағы өрттердің сипаттамасы және жіктелуі

Өрт неліктен шығады? Жанудың сыртқы белгілері бойынша өрттердің жіктелуі. Ішкі өрттер – ашық және жасырын. Құрылыс типі бойынша жану түрлері. Өрт сөндіру құралдарының орналасу орындары.

Көшеде жеке қауіпсіздікті қамтамасыз ету

Қауіптілігі жоғары аймақтар (вокзалдар, стадиондар, базарлар, саябақтар, кинозалдар). Өзіңді сенімді сезіну үшін. Серуендегі, адамдар көп жиналатын жерлердегі жеке қауіпсіздік ережелері. Өзін-өзі қорғау тәсілдері мен ережелері.

Экстремизм және терроризм: негізгі ұғымдары

Экстремизм және терроризм түрлері. Қазіргі заманғы терроризмнің мәні. Олардың пайда болу салдары (ықтималдығы).

Қоғамға қарсы іс-әрекет. Қоғамға қарсы іс-әрекет үшін кәмелетке толмағандардың жауапкершілігі

Әлеуметтік сипаттағы қауіпті жағдайлар. Мұқият болуды қалай үйрену керек. Теріс қылықтар және қылмыс. Кәмелетке толмағандардың әкімшілік және қылмыстық жауапкершіліктері.

2-бөлім. Табиғи сипаттағы қауіп. Біз және табиғат

Адамның табиғатқа әсері. Табиғаттағы қауіпті жағдайлардың сипаттамасы. Пайда болу себептері. Адамның табиғаттағы қауіпсіз жүріс-тұрыс ережелері.

Табиғи апаттар және адам үшін болуы ықтимал салдары

Табиғи апаттар табиғат күштерінің неғұрлым қауіпті көріністері ретінде. Табиғи апаттар және олардың адамға әсер ету тәсілдері бойынша қысқаша сипаттамасы. Табиғи апаттардың болу қаупі туындаған кезінде халықты хабардар ету тәсілдері. Халықтың белгіленген іс-әрекет ережелері.

Климаттық-географиялық жағдайлардың ауысуы

Климаттық-географиялық жағдайлардың мәжбүрлі өзгеруі. Жерсіну кезеңінде адамға әсер ететін факторлар. Жерсіну ережелері.

3-бөлім. Техногендік сипаттағы қауіп

Химиялық ластану және оның салдары

Ластау көздері. Топырақтың, судың, ауаның ластануы. Химиялық ластанудың адам денсаулығына әсері. Ластанудан тазалау тәсілдері.

Ядролық энергетика объектілерінің қауіптілігі

Радиациялық қауіпті объектілер түрлері. Объектілердің қоршаған ортаға әсері. Радиоактивтік сәулеленудің адамға әсері. Қорғану тәсілдері.

4-бөлім. Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты

Зиянды әдеттер және олардың адам денсаулығына әсері

Зиянды әдеттердің пайда болу себептері. Темекі шегу және оның ағзаға әсері. Маскүнемдік кезіндегі денсаулықтың бұзылуы. Нашакорлық, уытқұмарлық. Алдын алу шаралары.

Қимыл белсенділігі – денсаулық кепілі

Қимыл белсенділігі деген не? Қимыл біліктерін дамыту және олардың сапасы. Дене қасиеттерін қалыптасуына әртүрлі спорт түрлерінің әсері.

5-бөлім. Медициналық білім негіздері. Байламдардың созылуы, буын шығуы кезінде алғашқы медициналық көмек.

Белгілері мен симптомдары. Көмек көрсетуге арналған материалдар. Алғашқы көмек (практикалық жұмыс).

Дәрілік заттармен және тұрмыстық химия құралдарымен улану кезінде алғашқы медициналық көмек

Улану, улану себептері. Уланудың алдын алу. Белгілері мен симптомдары. Сұйық химикаттар теріге тигенде, ауыз арқылы уланғанда, иістенгенде көрсетілетін алғашқы көмек.

Таңу және қайта таңу туралы түсінік

Жалпы түсінік. Таңғыш түрлері. Таңу материалы. Дәкелік таңғыштарды қоюдың алгоритмі.

Таңғыштарды қоюдың жалпы ережелері.

Әртүрлі таңғыштарды таңу бойынша дағдыларды пысықтау

Буындарға, қан кеткенде таңғышты қою ережелері.

