

Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының «Арқалық қаласы білім бөлімінің
Б.Майлин атындағы №3 жалпы білім беретін мектебі» КММ

«Бекітемін»
Мектеп директоры:
Н.Ахатов



«Келісілген»
Директордың оқу ісі
жөніндегі орынбасары:
Ж.Кожиков



Өмір қауіпсіздік негіздері (ӨҚН)

1-11 сыныптар

2024-2025 оқу жылы

2024-2025 оқу жылы
Дүниетану пәні 1 «А» сыныбы
Өмір қауіпсіздік негіздері

№	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі
1	Біздің мектебіміз / ӨҚН №1 Қауіпсіздік	1.1.2.6 өзін мектеп оқушысы және сынып ұжымының мүшесі ретінде сипаттау	1	04.09
2	Мектеп ережелері! ӨҚН №2	1.1.2.2 мектептегі функционалды аймақтардың орналасқан жерін анықтау 1.1.2.3 мектептегі тәртіп ережелерін сақтау маңыздылығын түсіндіру	1	16.10
3	Мектепке баратын жол ӨҚН №3	1.1.2.3 мектептегі тәртіп ережелерін сақтау маңыздылығын түсіндіру	1	23.10
4	Бағдарлау дегеніміз не? / ӨҚН №4	1.2.1.1 жергілікті белгілер бойынша көкжиек тұстарын анықтау 1.1.3.2 өзі тұратын елді мекеннің басты көшесін, ғимараттарын және көрнекі жерлерін сипаттау	1	20.11
5	Адамдар саяхатқа не үшін шығады? / ӨҚН №5	1.2.4.1 туризмнің мәнін түсіндіру: 1.2.4.2 туристердің негізгі мақсаттарын анықтау	1	04.02
6	Үйде қандай қауіп-көтерлер орын алуы мүмкін?/ ӨҚН №6	1.1.4.3 үйдегі қауіпсіздік ережелерін түсіндіру; 1.1.4.6 шұғыл көмек қызметтерін білу және олармен хабарласу жағдайларын анықтау	1	06.05

2024-2025 оқу жылы
Дүниетану пәні 1 «Б» сыныбы
Өмір қауіпсіздік негіздері

№	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі
1	Біздің мектебіміз / ӨҚН №1 Қауіпсіздік	1.1.2.6 өзін мектеп оқушысы және сынып ұжымының мүшесі ретінде сипаттау	1	11.09
2	Мектеп ережелері! ӨҚН №2	1.1.2.2 мектептегі функционалды аймақтардың орналасқан жерін анықтау 1.1.2.3 мектептегі тәртіп ережелерін сақтау маңыздылығын түсіндіру	1	16.10
3	Мектепке баратын жол ӨҚН №3	1.1.2.3 мектептегі тәртіп ережелерін сақтау маңыздылығын түсіндіру	1	23.10
4	Бағдарлау дегеніміз не? / ӨҚН №4	1.2.1.1 жергілікті белгілер бойынша көкжиек тұстарын анықтау 1.1.3.2 өзі тұратын елді мекеннің басты көшесін, ғимараттарын және көрнекі жерлерін сипаттау	1	20.11
5	Адамдар саяхатқа не үшін шығады? / ӨҚН №5	1.2.4.1 туризмнің мәнін түсіндіру: 1.2.4.2 туристердің негізгі мақсаттарын анықтау	1	04.02
6	Үйде қандай қауіп-қатерлер орын алуы мүмкін?/ ӨҚН №6	1.1.4.3 үйдегі қауіпсіздік ережелерін түсіндіру; 1.1.4.6 шұғыл көмек қызметтерін білу және олармен хабарласу жағдайларын анықтау	1	06.05

2024-2025 оқу жылы
Дүниетану пәні 2 «А» сыныбы
Өмір қауіпсіздік негіздері

№	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі
1	Мен және қоғам / ӨҚН №1 Қауіпсіздік	2.1.1.3.түрлі дереккөздерді оқып-білу негізінде жалпы қабылданған этикалық ережелерді анықтау.	1	19.09
2	Отан үшін аянба/ ӨҚН №2	2.1.5.2 қоғамға қызмет етудің әлеуметтік маңыздылығын түсіндіру	1	17.10
3	Мектеп ережелері ӨҚН №3	2.1.2.3 мектеп қауымдастығындағы ұжымдық, топтық және тұлғааралық мінез-құлық нормаларын түсіндіру	1	21.11
4	Қандай көлік түрлері бар? ӨҚН №4	2.1.3.1.өзіндік зерттеулер арқылы туған өлкесінің көрікті жерлерін сипаттау және суреттеу. 2.1.4.4 қоғамдық көліктегі өзін өзі ұстау ережелерін түсіндіру	1	12.12
5	Қауіпсіздік ережелері / ӨҚН №5	2.1.4.2.күнделікті жағдаяттардағы (үйде және қоғамдық орындарда) қауіпсіздік ережелерін түсіндіру	1	23.01
6	Менің көшем / ӨҚН №6 Практикалық қауіпсіздік сабағы	2.1.3.1.өз зерттеулеріне сүйене отырып, өлкесінің көрікті жерлерін сипаттау және бейнелеу туризмнің негізгі түрлерін ажырату; зерттеу негізінде Қазақстанда туризмнің түрлерін дамытуға қолайлы нысандарды анықтау;	1	24.04

