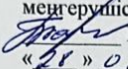
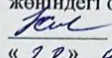


БЕКІТЕМІН
«Тайтөбе ауылының жалпы
орта білім беретін мектебі»
КММ мектеп директоры
 Г.С. Алиева
«28» 08 2026ж.



КЕЛІСЕМІН
Директордың оқу ісінің
менгерушісі
 К.Ш.Татиева
«28» 08 2026ж.

КЕЛІСЕМІН
Директордың тәрбие ісі
жөніндегі орынбасары
 А.М. Каепов
«28» 08 2026ж.

«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» КУРСЫНЫҢ күнтізбелік-тақырыптық жоспары 2026-2027 оқу жылы

Педагог – психолог : Арингазина Д.Д.
Сыныбы: 8, 9, 10, 11- сыныптар

ТҮСІНІК ХАТ

1. Жалпы ережелер

Осы күнтізбелік-тематикалық жоспар Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігінің жалпы білім беретін ұйымдарда білім алушылардың өмір қауіпсіздігін, киберқауіпсіздігін және эмоционалдық әл-ауқатын қамтамасыз ету туралы нормативтік-құқықтық актілері мен нұсқаулықтарына сәйкес құрастырылды.

Жеке қауіпсіздік» сабақтары 5–11-сынып оқушыларының жас ерекшеліктері мен психологиялық даму заңдылықтарын ескере отырып, білім алушылардың күнделікті өмірде, интернет кеңістігінде және төтенше жағдайларда өз өмірі мен денсаулығын қорғау дағдыларын қалыптастыруға бағытталған.

2. Курстың мақсаты мен міндеттері

Курстың мақсаты: Білім алушыларда жеке қауіпсіздік мәдениетін қалыптастыру, әртүрлі қауіп-қатерлердің (буллинг, алаяқтық, табиғи/тұрмыстық апаттар) алдын алу және қиын жағдайларда дұрыс шешім қабылдау дағдыларын дамыту.

Курстың міндеттері:

1. Оқушылардың ақпараттық және киберқауіпсіздік саласындағы білімдерін жетілдіру (кибербуллинг, жеке деректерді қорғау).
2. Буллингке, қорқыту мен зорлық-зомбылыққа қарсы тұрудың және психологиялық көмекке жүгінудің дұрыс жолдарын үйрету.
3. Тұрмыста, көшеде және төтенше жағдайларда (өрт, жер сілкінісі ж.т.б.) қауіпсіз мінез-құлық дағдыларын қалыптастыру.
4. Оқушылардың құқықтық сауаттылығы мен жауапкершілігін арттыру.

3. Курсты ұйымдастыру ерекшеліктері

Сыныптар: 5, 6, 7- сыныптар.

Оқыту түрі: Практикалық бағытталған сабақтар, кейс-стади, тренингтер, симуляциялық жаттығулар мен пікірталастар.

Негізгі модульдар (бағыттар):

1. Ақпараттық және цифрлық қауіпсіздік (Интернеттегі қауіпсіздік, жеке желідегі шекаралар).
2. Психосоциалдық қауіпсіздік және буллинктің алдын алу (Құрдастар арасындағы қарым-қатынас, сенім телефондары).
3. Физикалық және тұрмыстық қауіпсіздік (Көшедегі, үйдегі, қоғамдық орындардағы қауіпсіздік ережелері).
4. Төтенше жағдайлардағы іс-әрекеттер (Өрт, табиғи апаттар, алғашқы көмек елеулері).
4. Күтілетін нәтижелер

Курсты аяқтағаннан кейін оқушылар:

- Цифрлық кеңістіктегі қауіптерді тани біледі және өз деректерін қорғай алады;
- Буллинг немесе қысым жағдайларында кімге және қалай жүгіну керектігін біледі;
- Төтенше және қауіпті жағдайларда байбаламға салынбай, алгоритм бойынша әрекет етеді;
- Өз өмірі мен айналасындағылардың қауіпсіздігіне жауапкершілікпен қарайды.