7 СЫНЫП ТАҚЫРЫПТАРЫ БОЙЫНША ОҚУ УАҚЫТЫН БӨЛУ

Бөлім және тақырып атауы	Сағат саны
1. Табиғи сипаттағы қауіптер	9
Халықтың өмір қауіпсіздігі саласындағы қазіргі заманғы мәдениет деңгейін қалыптастыру	1
Терроризм мен діни экстремизмге қарсы күрес жүйесі	1
Террористік акт қаупі төнген кездегі мінез-құлық ережелері	1
Жәбірлеушілер мен бұзақылар шабуылының алдын алу және өзін-өзі қорғау ережелері	1
Алаяқтықтың негізгі түрлері. Алаяқтардан сақтану ережелері	1
Экстремалды жағдайлардың адам мамандығына тәуелділігі	1
Адамның табиғатта автономды өмір сүруі	1
Көліктегі апаттық экстремалды жағдайлар. Қала тұрғынының қауіпсіздігін қамтамасыз ету үшін жабдықтар	1
2. Қоршаған орта және адам денсаулығы	3
Тобырдың психологиялық бейнесі. Тобырдың қауіпсіз мінез-құлық ережелері.	1
Экстремалды жағдайлар туралы жалпы ұғымдар	1
Экстремалды жағдайларда тірі қалуға дайындық	1
3. Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты	1
Салауатты өмір салты, оны құрамдастары. Отбасы және СӨС.36	1
4. Медициналық білім негіздері	
АИТВ инфекциясы және ЖИТС. Нашақорлықтың алдын алу.	1
Алғашқы медициналық көмек көрсету үшін қолда бар құралдар. Жаппай зақымдану кезіндегі алғашқы медициналық көмек. Психобелсенді заттарды мөлшерден тыс қабылдау кезіндегі алғашқы медициналық көмек	1
БАРЛЫҒЫ:	15

8 СЫНЫП ТАҚЫРЫПТАРЫ БОЙЫНША ОҚУ УАҚЫТЫН БӨЛУ

Бөлім және тақырып атауы	Сағат саны
Қауіпсіздік және адамды қорғау	6
Халықты радиоактивті апаттар кезінде қорғау	1
Экологиялық тепе-теңдіктің бұзылуы.	1

Киім және аяқ киім – ыңғайлы және қауіпсіз	1
Адамның жеке денсаулығы, оның дене (физикалық), рухани және әлеуметтік мәні	1
Техногендік сипаттағы төтенше жағдайлар туралы жалпы ұғымдар. Түрлері бойынша және олардың пайда болу түрлері бойынша жіктеу.	1
ОБЖ 11. Қалада жеке тұлғаның қауіпсіздігін техникалық және медициналық қамтамасыз ету	1
3. Экстремалды жағдай және қауіпсіздік	6
Өрттер мен жарылыстар	1
Экологиялық тепе-теңдіктің бұзылуы	1
Криминогендік ахуалда жүріс-тұрыс ережелері	1
Радиоактивті заттардың шығарылуымен болған өндірістік апаттар	1
Радиоактивті заттардың шығарылуымен болған өндірістік апаттар	1
Жастар ортасындағы экстремизм құбылыстары: жанкүйерлер, спорт жанкүйерлері	1
Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты	2
Химиялық қауіпті объектілердегі апат кезінде іс-әрекет ережелері және қорғану шаралары	
Шудың адам денсаулығына әсері	
4. Медициналық білім негіздері	1
Жарақаттану түрлері. Қысқы жарақаттану себептері. Жара инфекциясының қаупі. Күйік шалу кезіндегі алғашқы медициналық көмек. Басты және кеудені стерильді таңғыштармен таңудың ережелері	1
Барлығы:	15

9 СЫНЫП ТАҚЫРЫПТАРЫ БОЙЫНША ОҚУ УАҚЫТЫН БӨЛУ

Бөлім және тақырып атауы	Сағат саны
Қауіпсіздік және адамды қорғау	6
1.2. Халықтың өмір қауіпсіздігі саласындағы қазіргі заманғы мәдениет деңгейін қалыптастыру	1
Терроризмге және діни экстремизмге қарсы күрес жүйесі	1
1.4. Террористік акт қаупі төнгендегі іс-әрекет ережелері	1
1.4 Жәбірлеушілер мен бұзақылар шабуылының алдын алу және өзін-өзі қорғау ережелері	1
1.5 Алаяқтықтың негізгі түрлері. Алаяқтардан қорғау ережелері.	1
1.6 Тобырдың психологиялық көрінісі. Тобырда қауіпсіз жүріс-тұрыс ережелері.	1
4. Экстремалды жағдай және қауіпсіздік	6
2.1 Экстремалды жағдайлар туралы жалпы ұғымдар	1
2.2 Экстремалды жағдайлардың адам мамандығына тәуелділігі	1
2.3 Экстремалды жағдайларда тірі қалуға дайындық	
2.4 Адамның табиғатта автономды өмір сүруі	1
2.5 Тұрғын үйдегі апаттық экстремалды жағдайлар	1
2.6 Көліктегі апаттық экстремалды жағдайлар. Қала тұрғынының қауіпсіздігін қамтамасыз ету үшін жабдықтар	1
3. Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты	2

3.1 Салауатты өмір салты, оны құрамдастары. Отбасы және СӨС.36	
АИТВ инфекциясы және ЖИТС. Нашақорлықтың алдын алу.	
4. Медициналық білім негіздері	1
4.1 Алғашқы медициналық көмек көрсету үшін қолда бар құралдар. Жаппай зақымдану кезіндегі алғашқы медициналық көмек. Психобелсенді заттарды мөлшерден тыс қабылдау кезіндегі алғашқы медициналық көмек	1
Барлығы:	15

ОҚУ УАҚЫТЫН ТАҚЫРЫПТАР БОЙЫНША БӨЛУ.

1-бөлім. Қауіпсіздік және адамды қорғау Халықтың өмір қауіпсіздігі саласындағы қазіргі заманғы мәдениет деңгейін қалыптастыру

Өмір қауіпсіздігі саласындағы білім, білік және дағдыларды қалыптастыру. Халықтың моральдық-психологиялық дайындығы. Өмір қауіпсіздігі саласындағы білімді насихаттау.