2024-2025 оқу жылы
Дүниетану пәні 2 «Б» сыныбы
Өмір қауіпсіздік негіздері

№	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі
1	Мен және қоғам / ӨҚН №1 Қауіпсіздік	2.1.1.3. түрлі дереккөздерді оқып-білу негізінде жалпы қабылданған этикалық ережелерді анықтау.	1	19.09
2	Отан үшін аянба/ ӨҚН №2	2.1.5.2 қоғамға қызмет етудің әлеуметтік маңыздылығын түсіндіру	1	17.10
3	Мектеп ережелері ӨҚН №3	2.1.2.3 мектеп қауымдастығындағы ұжымдық, топтық және тұлғааралық мінез-құлық нормаларын түсіндіру	1	21.11
4	Қандай көлік түрлері бар? ӨҚН №4	2.1.3.1. өзіндік зерттеулер арқылы туған өлкесінің көрікті жерлерін сипаттау және суреттеу. 2.1.4.4 қоғамдық көліктегі өзін өзі ұстау ережелерін түсіндіру	1	12.12
5	Қауіпсіздік ережелері / ӨҚН №5	2.1.4.2. күнделікті жағдаяттардағы (үйде және қоғамдық орындарда) қауіпсіздік ережелерін түсіндіру	1	23.01
6	Менің көшем / ӨҚН №6 Практикалық қауіпсіздік сабағы	2.1.3.1. өз зерттеулеріне сүйене отырып, өлкесінің көрікті жерлерін сипаттау және бейнелеу туризмнің негізгі түрлерін ажырату; зерттеу негізінде Қазақстанда туризмнің түрлерін дамытуға қолайлы нысандарды анықтау;	1	24.04

2024-2025 оқу жылы
Дүниетану пәні 3 «А» сыныбы
Өмір қауіпсіздік негіздері

№	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі
1	Отбасы шығыстары қалай жоспарланады? ӨҚН №1 Төтенше жағдай бұл не?	3.1.1.4.өз шығыстарын жоспарлау және негіздеу; 3.1.1.5. өз шығыстарын оңтайландыру жолдарын ұсыну.	1	05.10
2	Біздің Ата Заңымыз - Конституция. ӨҚН №2 Тұрмыстық жарақатты болдырмау жолдарын ескерту	3.1.5.1 Қазақстан Республикасы Конституциясының маңызын түсіндіру.	1	26.10
3	Көшпелілер мен отырықшылардың өмір салты. ӨҚН №3 Оқушылар тәртібінің көшедегі және жолдағы ереже	3.3.1.1 көшпелі және отырықшы өмір салтының ерекшеліктерін түсіндіру	1	30.11
4	Менің қауіпсіздігім ӨҚН №4 Оқушылар тәртібінің көшедегі және жолдағы ереже	3.1.4.1 тұрмыстық құралдарды пайдалану ережелерін графикалық түрде көрсету.	1	18.01
5	Қазақ жерінің даңқты хандары ӨҚН №5 Өмір қауіпсіздігі туралы практикалық сабақ	3.3.4.1 тарихи мысалдар негізінде хандар, батырлар мен билердің рөлін түсіндіру	1	22.02
6	Батырлар – Отанымыздың қорғаны. Билер – Ұлы Даланың даналары. БЖБ №4 Өмір қауіпсіздігі туралы практикалық сабақ	3.3.4.1 тарихи мысалдар негізінде хандар, батырлар мен билердің рөлін түсіндіру	1	07.03

2024-2025 оқу жылы
Дүниетану пәні 3 «Б» сыныбы
Өмір қауіпсіздік негіздері

№	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі
1	Отбасы шығыстары қалай жоспарланады? ӨҚН №1 Төтенше жағдай бұл не?	3.1.1.4.өз шығыстарын жоспарлау және негіздеу; 3.1.1.5. өз шығыстарын оңтайландыру жолдарын ұсыну.	1	05.10
2	Біздің Ата Заңымыз - Конституция. ӨҚН №2 Тұрмыстық жарақатты болдырмау жолдарын ескерту	3.1.5.1 Қазақстан Республикасы Конституциясының маңызды түсіндіруі.	1	26.10
3	Көшпелілер мен отырықшылардың өмір салты. ӨҚН №3 Оқушылар тәртібінің көшедегі және жолдағы ереже	3.3.1.1 көшпелі және отырықшы өмір салтының ерекшеліктерін түсіндіру	1	30.11
4	Менің қауіпсіздігім ӨҚН №4 Оқушылар тәртібінің көшедегі және жолдағы ереже	3.1.4.1 тұрмыстық құралдарды пайдалану ережелерін графикалық түрде көрсету.	1	18.01
5	Қазақ жерінің даңқты хандары ӨҚН №5 Өмір қауіпсіздігі туралы практикалық сабақ	3.3.4.1 тарихи мысалдар негізінде хандар, батырлар мен билердің рөлін түсіндіру	1	22.02
6	Батырлар – Отанымыздың қорғаны. Билер – Ұлы Даланың даналары. БЖБ №4 Өмір қауіпсіздігі туралы практикалық сабақ	3.3.4.1 тарихи мысалдар негізінде хандар, батырлар мен билердің рөлін түсіндіру	1	07.03