**«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» КУРСЫНЫҢ
КҮНТІЗБЕЛІК-ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАРЫ**

Оқу жылы: 2026-2027

8-СЫНЫП.

Жылдық көлемі: 8 сабақ. Ұсынылатын сабақ ұзақтығы: 20–25 минут.

№	Тоқсан	Тақырыптың атауы	Оқыту мақсаты	Сағат	Мерзімі				Ескерту
					8 А	8Ә	8 Б	8В	
1	1 тоқсан	Қауіп-қатерді бағалау және мінез-құлықты жауапкершілікпен таңдау	Мінез-құлық тәсілін таңдау кезінде қауіп-қатерді бағалау.	1	07.09	08.09	09.09	11.09.	Айдын 1 аптасы
2		Тұлғааралық келіспеушіліктерді жанжалсыз түрде шешу	Қақтығыстың шиеленісуіне жол бермейтін келіспеушіліктерді шешу тәсілін таңдау.	1	05.10	06.10	07.10	02.10	
3	2 тоқсан	Жеке шекаралар, қауіпсіздік және зорлық-зомбылықтың алдын алу	Қауіп төндіретін ықпал жағдайында жеке шекараларды қорғаудың қауіпсіз тәсілдерін қолдану.	1	02.11	03.11	04.11	06.11	
4		Цифрлық қауіптер, алаяқтық және желідегі қауіпсіз мінез-құлық	Цифрлық қауіп немесе алаяқтық анықталған жағдайда қауіпсіз әрекет ету тәсілін таңдау.	1	01.12	02.12	04.12	11.12	
5	3 тоқсан	Ойын және цифрлық тәуелділік: қауіп-қатерлерді танып-білу	Ойынға немесе цифрлық тәуелді мінез-құлыққа тартылу қауіптерін бағалау.	1	11.01	12.01	13.01.	15.01	
6		Құқықтық қауіпсіздік және құқық бұзушылықтардың алдын алу	Қауіпті жағдайда заңға сәйкес әрі қауіпсіз мінез-құлық тәсілін негіздеу.	1	01.02	02.02	03.02	05.02	
7	4 тоқсан	Төтенше және табиғи жағдайлардағы қауіпсіз мінез-құлық	Қауіптің сипатын ескере отырып, қауіпсіз әрекет ету алгоритмін таңдау.	1	05.04	06.04	07.04	02.04	
8		Күрделі өмірлік жағдайдағы қауіпсіз стратегиялар	Қауіп-қатер мен қолжетімді қолдау мүмкіндіктерін ескере отырып, қауіпсіз мінез-құлық стратегиясын таңдау.	1	03.05	04.05	05.05	07.05	

**«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» КУРСЫНЫҢ
КҮНТІЗБЕЛІК-ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАРЫ**
Оқу жылы: 2026-2027
9-СЫНЫП.

Жылдық көлемі: 17 сабақ. Ұсынылатын сабақ ұзақтығы: 35–40 минут.

№	Тоқсан	Тақырыптың атауы	Оқыту мақсаты	Сағат	Мерзімі			Ескерту
					9А	9 Ә	9 Б	
1	1 тоқсан	Эмоциялық күйлер және олардың мінез-құлыққа әсері	Эмоциялық күйдің мінез-құлыққа және қабылданатын шешімдерге әсерін талдау.	1	14.09	15.09	18.09	Айдың 2 аптасы
2		Эмоциялық саналылық және өзін-өзі реттеу	Өзінің эмоционалдық жағдайын талдау негізінде өз эмоцияларын реттеу тәсілдерін қолдану.	1	21.09	22.09	25.09	
3		Тұлғалық ресурстар және өзін-өзі дамыту бағыттары	Өзінің күшті жақтарын талдау және тұлғалық даму бағыттарын анықтау.	1	12.10	13.10	16.10	
4		Өзін қабылдау және өзіне конструктивті көзқарас	Өз қасиеттері мен қиындықтарын дұрыс қабылдап, оларды еңсерудің тиімді жолдарын қолдану.	1	19.10	20.10	23.10	