Терроризмге және діни экстремизмге қарсы күрес жүйесі

Терроризм және оның көріністері. Қоғам мен мемлекеттің террористік қауіп-қатерден қауіпсіздігін қамтамасыз ету шараларының жүйесі. «Терроризмге қарсы күрес туралы» ҚР Заңы. Қазақстан Республикасында діни экстремизм мен терроризмге қарсы іс-қимыл жөніндегі мемлекеттік бағдарлама.

Террористік акт қауіп төнгендегі іс-әрекет ережелері

Егер сендер күдікті зат байқасаңдар. Көшеде атыс-шабысқа тап болғанда не істеу керек. Егер адамдар кепілге алынса. Террористердің қолына кепілге түскен адамның іс-әрекет ережелері.

Жәбірлеушілер мен бұзақылар шабуылының алдын алу және өзін-өзі қорғау ережелері

Қорғану құралдары және тәсілдері. Психологиялық өзін-өзі қорғау тәсілдері. Дене дайындығы. Өзін-өзі қорғаудың қарапайым тәсілдеріне жаттығу бойынша практикалық сабақ.

Алаяқтықтың негізгі түрлері. Алаяқтардан сақтану ережелері

Күнделікті өмірде жиі кездесуге тура келетін алаяқтық түрлері. Алаяқтардан сақтану ережелері.

Тобырдың психологиялық көрінісі. Тобырда қауіпсіз жүріс-тұрыс ережелері

Тобырдың мінез-құлық психологиясы. Тобырдағы адамның жүріс-тұрысы. Аса қауіпті орындар. Сақтық шаралары. Егер сен қозғалушы тобырға кезіккен жағдайда.

2-бөлім. Экстремалды жағдай және қауіпсіздік. Экстремалды жағдайлар туралы жалпы ұғымдар.

Экстремалды жағдайларға тән ерекшеліктер. Қазіргі заманда өмір сүру проблемалары. Табиғатта, мегаполисте көп болатын типтік экстремалды жағдайлар.

Экстремалды жағдайлардың адам мамандығына тәуелділігі

Біліктілігінің жеткіліксіздігі. Сыртқы жағдайлардың күрт өзгеруі. Техниканың, көлік құралдарының істен шығуы.

Экстремалды жағдайларда тірі қалуға дайындық

Психологиялық дайындық. Техникалық дайындық. Сыртқы ортаның әсерінен қорғану. Ситуациялық тапсырмаларды шешу.

Адамның табиғатта автономды өмір сүруі

Мәжбүрлі автономия. Күйзеліс және оны жеңу. Байланыс және сигнал беру. Киім-кешек және керек-жарақтар. Практикалық сабақ.

Тұрғын үйдегі апаттық экстремалды жағдайлар

Тұрғын үйдегі апаттық жағдайлардың негізгі типтері. Үй-жайды су басу кезіндегі апаттық жағдайды талдау. Өрт кезіндегі іс-әрекет ережелері. Ситуациялық тапсырмаларды шешу.

Көліктегі апаттық экстремалды жағдайлар.

Қазіргі заманғы көлік – жоғары қауіпті аймақ. Кез келген көліктік жағдайда қолданылатын негізгі ережелерді құрастыру. Көліктегі қауіпсіз жүріс-тұрыс бойынша дағдыларын пысықтау.

Қала тұрғынының қауіпсіздігін қамтамасыз ету үшін жабдықтар

Экстремалды және төтенше жағдайларға тап болғандағы негізгі қауіпсіз жүріс-тұрыс дағдыларын пысықтау бойынша практикалық сабақ.

3-бөлім. Денсаулық негіздері және салауатты өмір салты. Салауатты өмір салты, оның құрамдастары

Біздің денсаулығымыз неге байланысты. Салауатты өмір салтының құрамдастары.

АИТВ (адамның иммун тапшылығы вирусы) – инфекциясы және ЖИТС (жұқтырылған иммун тапшылығы синдромы)

АИТВ-инфекциясы және иммунитет. АИТВ-ның берілу жолдары. АИТВ және ЖИТС белгілері. Алдын-алу және емдеу.

Нашақорлықтың алдын алу

Жасөспірімдер арасындағы нашақорлықтың ерекшеліктері. Жасөспірімдік нашақорлықтың себептері. Жою тәсілдері. Жасөспірімдер арасында нашақорлықтың алдын алу бойынша іс-шаралар.

Отбасы және салауатты өмір салты

Психикалық ақыл-ой және дене дамуы үшін салауатты өмір салтының әдеттері. Отбасында салауатты өмір салтын ұстануға жеке өзіндік мысал. Рухани денсаулықты дамытудағы отбасылық дәстүрлер.

4-бөлім. Медициналық білім негіздері. Алғашқы медициналық көмек көрсету үшін қолда бар құралдар.

Жараны және аспаптарды дезинфекциялау үшін қолда бар құралдар. Тану материалдары ретінде және қан кетуді тоқтату құралдары ретінде нені пайдалануға болады. Зардап шеккендерді тасымалдау және құтқару жұмыстарын жүргізу үшін қолда бар құралдар.

Жаппай зақымдану кезіндегі алғашқы медициналық көмек.