2024-2025 оқу жылы
Дүниетану пәні 4 «А» сыныбы
Өмір қауіпсіздік негіздері

№	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі
1	Менің өлкемнің өнеркәсібі мен ауылшаруашылығы ӨҚН №1 Тұрмыстық жарақатты болдырмау жолдарын ескерту	4.2.3.1 Өз өңіріндегі және Қазақстан аймақтарындағы адамдардың табиғи жағдайларға (рельеф, климат, өсімдік және жануарлар әлемі, су нысандары) байланысты шаруашылық іс-әрекетін талдау	1	12.09
2	Мектептегі өзін – өзі басқару. ӨҚН №2 Судағы қауіпсіздік	4.1.2.1 мектептің өзін-өзі басқару ұйымына мүше болу жолдарын түсіндіру	1	10.10
3	Әр алуан тапсырмалар ӨҚН №3 Жаяу жүргіншінің қауіпсіздігі	4.1.5.1 Конституцияның қоғам өміріндегі маңызы туралы қорытынды жасау. 4.1.5.2 Қазақстан Республикасының азаматы ретінде жеке тұлғаның демократиялық құқықтары, бостандықтары, міндеттерінен мысалдар келтіру	1	24.10
4	Қазақстанда ғылымның дамуы. Ғалым Қаныш Сәтпаев ӨҚН №4 Сіз жолда жүру ережесін білесіз бе?	4.3.4.1 – өмірбаяндық мәліметтерге сүйене отырып, шығармашылық және еңбек салаларындағы көрнекті қайраткерлердің елімізге сіңірген еңбектері туралы қорытынды жасау.	1	21.11
5	XX-XXI ғасырларда Қазақстан мәдениетінің дамуы. ӨҚН №5 Практикалық сабақ	4.3.3.1 – Қазақстанның XX – XXI ғасырлардағы мәдениет саласындағы жетістіктерін баяндау; 4.3.4.1 – өнер және еңбек саласындағы қайраткерлердің өмірбаяндық мәліметтеріне сүйене отырып, олардың елімізге сіңірген еңбектері туралы баяндау.	1	12.12
6	Сен тұратын аймақта қандай катаклизмдер болуы мүмкін? ӨҚН №6 Практикалық сабақ	4.2.3.2 – зерттеулер негізінде өз өңірінде туындауы мүмкін табиғи апаттарға болжам жасау.	1	16.01
7	Жасанды ортадағы қауіп – қатер ӨҚН №7 Кіші мектеп жасындағы балалардағы сынықтың негізгі түрлері және алғашқы медициналық көмек	4.1.4.3. түрлі дереккөздер негізінде жасанды ортадағы қауіп-қатерлерді анықтау және оларға баға беру	1	30.01
8	Менің өлкемнің ауылшаруашылығы. ӨҚН №8 Кіші мектеп жасындағы балалардағы сынықтың негізгі түрлері және алғашқы медициналық көмек	4.2.3.1 - өз өңіріндегі және Қазақстанның басқа да өңірлеріндегі адамдардың шаруашылық қызметтерін табиғи жағдайларға (рельеф, климат, өсімдік және жануарлар әлемі, су нысандары) байланыстырып талдау	1	13.02
9	Қазақстанның әлемдік аренадағы рөлі ӨҚН №9 Денсаулыққа әсер ететін факторлар туралы түсінік	4.3.5.2 – Қазақстанның әлемдік аренадағы рөлін анықтау	1	17.04
10	Менің туристік маршрутым ӨҚН №10 Денсаулыққа әсер ететін факторлар туралы түсінік	4.2.4.1 - ақпараттың қолжетімді көздерін (ғаламтор, кітаптар, БАҚ) пайдалана отырып, жалпы Қазақстан бойынша, Астана қаласы бойынша туристік бағыт құру	1	08.05

2024-2025 оқу жылы
«Дене шынықтыру және спорт» пәні 5 А сынып
Өмір қауіпсіздік нұсқаулық – 15 сағат

№	Сабақ тақырыптарының атаулары	Сағат саны	Өтілетін күні	Оқулық беттері	Үй тапсырмасы	Ескерту
Жүгіру, секіру, лақтыру дағдыларына оқыту						
1	Зияткерлік ойындар Шахмат және дойбы ойыны)ӨҚН	1	06.09		ЖДЖ	
2	Жүгіріп келіп және бір орында ұзындыққа секіру техникасын үйрету. Ө.Қ.Н Дауыл,боранның алдын алыу	1	10.09		ЖДЖ	
3	Топтық эстафеталық жұмыс. Ө.Қ.Н Табиғатта алғашқы медициналық көмек көрсету ережесі	1	19.09		ЖДЖ	
4	Ойынның қабылдау техникасын үйрету. Ө.Қ.Н Гидродинамикалық апаттар	1	24.09		ЖДЖ	
Гимнастикалық жаттығулар арқылы шығармашылық және сыни тұрғыдан ойлау						
5	Қауіпсіздік ережесі. Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру. Ө.Қ.Н Жарақат алғанда және жараланған кездерде алғашқы медициналық көмек көрсету ережесі	1	04.11		ЖДЖ	
6	Акробатикалық жаттығулар орындау. Ө.Қ.Н Жердің опырылуы мен сел,көшкіннің орын алуы	1	11.11		ЖДЖ	
7	Снарядтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету. Ө.Қ.Н Денсаулық және салауатты өмір салты туралы негізгі түсінік	1	18.11		ЖДЖ	
8	Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру. Ө.Қ.Н Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	1	25.11		ЖДЖ	
Қазақтың ұлттық ойындары Тоғызқұмалақ ойыны						
9	Қауіпсіздік ережесі. Бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасының түрлеріне	1	09.01		ЖДЖ	

	медициналық көмек.					
11	Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту.Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы. ӨҚН. Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	1	16.01		ЖДЖ	
12	Қауіпсіздік ережесі Допқа ие болу әдісінің негізгі элементтерін дамыту Футбол. Ойын ережелері. ӨҚН. Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	1	02.04		ЖДЖ	
13	Допқа ие болу әдісінің негізгі элементтерін дамыту Футбол. Алаңдағы қозғалыстар ӨҚН. Денсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік.	1	03.04		ЖДЖ	
14	Ойын кезінде алаңда бағдарлау дағдыларын оқып үйрену. Футбол. Қақпашының ролі. ӨҚН. Денсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік.	1	04.04		ЖДЖ	
15	Ойын кезінде алаңда бағдарлау дағдыларын оқып үйрену. Футбол. Доппен алдап өту тәсілдері ӨҚН	1	09.04		ЖДЖ	

2024-2025 оқу жылы
«Дене шынықтыру және спорт» пәні 5 Б сынып
Өмір қауіпсіздік нұсқаулық – 15 сағат