5	2 тоқсан	Кибербуллинг және цифрлық айла-шарғы (манипуляциялар): қауіптерді тану және қорғану тәсілдері	Қауіпсіз әрекеттерді таңдау үшін цифрлық манипуляция мен кибербуллинг қауіптерін бағалау	1	16.11	17.11	20.11	
6		Әлеуметтік және цифрлық ортадағы психологиялық қауіпсіздік	Әлеуметтік және цифрлық қарым-қатынас жағдайларын психологиялық қауіпсіздік тұрғысынан талдау.	1	23.11	24.11	27.11	
7		Қауіпсіз мінез-құлық стратегиялары және қолдау іздеу	Қолдауға уақтылы жүгіну үшін әлеуметтік қарым-қатынас жағдайларын бағалау.	1	07.12	08.12	11.12	
8		Сенімді және жауапты мінез-құлық	Мінез-құлықтың әртүрлі үлгілерінің салдарын бағалау.	1	14.12	15.12	18.12	
9	3 тоқсан	Қиын жағдайларда тұлғалық және әлеуметтік ресурстарды пайдалану	Қиын жағдайларда тұлғалық және әлеуметтік ресурстарды пайдалану мүмкіндіктерін анықтау	1	11.01	12.01	15.01	
10		Әртүрлі өмірлік жағдайлардағы сенімді мінез-құлық стратегиялары	Нақты жағдайдың ерекшеліктерін ескере отырып, сенімді мінез-құлық тәсілдерін қолдану	1	18.01	19.01	22.01	
11		Жеке шекаралар және оларды әртүрлі жағдайларда қорғау тәсілдері	Жағдайды және ықтимал салдарды ескере отырып, жеке шекараны қорғаудың қауіпсіз тәсілін таңдау.	1	08.02	09.02	12.02	
12		Қоғамдық орындар мен көліктегі төтенше, криминогендік және экстремалды жағдайлардағы қауіпсіз мінез-құлық	Қауіпті жағдайдың сипатын ескере отырып, қауіпсіз әрекет ету алгоритмін таңдау.	1	15.02	16.02	19.02	
13		Стресстік жағдайлардағы эмоционалдық тұрақтылық және өзін-өзі реттеу	Стресстік жағдайларда эмоционалдық тұрақтылық пен психологиялық әлауқатты сақтау үшін өзін-өзі реттеу тәсілдерінің тиімділігін бағалау.	1	15.03	16.03	19.03	
14	4 тоқсан	Құқықтық қауіпсіздік: кәмелетке толмағандардың құқық бұзушылық үшін жауапкершілігі және жеке құқықтарын қорғау	Жауапкершілік пен жеке құқықтарды қорғау тәсілдерін ескере отырып, құқыққа сай әрекет ету тәсілін негіздеу.	1	12.04	13.04	16.04	

15	4 тоқсан	Қиын өмірлік жағдайларды және оларды жеңу тәсілдерін талдау	Тәуекелдерді, ресурстарды және әрекет ету нұсқаларын анықтай отырып, қиын өмірлік жағдайды талдау.	1	19.04	20.04	23.04	
16		Қиындықтарды жеңу стратегияларының тиімділігін бағалау	Қиындықтарды жеңудің әртүрлі стратегияларын салыстыру және олардың қысқа және ұзақ мерзімді салдарын бағалау.	1	26.04	27.04	30.04	
17		Қиын өмірлік жағдайлардағы мінез-құлық стратегияларын таңдау	Тәуекелдер мен қолжетімді ресурстарды бағалауды ескере отырып, қауіпсіз мінез-құлық стратегиясын таңдауды негіздеу.	1	10.05	11.05	14.05	

**«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» КУРСЫНЫҢ
КҮНТІЗБЕЛІК-ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАРЫ**

Оқу жылы: 2026-2027

10-СЫНЫП. КҮНТІЗБЕЛІК-ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР

Жылдық көлемі: 17 сабақ. Ұсынылатын сабақ ұзақтығы: 35–40 минут.