Шприц-тюбиктің көмегімен ауырсынуды басатын дәрілерді салу. Жоғарғы тыныс алу жолдарын шырыштан, қаннан, заттан тазалау. Өкпені жасанды желдету және жүрекке тікелей емес массаж жасау.

Психобелсенді заттарды мөлшерден тыс қабылдау кезіндегі алғашқы медициналық көмек

Психобелсенді заттарды мөлшерден тыс қабылдау кезіндегі алғашқы медициналық көмек

Психобелсенді заттарды қолдану белгілері. Мөлшерден тыс қабылдаудың негізгі белгілері.

Психобелсенді заттарды мөлшерден тыс қабылдау кезінде алғашқы медициналық көмек көрсету ережелері.

«Тіршілік қауіпсіздігінің негіздері» пәні бойынша сабақтар міндетті болып табылады және жалпы білім беру мектептерінің жалпы кестесіне енгізіледі және сабақ уақытында өткізіледі және сабақтар медициналық білім алған немесе арнайы медициналық білімі бар мамандармен жүргізіледі.

**Образовательная программа «Основы безопасности жизнедеятельности»
для 1-9 классов уровня общего среднего образования
по обновленному содержанию образования
2025-2026 учебного года**

Материалы разделов программы обновленного содержания образования представлены так, чтобы учащимся как можно больше самостоятельности в исследовательской и поисковой работе, проведения различных экспериментов и выражения творческих идей. Одной из особенностей обновленной программы является самостоятельная подготовка презентаций своих работ после каждого раздела. Все виды самостоятельной деятельности ученика направлены на развитие функциональной грамотности, чтобы он мог применять полученные знания, умения и навыки в повседневной жизни. При выполнении практической работы в каждом разделе данный вид деятельности дан как примерный. Учитель вправе, исходя из имеющихся материалов, инструментов и оборудования, предложить учащимся на основе выполнения примерного изделия разработать аналогичное. Первый раздел «Безопасность и защита человека» и он предусмотрен в каждом разделе обновленного содержания при изучении новой темы и проведении практических работ. Второй раздел «Основы медицинских Знаний и охрана Здоровья детей» заменен на разделы. С 5 – го класса включены такие разделы, как «Опасность природного характера», «Опасность техногенного характера», «Экстремальная ситуация и безопасность», «Гражданская Защита».

Глава 1. Общие положения

Содержание учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

- в 1-4 классах реализуется в рамках учебного курса «Познание мира»: - в 1-3 классах с годовой учебной нагрузкой 6 часов, в 4 классе – 10 часов, учителями начальных классов;

- в 5-9 классах реализуется в рамках учебного курса «Физическая культура» с годовой учебной нагрузкой 15 часов учителями физической культуры;

Глава 2. Организация содержания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Программы «Основы безопасности жизнедеятельности» 1-4 классы
Примерный расчет учебных часов по разделам

Наименование раздела	Количество часов по классам				Общее кол-во часов
	I	II	III	IV	
1. Безопасность и защита человека	2	2	2	2	8
2. Основы здоровья и здорового образа жизни	2	2	2	2	8
3. Основы медицинских знаний	2	2	2	2	8
Всего	6	6	6	6	24

1 КЛАСС

Распределение учебного времени по темам

Наименование раздела и темы	Количество часов
1. Безопасность и защита человека	4
1.1. Что значит «моя безопасность»?	1
1.2. Внимание дорога! Транспорт и правила поведения в нем.	1
1.3. Один дома. Правила поведения при возникновении пожара. Навыки осторожного обращения с огнем	1
1.4. Опасности в школе и на улице.	1
2. Основы здоровья и здорового образа жизни	2
2.1. Что такое здоровье? Как сберечь здоровье	1
2.2. Факторы, влияющие на здоровье. Правила личной гигиены	1
Всего	6

Раздел 1. Безопасность и защита человека. Что значит «моя безопасность»?

Опасные и безопасные места. Правила поведения в большом городе, поселке, во дворе, где ты живешь. Осторожно незнакомец! Телефоны экстренных служб.

Внимание дорога!

Дорожные знаки в твоём населённом пункте. Безопасный маршрут в школу и домой. Правила безопасного поведения на улицах и дорогах.

Транспорт и правила поведения в нем.

Виды транспорта в твоём населённом пункте. Правила поведения на остановках, при посадке и высадке, а также внутри общественного транспорта.

Один дома

Опасности, которые подвергают тебя дома (лекарства и бытовая химия, окна, острые, колющие и режущие предметы). Правила безопасного пользования электроприборами, водой. Телевизор, компьютер, как носитель скрытых опасностей.

Правила поведения при возникновении пожара. Навыки осторожного обращения с огнем.

Телефоны вызова пожарной охраны. Поручные средства для тушения небольших очагов возгорания. Правила эвакуации из горящего здания. Правила поведения в задымлённом помещении. Меры предосторожности при обращении с огнём.

Опасности в школе и на улице.

Как не получить травмы на переменах. Нестандартное спортивное оборудование и правила безопасных занятий. Места для игр и катаний. Маршруты в парки, кинотеатры, стадионы. Простейшие способы ориентирования в населённом пункте.

Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни. Что такое здоровье? Как сберечь здоровье

Кого можно считать здоровым человеком? Режим дня школьника и его влияние на здоровье. Способы двигательной активности. Факторы, влияющие на здоровье. Правила личной гигиены.