№	Сабақ тақырыптарының атаулары	Сағат саны	Өтілетін күні	Оқулық беттері	Үй тапсырмасы	Ескерту
Жүгіру, секіру, лақтыру дағдыларына оқыту						
1	Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу үйрету. Ө.Қ.Н. Қала (кент) қауіп көзі ретінде	1	06.09		ЖДЖ	
2	Жүгіріп келіп және бір орында ұзындыққа секіру техникасын үйрету. Ө.Қ.Н Дауыл,боранның алдын алыу	1	10.09		ЖДЖ	
3	Топтық эстафеталық жұмыс. Ө.Қ.Н Табиғатта алғашқы медициналық көмек көрсету ережесі	1	19.09		ЖДЖ	
4	Ойынның қабылдау техникасын үйрету. Ө.Қ.Н Гидродинамикалық апаттар	1	24.09		ЖДЖ	
Гимнастикалық жаттығулар арқылы шығармашылық және сыни тұрғыдан ойлау						
5	Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету Ө.Қ.Н Қан кеткен және күйік кездерінде алғашқы көмек ережесі	1	07.11		ЖДЖ	
6	Жүгіріп келіп және бір орында ұзындыққа секіру техникасын үйрету. Ө.Қ.Н Дауыл,боранның алдын алыу	1	12.11		ЖДЖ	
7	Топтық эстафеталық жұмыс. Ө.Қ.Н Табиғатта алғашқы медициналық көмек көрсету ережесі	1	21.11		ЖДЖ	
8	Ойынның қабылдау техникасын үйрету. Ө.Қ.Н Гидродинамикалық апаттар	1	26.11		ЖДЖ	
Қазақтың ұлттық ойындары Тоғызқұмалақ ойыны						
9	Қауіпсіздік ережесі. Бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. ӨҚН Қала (поселке) қауіп көзі	1	09.01		ЖДЖ	
10	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету. Ө.Қ.Н Үй-жайдағы авария	1	13.01		ЖДЖ	

	медициналық көмек.					
11	Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту. Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы. ӨҚН. Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	1	16.01		ЖДЖ	
12	Қауіпсіздік ережесі Допқа ие болу әдісінің негізгі элементтерін дамыту Футбол. Ойын ережелері. ӨҚН. Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	1	02.04		ЖДЖ	
13	Допқа ие болу әдісінің негізгі элементтерін дамыту Футбол. Алаңдағы қозғалыстар ӨҚН. Денсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік.	1	03.04		ЖДЖ	
14	Ойын кезінде алаңда бағдарлау дағдыларын оқып үйрену. Футбол. Қақпашының ролі. ӨҚН. Денсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік.	1	04.04		ЖДЖ	
15	Ойын кезінде алаңда бағдарлау дағдыларын оқып үйрену. Футбол. Допты баспен ұру түрлері ӨҚН	1	10.04		ЖДЖ	

2024-2025 оқу жылы
«Дене шынықтыру және спорт» пәні 6 А сынып
Өмір қауіпсіздік нұсқаулық – 15 сағат

№	Сабақ тақырыптарының атаулары	Сағат саны	Өтілетін күні	Оқулық беттері	Үй тапсырмасы	Ескерту
Жүгіру, секіру, лақтыру дағдыларына оқыту						
1	Қауіпсіздік ережесі. Өртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс. ӨҚН. Адамның табиғатта өз бетінше өмір сүруі.	1	03.09		ЖДЖ	
2	Қауіпсіздік ережесі. Өртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс. 30 м жүгіру ӨҚН. Медициналық көмек көрсету жолдары.	1	04.09		ЖДЖ	
3	Қауіпсіздік ережесі. Өртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс. 60 м жүгіру. ӨҚН. Жер сілкінісі алдын алуы	1	06.09		ЖДЖ	
4	Жүгіру секіру реттілігі. Орта қашықтыққа жүгіру 200,400 м. ӨҚН. Жер сілкінісі алдын алуы.	1	11.09		ЖДЖ	
5	Қауіпсіздік ережесі. Саптағы жаттығулардың элементтерін көрсету. ӨҚН. Жердің опырылуы мен сель, көшкіннің орын алуы.	1	06.11		ЖДЖ	
6	Қауіпсіздік ережесі. Саптағы жаттығулардың элементтерін көрсету. ӨҚН. Дауыл, боран алдын алуы.	1	07.11		ЖДЖ	
7	Акробатикалық жаттығулар комбинациясын орындау .Гимнастикалық төсеніште жаттығулар жасау. ӨҚН. Әсері мықты улы заттардан уланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету.	1	08.11		ЖДЖ	
8	Қауіпсіздік ережесі. Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту. ӨҚН. Өртүрлі жарақат алу жағдайындағы алғашқы	1	09.01		ЖДЖ	
9	Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау. ӨҚН. Жаппай жарақат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек.	1	10.01		ЖДЖ	
10	Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту . Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау. ӨҚН. Жаппай жарақат алу кезіндегі алғашқы	1	15.01		ЖДЖ	

	сипатындағы төтенше жағдай					
11	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету. Ө.Қ.Н Үй-жайдағы авария сипатындағы төтенше жағдай	1	14.01		ЖДЖ	
Ойын кезіндегі басып кіру дағдыларын түсіну және үйрету						
12	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Ө.Қ.Н Көліктегі төтенше жағдай	1	23.01		ЖДЖ	
13	Ойын кеңістігінде бағдарлау дағдыларына үйрету. Ө.Қ.Н Табиғаттағы төтенше жағдайлар	1	10.04		ЖДЖ	
14	Жеке және командалық ойын әрекеттері. Ө.Қ.Н Климат ауыстыру	1	17.04		ЖДЖ	
15	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту. Ө.Қ.Н Қатты әсер ететін улы заттармен уланған кездегі алғашқы медициналық көмек көрсету	1	24.04		ЖДЖ	

2024-2025 оқу жылы
«Дене шынықтыру және спорт» пәні 6 Б сынып
Өмір қауіпсіздік нұсқаулық – 15 сағат