2 КЛАСС

Распределение учебного времени по темам

Наименование раздела и темы	Количество часов
1. Безопасность и защита человека	4
1.1 Пассажиры и пешеходы. Правила дорожного движения	1
1.2. Я – велосипедист. Профилактика травматизма при катании на роликах, скейтборде.	1
1.3. Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад. Безопасность при отдыхе на природе.	1
1.4. Правила безопасного поведения на водоемах.	1
2. Основы здоровья и здорового образа жизни	2
2.1. Болезни, их причины, связь с образом жизни.	1
2.2. Чистый воздух, его значение для здоровья человека.	1
Всего	6

Раздел 1. Безопасность и защита человека. Пассажиры и пешеходы

Требования Правил дорожного движения к пешеходам и пассажирам. Обязанности пассажиров. Движение пешеходов через регулируемые и нерегулируемые пешеходные переходы. Движение организованных пеших колонн. Отработка практических навыков.

Я – велосипедист. Правила дорожного движения

Запрещающие и предписывающие знаки для велосипедистов. Правила движения по проезжей части. Меры безопасности при езде на велосипеде. Профилактика травматизма при катании на роликах, скейтборде. Места для катания. Защитное снаряжение. Контроль скорости и своих движений. Способы безопасного падения.

Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад.

Что такое погода? Поражающие факторы метеорологических ЧС и правила безопасного поведения. Признаки приближающейся грозы. Правила поведения, находясь на улице, в лесу, у воды. Безопасность при отдыхе на природе. Как обращаться с огнем на природе. Сбор грибов и ягод. Укусы насекомых, в том числе клещей.

Правила безопасного поведения на водоемах.

Меры безопасного поведения на водоемах в осенний, зимний, весенний и летний периоды.

Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни. Болезни, их причины, связь с образом жизни.

Вред и польза мобильных телефонов. Компьютерные игры и их влияние на здоровье ребенка. Двигательная активность. Функции питания. Активные занятия физкультурой и спортом.

Чистый воздух, его значение для здоровья человека.

Чистый воздух – залог здоровья. Озеленение городов и поселков. Требования к воздушной среде учебных классов.

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ по отработке навыков оказания первой медицинской помощи (заноза, укус, ушиб).

Простые правила обеззараживания. Правила наложения холодных компрессов. Давящие повязки и способы их наложения.

3 КЛАСС

Распределение учебного времени по темам

Наименование раздела и темы	Количество часов
1. Безопасность и защита человека	4
1.1. Дорога и ее элементы. Виды транспортных средств.	1

1.2. Опасности современного жилища. Навыки безопасного поведения при пожаре.	1
1.3. Правила экстренной эвакуации из помещения, транспорта.	1
1.4. Особенности поведения с незнакомыми людьми	1
2. Основы здоровья и здорового образа жизни	2
2.1.Формирование основ здорового образа жизни. Предупреждение вредных привычек.	1
2.2.Режим дня.	1
Всего	6

Раздел 1. Безопасность и защита человека. Дорога и ее элементы

Разметка улиц и дорог. Проезжая часть дороги и ее края. Разделительная полоса. Одностороннее движение. Движение по тротуарам и обочине дороги. Правила перехода улиц и дорог. Особенности движения на загородных дорогах. Виды транспортных средств. Транспорт по способу передвижения. Основные виды транспорта по назначению. Особенности поведения пассажиров на различных видах транспорта.

Опасности современного жилища

Состояние среды жилого помещения и здоровье человека. Современные бытовые приборы и правила безопасного использования. Как правильно пользоваться газовыми плитами и не получить ожог. Меры безопасности при обращении с домашними животными и уходе за ними. Навыки безопасного поведения при пожаре. Разобрать и отработать по элементам действия учащихся при пожаре: в школе, в городском транспорте, в развлекательных центрах и других местах с большим скоплением людей.

Правила экстренной эвакуации из помещения, транспорта

Сигналы и способы оповещений. Схемы эвакуации. Места расположения запасных выходов. Способы экстренной эвакуации. Тренировка в проведении эвакуации.

Особенности поведения с незнакомыми людьми

Незнакомый человек на улице. Незнакомый человек звонит в дверь. Незнакомый человек в подъезде дома, в лифте. К кому обращаться за помощью.

Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни. Формирование основ здорового образа жизни. Предупреждение вредных привычек.

Понятие здоровье. Общее представление о здоровом образе жизни (ЗОЖ). Главные факторы здоровья. Переедание, как вредная привычка. Правила профилактики. Зависимость от чипсов и сухариков.

Режим дня.

Правильное чередование труда и отдыха. Регулярный прием пищи. Здоровый сон. Утренняя гимнастика и гигиенические процедуры. Отдых с максимальным пребыванием на открытом воздухе. Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом. Порядок вывода пострадавшего из опасной зараженной зоны. Холодный компресс. Правила оказания помощи при тяжелой степени отравления.

Практическая работа. Способы переноски пострадавших. Условия выбора способов переноски пострадавших. Способы: перетаскивание, на спине, на «замке», на палке.

4 КЛАСС

Распределение учебного времени по темам

Наименование раздела и темы	Количество часов
1. Безопасность и защита человека	6
1.1. Дорога – зона повышенной опасности.	1
1.2. Система правил поведения на транспорте	1

1.3. Защита квартир от воров и грабителей	1
1.4. Безопасность человека в природной среде	1
1.5. Основы ориентирования по признакам местных предметов и компасу	1
1.6. Безопасность человека в природной среде	1
2. Основы здоровья и здорового образа жизни	2
2.1. Здоровое питание	1
2.2. Основы профилактики инфекционных заболеваний	1
3. Основы медицинских знаний	2
3.1. Понятие различных видов травм. Безопасность на железной дороге.	1
3.2. Первая медицинская помощь при травмах.	1
Всего	10

Раздел 1. Безопасность и защита человека. Дорога – зона повышенной опасности.

Интенсивность и скорость движения городского транспорта. Состояние дороги и тормозной путь автомобиля. Как обходить стоящий или остановившийся транспорт. Условия безопасности при пользовании трамваем, троллейбусом. Правила перехода и переезда через железнодорожные пути.

Система правил поведения на транспорте

Посадка и высадка. Безопасное место в салоне. Как правильно разместить багаж. Особенности поведения в метро. Практическая работа.

Защита квартир от воров и грабителей

Основные способы защиты. Защищаем окна и двери. Система сигнализации и видеонаблюдения. Собака против воров и грабителей. Порядок действия, если в квартиру пытаются проникнуть.

Безопасность человека в природной среде

Природные факторы, влияющие на организм человека. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Экстремальные ситуации для человека в природной среде. Меры безопасности при нахождении на водоемах.

Основы ориентирования по признакам местных предметов и компасу

Основные правила ориентирования. Наблюдательность. Сопоставление признаков с природными условиями. Признаки ориентирования в степи. Правила ориентирования зимой. Знакомство с компасом. Практическая работа.

Раздел 2. Основы здоровья и здорового образа жизни. Здоровое питание

Здоровое питание - режим питания. Основные составляющие здорового питания. Возрастные потребности организма. Взаимосвязь питания и интеллекта.

Основы профилактики инфекционных заболеваний

Правила личной гигиены. Требования к содержанию помещений (класс, детская комната), гигиена питания. Коммунальная гигиена (пользование учебниками, тетрадями, оборудованием и инвентарем).

Раздел 3. Основы медицинских знаний. Понятие различных видов травм.

Что такое травма. Классификация травм. Виды травм по степени тяжести. Специальные и подручные средства для оказания первой помощи.

Первая медицинская помощь при травмах

Практическая работа в группах по оказанию первой помощи при носовом кровотечении, ушибах и ссадинах, порезе, ожоге.

РАСЧЕТ УЧЕБНЫХ ЧАСОВ ПО РАЗДЕЛАМ ПРОГРАММЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» 5-9 КЛАССЫ

Наименование раздела	Количество часов по классам					Общее кол-во часов
Безопасность и защита человека	5	6	7	8	9	
Опасности природного характера	3	4	8			15
Опасности техногенного характера	2			8		10
Окружающая среда и здоровье человека			3			3
Экстремальная ситуация и безопасность		6		6		12
Основы здоровья и здорового образа жизни	3	3	3	3	2	14
Основы медицинских знаний	2	2	1	1	1	7
Всего	15	15	15	15	15	75

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ 5 КЛАСС

Наименование раздела и темы	Количество часов
1. Безопасность и защита человека	5
1.1. Использование систем водо-газо- электроснабжения с жилище	1
1.2. Характеристика и классификация пожаров в быту	1
1.3. Обеспечение личной безопасности на улице	1
1.4. Экстремизм и терроризм: основные понятия	1
1.5. Антиобщественное поведение. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение	1
2. Опасности природного характера	3
2.1. Мы и природа	1
2.2. Стихийные бедствия и возможные последствия для человека	1
2.3. Смена климатогеографических условий	
3. Опасности техногенного характера	2
3.1. Химическое загрязнение и его последствия	1
3.2. Опасности объектов ядерной энергетики	1
4. Основы здорового образа жизни	2
4.1. Вредные привычки их влияние на здоровье человека	1
4.2. Двигательная активность – залог здоровья	1
5. Основы медицинских знаний	3
5.1. Первая медицинская помощь при ушибах и ссадинах при отравлениях лекарственными препаратами и средствами бытовой химии	1
5.2. Понятие о повязке и перевязке. Отработка навыков по наложению различных повязок.	1
5.3. Понятие о повязке и перевязке. Отработка навыков по наложению различных повязок.	1
Всего	15

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

Раздел 1. Безопасность и защита человека. Использование систем водо-газо-электроснабжения с жилище.

Расположение кранов аварийного перекрытия отопления, воды, газа. Система отключения подачи электричества. Правила пользования. Правила поведения при затоплении помещения и меры по устранению затопления. Простейший ремонт кранов, замена шлангов подачи воды, крепежа. Замена сгоревшей лампочки.

Характеристика и классификация пожара в быту.

Почему возникает пожар. Классификация пожаров по внешним признакам горения. Внутренние пожары – открытые и скрытые. Виды возгорания по типу постройки. Места расположения средств пожаротушения.

Обеспечение личной безопасности на улице

Зоны повышенной опасности (вокзалы, стадионы, рынки, парки, кинозалы). Чтобы чувствовать себя уверенно. Правила личной безопасности на прогулке, в местах массового скопления людей. Приемы и правила самозащиты.