№	Сабақ тақырыптарының атаулары	Сағат саны	Өтілетін күні	Оқулық беттері	Үй тапсырмасы	Ескерту
Жүгіру, секіру, лақтыру дағдыларына оқыту						
1	Қауіпсіздік ережесі. Өртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс. ӨҚН. Адамның табиғатта өз бетінше өмір сүруі.	1	03.09		ЖДЖ	
2	Қауіпсіздік ережесі. Өртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс. 30 м жүгіру ӨҚН. Медициналық көмек көрсету жолдары.	1	04.09		ЖДЖ	
3	Қауіпсіздік ережесі. Өртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс. 60 м жүгіру. ӨҚН. Жер сілкінісі алдын алуы	1	06.09		ЖДЖ	
4	Жүгіру секіру реттілігі. Орта қашықтыққа жүгіру 200,400 м. ӨҚН. Жер сілкінісі алдын алуы.	1	11.09		ЖДЖ	
5	Қауіпсіздік ережесі. Саптағы жаттығулардың элементтерін көрсету. ӨҚН. Жердің опырылуы мен сель, көшкіннің орын алуы.	1	06.11		ЖДЖ	
6	Қауіпсіздік ережесі. Саптағы жаттығулардың элементтерін көрсету. ӨҚН. Дауыл, боран алдын алуы.	1	07.11		ЖДЖ	
7	Акробатикалық жаттығулар комбинациясын орындау .Гимнастикалық төсеніште жаттығулар жасау. ӨҚН. Әсері мықты улы заттардан уланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету.	1	08.11		ЖДЖ	
8	Қауіпсіздік ережесі. Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту. ӨҚН. Өртүрлі жарақат алу жағдайындағы алғашқы	1	09.01		ЖДЖ	
9	Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау. ӨҚН. Жаппай жарақат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек.	1	10.01		ЖДЖ	
10	Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту . Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау. ӨҚН. Жаппай жарақат алу кезіндегі алғашқы	1	15.01		ЖДЖ	

	шолу жасау. ӨҚН Қала (поселке) қауіп көзі					
10	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету. Ө.Қ.Н Үй-жайдағы авария сипатындағы төтенше жағдай	1	16.01		ЖДЖ	
11	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Ө.Қ.Н Көліктегі төтенше жағдай	1	23.01		ЖДЖ	
Ойын кезіндегі басып кіру дағдыларын түсіну және үйрету						
12	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық. Ө.Қ.Н Орман және дала өрті алдын алу	1	03.02		ЖДЖ	
13	Ойын кеңістігінде бағдарлау дағдыларына үйрету. Ө.Қ.Н Табиғаттағы төтенше жағдайлар	1	10.04		ЖДЖ	
14	Жеке және командалық ойын әрекеттері. Ө.Қ.Н Климат ауыстыру	1	17.04		ЖДЖ	
15	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту. Ө.Қ.Н Қатты әсер ететін улы заттармен уланған кездегі алғашқы медициналық көмек көрсету	1	24.04		ЖДЖ	

**2024-2025 оқу жылы «Дене шынықтыру және спорт» пәні 7 А сынып
Өмір қауіпсіздік нұсқаулық – 15 сағат**

№	Сабақ тақырыптарының атаулары	Сағат саны	Өтілетін күні	Оқулық беттері	Үй тапсырмасы	Ескерту
Лақтыру, секіру, жүгіру дағдыларын жақсарту және дамыту						
1	Қауіпсіздік ережесі. Қысқа қашықтыққа жүгіру ӨҚН. Су тасқыны алдын алу	1	02.09		ЖДЖ	
2	Қауіпсіздік ережесі. Қысқа қашықтыққа жүгіру. ӨҚН. Орман және дала өрті	1	04.09		ЖДЖ	
3	Спорттық ойын (футбол) ӨҚН. Өндірістік апат және күйреу	1	06.09		ЖДЖ	
4	Ойын әдісін жақсарту. ӨҚН. Өндірістік апат және күйреу	1	30.09		ЖДЖ	
5	Қауіпсіздік ережесі. Саптық жаттығуларды оқып үйрену. ӨҚН. Қатты әсер ететін заттарды шашумен авария	1	04.11		ЖДЖ	
6	Қауіпсіздік ережесі. Саптық жаттығуларды оқып үйрену. ӨҚН. Қатты әсер ететін заттарды шашумен авария	1	06.11		ЖДЖ	
7	Спорттық ойын (волейбол) ӨҚН. Бірінші дәрежедегі күйік жағдайда көрсетілетін алғашқы көмек	1	08.11		ЖДЖ	
8	Қазақтың ұлттық ойындары. ӨҚН. Кол, аяқ жараланған кезінде көрсетілетін алғашқы көмек	1	02.12		ЖДЖ	
9	Қауіпсіздік ережесі. Тиісті қызметті жүзеге асыру үшін денені қыздыру және қалпына келтіру әдістері. ӨҚН. Құйген кезінде көрсетілетін алғашқы көмек	1	10.01		ЖДЖ	
10	Қауіпсіздік ережесі. Тиісті қызметті жүзеге асыру үшін денені қыздыру және қалпына келтіру әдістері. ӨҚН. Құйген кезінде көрсетілетін алғашқы көмек		13.01			
11	Спорттық ойын (баскетбол) ӨҚН. Жараланғанда, жарақаттанғанда, басқа да қатерге ұшырағанда көрсетілетін алғашқы көмек	1	15.01		ЖДЖ	
	Ойындар кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-әрекет. ӨҚН. Жараланғанда, жарақаттанғанда, басқа да қатерге ұшырағанда көрсетілетін алғашқы	1	07.02		ЖДЖ	