Экстремизм и терроризм: основные понятия

Виды экстремизма и терроризма. Сущность современного терроризма. Последствия их проявления.

Антиобщественное поведение. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение.

Опасные ситуации социального характера. Как научиться быть внимательным. Проступки и преступления. Административная и уголовная ответственность несовершеннолетних.

Раздел 2. Опасности природного характера. Мы и природа.

Влияние человека на природу. Характеристика опасных ситуаций в природе. Причины возникновения. Правила безопасного поведения человека в природе.

Стихийные бедствия и возможные последствия для человека.

Стихийные бедствия, как наиболее опасные проявления сил природы. Стихийные бедствия и их краткая характеристика по способам воздействия на человека. Способы оповещения населения при угрозе возникновения стихийных бедствий. Установленные правила поведения для населения.

Смена климатогеографических условий.

Вынужденное изменение климатогеографических условий. Факторы, влияющие на человека в период акклиматизации. Правила акклиматизации.

Раздел 3. Опасности техногенного характера. Химическое загрязнение и его последствия.

Источники загрязнения. Загрязнение почв, воды, воздуха. Влияние химического загрязнения на здоровье человека. Способы очистки от загрязнения.

Опасности объектов ядерной энергетики

Виды радиационно – опасных объектов. Воздействие объектов на окружающую среду. Влияние радиоактивного излучения на человека. Способы защиты.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.

Причины возникновения вредных привычек. Курение и его влияние на организм. Нарушение здоровья при алкоголизме. Наркомания, токсикомания. Меры профилактики.

Двигательная активность – залог здоровья.

Что такое двигательная активность? Развитие двигательных умений и их качество. Влияние различных видов спорта на формирование физических качеств.

Раздел 5. Основы медицинских знаний. Первая медицинская помощь при растяжении связок, вывихах.

Признаки и симптомы. Материалы для оказания помощи. Первая помощь (практическая работа).

Первая медицинская помощь при отравлении лекарственными препаратами и средствами бытовой химии.

Отравления, причины отравления. Профилактика отравлений. Признаки и симптомы. Первая медицинская помощь при попадании жидких химикатов на кожу, при отравлении через рот, при вдыхании паров.

Понятие о повязке и перевязке.

Общие понятия. Виды повязок. Перевязочный материал. Алгоритм наложения бинтовой повязки. Общие правила наложения повязок.

Отработка навыков по наложению различных повязок.

Правила наложения повязок на суставы, при кровотечениях

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ 7 КЛАСС

Наименование раздела и темы	Количество часов
1. Опасности природного характера	9
Формирование современного уровня культуры населения в области безопасности жизнедеятельности.	1
Система борьбы с терроризмом и религиозным экстремизмом	1
Правила поведения при угрозе террористического акта	1
Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов. Психологические приемы самозащиты.	1
Основные виды мошенничества. Правила защиты от мошенников.	1
Зависимость экстремальных ситуаций от профессии человека.	1
Автономное существование человека в природе.	1
Экстремальные ситуации аварийного характера на транспорте. Экипировка горожанина для обеспечения безопасности.	1
2. Окружающая среда и здоровье человека	3
Психологическая картина толпы. Правила безопасного поведения в толпе.	1
Общие понятия об экстремальных ситуациях.	1
Подготовка к выживанию в экстремальных ситуациях	1
3. Основы здоровья и здорового образа жизни	1
Здоровый образ жизни и его составляющие. Семья и ЗОЖ.36	1
4. Основы медицинских знаний	
ВИЧ инфекция и СПИД. Профилактика наркомании.	1
Подручные средства для оказания ПМП. ПМП при массовых поражениях. ПМП при передозировке в приеме психоактивных веществ.	1
ВСЕГО	15

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ 8 КЛАСС

Наименование раздела и темы	Количество часов
Безопасность и защита человека	6
Защита населения при радиоактивных авариях.	1
Нарушение экологического равновесия.	1
Одежда и обувь – удобно и безопасно.	1
Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность.	1
Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Классификация по типам и по видам их возникновения.	1
ОБЖ 11. Техническое и медицинское обеспечение безопасности личности в городе.	1
3. Экстремальные ситуации и безопасность	6
Пожары и взрывы	1
Нарушение экологического равновесия.	1
Правила поведения в криминогенной ситуации	1
Производственные аварии с выбросом опасных химических веществ.	1

Производственные аварии с выбросом радиоактивных веществ.	1
Явление экстремизма в молодежной среде: фанаты, спортивные болельщики	1
3.Основы здоровья и здорового образа жизни	2
Правила поведения и защитные меры при авариях на химически опасных объектах.	
Влияние шумов на здоровье человека.	
4.Основы медицинских знаний	1
Виды травматизма. Причины зимнего травматизма. Опасность раневой инфекции. Первая медицинская помощь при ожогах. Способы остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута.	1
ВСЕГО	15

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ 9 КЛАСС

Наименование раздела и темы	Количество часов
Безопасность и защита человека	6
Формирование современного уровня культуры населения в области безопасности жизнедеятельности.	1
Система борьбы с терроризмом и религиозным экстремизмом	1
1.3 Правила поведения при угрозе террористического акта.	1
1.4 Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов. Психологические приемы самозащиты.	1
1.5 Основные виды мошенничества. Правила защиты от мошенников	1
1.6 Психологическая картина толпы. Правила безопасного поведения в толпе.	1
4. Экстремальные ситуации и безопасность	6
2.1 Общие понятия об экстремальных ситуациях.	1
2.2 Зависимость экстремальных ситуаций от профессии человека.	1
2.3 Подготовка выживания в экстремальных ситуациях.	
2.4 Автономное существование человека в природе 34	1
2.5 Экстремальные ситуации аварийного характера жилище 34	1
2.6 Экстремальные ситуации аварийного характера на транспорте. Экипировка горожанина для обеспечения безопасности.	1
3.Основы здоровья и здорового образа жизни	2
3.1 Здоровый образ жизни и его составляющие. Семья и ЗОЖ.36	
3.2 ВИЧ инфекция и СПИД. Профилактика наркомании.	
4.Основы медицинских знаний	1
4.1 подручные средства для оказания ПМП. ПМП при массовых поражениях. ПМП при передозировке в приеме психоактивных веществ.	1
ВСЕГО	15

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ.

Раздел 1. Безопасность и защита человека. Формирование современного уровня культуры населения в области безопасности жизнедеятельности.

Привитие знаний, умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности. Моральнопсихологическая подготовка населения. Пропаганда знаний в области безопасности жизнедеятельности.

Система борьбы с терроризмом и религиозным экстремизмом

Терроризм и его проявления. Система мер обеспечения безопасности общества и государства от террористических угроз. Закон РК «О борьбе с терроризмом». Государственная программа по противодействию религиозному экстремизму и терроризму в Республике Казахстан.

Правила поведения при угрозе террористического акта.

Если вы обнаружили подозрительный предмет. Как вести себя при попадании в уличную перестрелку. Если произошел захват заложников. Правила поведения человека, ставшего заложником у террористов.

Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов.

Психологические приемы самозащиты.

Средства и способы защиты. Психологические приемы самозащиты. Физическая готовность. Практическое занятие по отработке простых приемов самозащиты.

Основные виды мошенничества. Правила защиты от мошенников

Виды мошенничества, с которыми наиболее часто приходится встречаться в повседневной жизни. Правила защиты от мошенников.

Психологическая картина толпы. Правила безопасного поведения в толпе.

Психология поведения толпы. Поведение человека в толпе. Наиболее опасные места. Меры предосторожности. Правила поведения, если ты оказался в движущейся толпе.

Раздел 2. Экстремальные ситуации и безопасность. Общие понятия об экстремальных ситуациях.

Характерные особенности экстремальной ситуации. Проблемы выживания в современном мире. Наиболее типичные случаи экстремальных ситуаций в природе, в мегаполисе.

Зависимость экстремальных ситуаций от профессии человека.

Недостаточная квалификация. Резкое изменение внешних условий. Отказ техники, транспортных средств.

Подготовка выживания в экстремальных ситуациях.

Психологическая подготовка. Техническая подготовка. Защита от воздействия внешней среды. Решение ситуационных задач.

Автономное существование человека в природе 34

Вынужденная автономия. Стресс и его преодоление. Связь и сигнализация. Экипировка и снаряжение. Практическое занятие.

Экстремальные ситуации аварийного характера жилище.

Основные типы аварийных ситуаций в жилище. Разбор аварийной ситуации при затоплении помещения. Правила поведения при пожаре. Решение ситуационных задач.

Экстремальные ситуации аварийного характера на транспорте.

Современный транспорт – зона повышенной опасности. Выработка основных правил, применимых в любой транспортной ситуации. Отработка навыков по безопасному поведению на транспорте.

Экипировка горожанина для обеспечения безопасности

Практическое занятие по отработке основных навыков безопасного поведения при: попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации.

Раздел 3. Основы здоровья и здорового образа жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие.

От чего зависит наше здоровье. Составляющие здорового образа жизни.

ВИЧ инфекция и СПИД

ВИЧ – инфекция и иммунитет. Пути передачи ВИЧ. Симптомы ВИЧ и СПИДа. Профилактика и лечение.

Профилактика наркомании.

Особенности подростковой наркомании. Причины подростковой наркомании. Способы искоренения. Мероприятия по профилактике подростковой наркомании.

Семья и ЗОЖ.

Привычки здорового образа жизни для психического, умственного и физического развития. Личный пример ведения здорового образа жизни в семье. Семейные традиции в развитии духовного здоровья.

Раздел 4. Основы медицинских знаний. Подручные средства для оказания ПМП.

Подручные средства для дезинфекции ран и инструментов. Что можно использовать в качестве перевязочного материала и средств остановки кровотечения. Подручные средства транспортировки пострадавших и проведения спасательных работ.

ПМП при массовых поражениях.

Введение обезболивающих средств при помощи шприца – тубика. Освобождение верхних дыхательных путей от слизи, крови, предмета. Проведение искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

ПМП при передозировке в приеме психоактивных веществ.

Признаки употребления псих активных веществ. Основные признаки передозировки. Правила оказания первой медицинской помощи при передозировке в приеме психоактивных веществ. Занятия по «Основам безопасности жизнедеятельности» являются обязательными и включаются в общее расписание занятий общеобразовательных школ и проводятся лицами, имеющие медицинское образование или прошедшими специальную медицинскую подготовку.