	көмек					
12	Қауіпсіздік ережесі. Ойын жағдайларында допқа ие болу әдісі. ӨҚН. Ұлы ғаздармен зақымға ұшырағанда көрсетілетін алғашқы көмек	1	02.04		ЖДЖ	
13	Қауіпсіздік ережесі. Ойын жағдайларында допқа ие болу әдісі. ӨҚН. Салауатты өмір салтының дағдылары туралы түсінік	1	04.04		ЖДЖ	
14	Спорттық ойын (футбол) ӨҚН. Салауатты өмір салтының дағдылары туралы түсінік	1	07.04		ЖДЖ	
15	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту (ӨҚН)	1	23.05		ЖДЖ	

**2024-2025 оқу жылы «Дене шынықтыру және спорт» пәні 7 Б сынып
Өмір қауіпсіздік нұсқаулық – 15 сағат**

№	Сабақ тақырыптарының атаулары	Сағат саны	Өтілетін күні	Оқулық беттері	Үй тапсырмасы	Ескерту
Лақтыру, секіру, жүгіру дағдыларын жақсарту және дамыту						
1	Қауіпсіздік ережесі. Ө.Қ.Н. Қысқа қашықтыққа жүгіру.	1	02.09		ЖДЖ	
2	Спорттық ойын (футбол) Ө.Қ.Н.	1	06.09		ЖДЖ	
3	Орта және алыс қашықтыққа жүгіру Ө.Қ.Н.	1	11.09		ЖДЖ	
4	Секіру және оның түрлері Ө.Қ.Н.	1	16.09		ЖДЖ	
5	Қауіпсіздік ережесі. Ө.Қ.Н. Саптық жаттығуларды оқып үйрену	1	04.11		ЖДЖ	
6	Спорттық ойын (волейбол) Ө.Қ.Н.	1	08.11		ЖДЖ	
7	Акробатикалық элементтер кешені Ө.Қ.Н.	1	13.11		ЖДЖ	
8	Гимнастикалық қондырғылардағы жаттығулар түрлері Ө.Қ.Н.	1	18.11		ЖДЖ	
9	Қауіпсіздік техникасы. Ө.Қ.Н. Жаттығуды жүзеге асыру үшін денені қалпына келтіру әдістері	1	10.01		ЖДЖ	
10	Жаттығуды жүзеге асыру үшін денені қалпына келтіру әдістері. Ө.Қ.Н. Шаңғы	1	13.01		ЖДЖ	
11	Жаттығуды жүзеге асыру үшін денені қалпына келтіру әдістері. Ө.Қ.Н.	1	17.01		ЖДЖ	
12	Күш пен төзімділікті арттыруға арналған қозғалыс әрекеттері Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы.Шаңғы Ө.Қ.Н.	1	22.01		ЖДЖ	
13	Қауіпсіздік техникасы. Ойын кезіндегі допты қолдану әдісін орындау. Ө.Қ.Н. Футбол ойынының ержелері	1	02.04		ЖДЖ	
14	Ойын кезіндегі допты қолдану әдісін орындау Футбол. Ө.Қ.Н.	1	04.04		ЖДЖ	
15	Ойын кезіндегі допты қолдану әдісін орындау Футбол. Ө.Қ.Н. Қақпашының ролі	1	07.04		ЖДЖ	

**2024-2025 оқу жылы «Дене шынықтыру және спорт» пәні 8 Б сынып
Өмір қауіпсіздік нұсқаулық – 15 сағат**

№	Сабақ тақырыптарының атаулары	Сағат саны	Өтілетін күні	Оқулық беттері	Үй тапсырмасы	Ескерту
1	Қауіпсіздік ережесі . Ө.Қ.Н. Төменгі сөре және сөрелік екпін. 60 м жүгіру	1	02.09		ЖДЖ	
2	Төменгі сөре және сөрелік екпін. Ө.Қ.Н. 4x10 м жүгіру	1	03.09			
3	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту . Ө.Қ.Н. Эстафетаға жүгіру 4x60 м	1	04.09		ЖДЖ	
4	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту . Ө.Қ.Н. 200 м жүгіру	1	09.09			
5	Қауіпсіздік ережесі . Ө.Қ.Н. Орында және қозғалыста орындау жаттығулары.	1	04.11		ЖДЖ	
6	Акробатикалық жаттығуларды тізбегі. Ө.Қ.Н. Тепе теңдік және секіру	1	11.11		ЖДЖ	
7	Акробатикалық жаттығуларды тізбегі: Тепе теңдік және секіру. Ө.Қ.Н. Кіші аттың биіктігі 120 см секіру	1	12.11		ЖДЖ	
8	Снарядтағы гимнастика-лық жаттығулар жиынтығы. Ө.Қ.Н. Гимнастикалық кермеде жаттығулар жасау	1	18.11		ЖДЖ	
9	Қауіпсіздік ережесі. Ө.Қ.Н. Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту	1	13.01		ЖДЖ	
10	Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту. Ө.Қ.Н. Шаңғы	1	14.01		ЖДЖ	
11	Арнаулы дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы . Ө.Қ.Н. Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.Шаңғы	1	20.01		ЖДЖ	
12	Арнаулы дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Ө.Қ.Н. Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы.Шаңғы	1	21.01		ЖДЖ	
13	Ойын техникасы. Ө.Қ.Н. Футбол.	1	02.04		ЖДЖ	
14	Ойын тактикасы. . Футбол. Ө.Қ.Н. Қақпашының ролі.	1	07.04		ЖДЖ	
15	Ойын тактикасы. Ө.Қ.Н. Футбол. Доппен алдап өту тәсілдері	1	08.04		ЖДЖ	

**2024-2025 оқу жылы «Дене шынықтыру және спорт» пәні 9 А сынып
Өмір қауіпсіздік нұсқаулық – 15 сағат**

№	Сабақ тақырыптарының атаулары	Сағат саны	Өтілетін күні	Оқулық беттері	Үй тапсырмасы	Ескерту
1	Қауіпсіздік ережесі. Спринттік жүгіруді жетілдіру ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	1	04.09		ЖДЖ	
2	Спринттік жүгіруді жетілдіру (60 м жүгіру) ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	1	05.09		ЖДЖ	
3	Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту (4x10 м жүгіру) ӨҚН Гидродинамикалық апаттар	1	06.09		ЖДЖ	
4	Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту (200 м жүгірту) ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	1	11.09		ЖДЖ	
5	Қауіпсіздік ережесі. Топтық саптық жаттығулар ӨҚН Гидродинамикалық апаттар	1	06.11		ЖДЖ	
6	Топтық саптық жаттығулар. (Арнайы жаттығуларды сапалы жасау.) ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	1	07.11		ЖДЖ	
7	Акробатикалық элемент-тердің жиынтығын құру (Топтастыру жаттығуларын жасау) ӨҚН Мектеп жасындағы балалардың жара-қат алуының және жарақат алған кездегі естен тануының алдын алу шаралары.	1	08.11		ЖДЖ	
8	Қауіпсіздік ережесі. Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру ӨҚН Мектеп жасындағы балалардың жара-қат алуының және жарақат алған кездегі естен тануының алдын алу шаралары.	1	09.01		ЖДЖ	
9	Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру (Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау) ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да	1	10.01		ЖДЖ	

	келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.					
10	Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру (Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау) ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	1	15.01		ЖДЖ	
11	Күшті, төзімділікті жақсарту жатығулар жиынтығы (Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы) ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	1	16.01		ЖДЖ	
12	Қауіпсіздік ережесі. Ойын жағдайында допты игеру техникасы (Волейбол. Ойын ережелері) ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	1	02.04		ЖДЖ	
13	Ойын жағдайында допты игеру техникасы (Волейбол, алаңдағы қозғалыстар) ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тәрпаты	1	03.04		ЖДЖ	
14	Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру (Волейбол, алаңдағы қозғалыстар) ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тәрпаты	1	04.04		ЖДЖ	
15	Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру (Волейбол, допты қабылдау түрлері) ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тәрпаты	1	09.04		ЖДЖ	

2024-2025 оқу жылы «Дене шынықтыру және спорт» пәні 9 Б сынып
Өмір қауіпсіздік нұсқаулық – 15 сағат

№	Сабақ тақырыптарының атаулары	Сағат саны	Өтілетін күні	Оқулық беттері	Үй тапсырмасы	Ескерту
1	Қауіпсіздік ережесі. Спринттік жүгіруді жетілдіру ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	1	04.09		ЖДЖ	
2	Спринттік жүгіруді жетілдіру (60 м жүгіру) ӨҚН	1	05.09		ЖДЖ	
3	Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту ӨҚН (4x10 м жүгіру)	1	06.09		ЖДЖ	
4	Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту ӨҚН (200 м жүгірту)	1	11.09		ЖДЖ	
5	Ойын техникасы ӨҚН (Футбол. Қорғаныста ойнау)	1	03.10		ЖДЖ	
6	Қауіпсіздік ережесі. Топтық саптық жаттығулар ӨҚН Гидродинамикалық апаттар	1	06.11		ЖДЖ	
7	Топтық саптық жаттығулар. ӨҚН (Арнайы жаттығуларды сапалы жасау)	1	07.11		ЖДЖ	
8	Акробатикалық элемент-тердің жиынтығын құру ӨҚН (Жинақтаушы жаттығуларды орындау)	1	13.11		ЖДЖ	
9	Тыныс алуды қалпына келтіру техникасы және денені қыздыру жаттығуларының жиынтығын құрастыру. ӨҚН Шаңғы	1	10.01		ЖДЖ	
10	Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар. ӨҚН .Шаңғы	1	31.01		ЖДЖ	
11	Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру. ӨҚН	1	07.02		ЖДЖ	
12	Қауіпсіздік ережесі. Ойын жағдайында допты игеру техникасы . ӨҚН (Волейбол.)	1	02.04		ЖДЖ	
13	Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру ӨҚН (Волейбол, алаңдағы қозғалыстар)	1	04.04		ЖДЖ	
14	Әртүрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру. ӨҚН (60 м жүгіру)	1	30.04		ЖДЖ	
15	Әртүрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру ӨҚН (эстафетаға жүгіру)	1	02.05		ЖДЖ	

**2024-2025 оқу жылы «Дене шынықтыру және спорт» пәні 10 А сынып
Өмір қауіпсіздік нұсқаулық – 12 сағат**

№	Сабақ тақырыптарының атаулары	Сағат саны	Өтілетін күні	Оқулық беттері	Үй тапсырмасы	Ескерту
1	Секіру және оның түрлері. Ө.Қ.Н.	1	10.09	141-бет	ӨҚжАТНс-1	
2	Лақтыру және оның түрлері. Ө.Қ.Н.	1	19.09	147-бет	ӨҚжАТНс-2	
3	Жұптық және топтық ойынның қозғалыс дағдысы. Ө.Қ.Н.	1	24.09	156-бет	ӨҚжАТНс-3	
4	Жұптық және топтық ойынның қозғалыс дағдысы. Ө.Қ.Н.	1	03.10	161-бет	ӨҚжАТНс-4	
5	Қауіпсіздік ережесі. Ө.Қ.Н. Гимнастикада композициялық элементтер құру.	1	05.11	165-бет	ӨҚжАТНс-5	
6	Гимнастикалық снарядтарда денені басқару қозғалысының дағдысы. Ө.Қ.Н.	1	12.11	174-бет	ӨҚжАТНс-6	
7	Гимнастикалық снарядтарда денені басқару қозғалысының дағдысы. Ө.Қ.Н.	1	19.11	178-бет	ӨҚжАТНс-7	
8	Тепе - теңдік гимнастикалық жаттығулар және кеңістіктегі дене қозғалысы. Ө.Қ.Н.	1	21.11	184-бет	ӨҚжАТНс-8	
9	Қауіпсіздік ережесі. Ө.Қ.Н. Техникалық дағдыларды қолдану.	1	09.01	190-бет	ӨҚжАТНс-9	
10	Тактикалық дағдыларды қолдану. Ө.Қ.Н. (Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы).Шаңғы	1	14.01	195-бет	ӨҚжАТНс-10	
11	Тактикалық дағдыларды қолдану. Ө.Қ.Н. (Жүріс, жүгіру жаттығулары)	1	23.01	204 –бет	ӨҚжАТНс-11	
12	Командалық ойындағы көшбасшылық және көшбасшылық дағдысы. Ө.Қ.Н. (Футбол. Ойындағы қозғалыстар)	1	03.04	212-бет	ӨҚжАТНс-12	

2024-2025 оқу жылы «Дене шынықтыру және спорт» пәні 10 Б сынып
Өмір қауіпсіздік нұсқаулық – 15 сағат

№	Сабақ тақырыптарының атаулары	Сағат саны	Өтілетін күні	Оқулық беттері	Үй тапсырмасы	Ескерту
1	Қауіпсіздік ережесі. ӨҚН Жүгіру және оның түрлері.	1	02.09	141-бет	ӨҚжАТНс-1	
2	Спорттық ойын ӨҚН (футбол).	1	06.09	147-бет	ӨҚжАТНс-2	
3	Секіру және оның түрлері. ӨҚН (Бір орыннан ұзындыққа секіру)	1	09.09	156-бет	ӨҚжАТНс-3	
4	Қауіпсіздік ережесі. Ө.Қ.Н. Гимнастикада композициялық элементтер құру.	1	04.11	161-бет	ӨҚжАТНс-4	
5	Гимнастикалық снарядтарда денені басқару қозғалысының дағдысы. Ө.Қ.Н.	1	13.11	165-бет	ӨҚжАТНс-5	
6	Спорттық ойын (волейбол). Ө.Қ.Н.	1	21.11	174-бет	ӨҚжАТНс-6	
7	Тактикалық дағдыларды қолдану. Ө.Қ.Н. (Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы).Шаңғы	1	15.01	178-бет	ӨҚжАТНс-7	
8	Тактикалық дағдыларды қолдану. Ө.Қ.Н. (Жүріс,жүгіру жаттығулары)	1	24.01	184-бет	ӨҚжАТНс-8	
9	Жеке, топтық және командалық тактикалық әрекеттер. Ө.Қ.Н. (Баскетбол. Допты торға тастау әдістері)	1	12.02	190-бет	ӨҚжАТНс-9	
10	Жеке, топтық және командалық тактикалық әрекеттер. Ө.Қ.Н. (Баскетбол. Айып добын торға тастау әдістері)	1	17.02	195-бет	ӨҚжАТНс-10	
11	Ойын арқылы мәселелерді шешу дағдылары. Ө.Қ.Н. (Баскетбол. Допты ойыншыға беру әдістері)	1	24.02	204 –бет	ӨҚжАТНс-11	
12	Командалық ойындағы көшбасшылық және көшбасшылық дағдысы. (Футбол. Ө.Қ.Н. Ойындағы қозғалыстар)	1	04.04	212-бет	ӨҚжАТНс-12	

**2024-2025 оқу жылы «Дене шынықтыру және спорт» пәні 11 А сынып
Өмір қауіпсіздік нұсқаулық – 12 сағат**

№	Сабақ тақырыптарының атаулары	Сағат саны	Өтілетін күні	Оқулық беттері	Үй тапсырмасы	Ескерту
1	Қауіпсіздік ережесі. Ө.Қ.Н. Адамның табиғи қозғалысы- жүгіру	1	02.09	156 бет	ӨҚжАТНс-1	
2	Секіру және лақтыру: Ө.Қ.Н. топтық дайындық жоспары (Секіру және оның түрлері)	1	05.09	160-бет	ӨҚжАТНс-2	
3	Секіру және лақтыру: Ө.Қ.Н. топтық дайындық жоспары (Лақтыру және оның түрлері)	1	10.09	165-бет	ӨҚжАТНс-3	
4	«Денсаулық күнін» құру және ұйымдастыру (Жарыстың жоспарын дайындау) Ө.Қ.Н.	1	16.09	170-бет	ӨҚжАТНс-4	
5	Қауіпсіздік ережесі. Ө.Қ.Н. Адамның табиғи қозғалысы- жүгіру (Жүгіру және оның түрлері)	1	04.11	175-бет	ӨҚжАТНс-5	
6	Секіру және лақтыру: Ө.Қ.Н. топтық дайындық жоспары (Секіру және оның түрлері)	1	07.11	180-бет	ӨҚжАТНс-6	
7	Секіру және лақтыру: Ө.Қ.Н. топтық дайындық жоспары (Лақтыру және оның түрлері)	1	14.11	186-бет	ӨҚжАТНс-7	
8	Ойыншының тактикалық әрекеті. Ө.Қ.Н. (Спорттық ойындар кезіндегі тактикалық жүріс) Шаңғы	1	13.01	191-бет	ӨҚжАТНс-8	
9	Ойыншының тактикалық әрекеті. Ө.Қ.Н. Шаңғы	1	16.01	196-бет	ӨҚжАТНс-9	
10	Ойын процесіндегі шығармашылық әлеуметтілік Ө.Қ.Н. Шаңғы	1	27.01	201-бет	ӨҚжАТНс-10	
11	Қауіпсіздік ережесі. Ө.Қ.Н. Ойыншының тактикалық әрекеті	1	01.04	206 бет	ӨҚжАТНс-11	
12	Ойыншының тактикалық әрекеті Ө.Қ.Н. (Спорттық ойындар кезіндегі тактикалық жүріс	1	03.04	206 бет	ӨҚжАТНс-12	