№	Тоқсан	Тақырыптың атауы	Оқыту мақсаты	Сағат	Мерзімі		Ескерту
					10 А	10 Ә	
1	1 тоқсан	Психологиялық тұрақтылық, эмоционалдық жағдай және тұлғалық ресурстар	Эмоционалдық жағдай мен тұлғалық ресурстардың тұрақтылыққа әсерін талдау.	1	21.09	21.09	Айдың 3 аптасы
2		Күнделікті өмірдегі эмоциялар және өзін-өзі реттеу	Күнделікті жағдайларда эмоционалдық өзін-өзі реттеу тәсілдерін қолдану.	1	25.09	25.09	
3		Қаржылық қауіпсіздік және цифрлық гигиена: алаяқтықты, дропперлікті және кредиттік тәуекелдерді білу	Қауіпсіз мінез-құлық тәсілін таңдау үшін алаяқтық, дропперлік және кредиттік тәуекелдердің белгілерін бағалау.	1	21.10	21.10	
4		Эмоционалдық тепе-теңдікті қалпына келтіру тәсілдері	Жағдаятты ескере отырып, эмоционалдық тепе-теңдікті қалпына келтірудің дұрыс тәсілдерін қолдану.	1	22.10.	22.10	

5	2 тоқсан	Тұлғалық ресурстар және оларды қиын жағдайларда пайдалану жолдары	Қиын жағдайларды еңсеру үшін ішкі және сыртқы тұлғалық ресурстарды пайдалану.	1	23.11	23.11	
6		Күйзелістік жағдайлар және оларды еңсерудің стратегиялары	Күйзелістік жағдайдың ерекшеліктерін ескере отырып, оны еңсерудің стратегиясын таңдау.	1	27.11	27.11	
7		Деструктивті топтарға, секталарға және қылмыстық схемаларға тартылуға қарсы іс-қимыл	Деструктивті топтарға, секталарға және қылмыстық схемаларға тартылуға қарсы іс-қимылдың қауіпсіз тәсілін таңдау.	1	21.12	21.12	
8		Психологиялық қолдау ресурстары және көмекке жүгіну	Қиын жағдайларда психологиялық қолдауға жүгінудің қауіпсіз тәсілдерін таңдау.	1	25.12	25.12	
9	3 тоқсан	Тиімді тұлғааралық қарым-қатынастың негіздері	Өртүрлі жағдайларда тиімді қарым-қатынас жасау тәсілдерін қолдану.	1	25.01	25.01	
10		Коммуникативтік мінез-құлық және құрдастарымен қарым-қатынас	Құрдастарымен қарым-қатынас барысында өз мінез-құлқының ерекшеліктерін ескеру.	1	29.01	29.01	
11		Өз пікірін дәйекті жеткізу және мұқият тыңдау	Тұлғааралық қарым-қатынас барысында дәлелмен сөйлеу және мұқият тыңдау тәсілдерін қолдану.	1	22.02	22.02	
12		Қақтығысты жағдайларды ушықтырмай шешу тәсілдері	Тұлғааралық қақтығыстарды жанжалсыз шешудің стратегияларын қолдану.	1	26.02	26.02	
13		Өзінің және басқа адамдардың жеке шекараларын құрметтеу	Басқа адамдардың шекараларын құрметтей отырып, жеке шекараларды қорғаудың қауіпсіз тәсілдерін үйрену.	1	29.03	29.03	
14	4 тоқсан	Буллинг және психологиялық қысым кезіндегі қауіпсіз мінез-құлық стратегиялары	Буллинг пен қысым көрсету қаупі туындаған жағдайда қауіпсіз мінез-құлық және көмекке жүгіну алгоритмдерін қолдану.	1	19.04	19.04	
15		Құндылықтар, өмірлік мақсаттар және жеке басымдықтар	Маңызды шешімдер қабылдау кезінде жеке құндылықтар, өмірлік мақсаттар мен басымдықтардың өзара байланысын талдау	1	23.04	23.04	
16		Бастамашылық, көшбасшылық	Көшбасшылық бастама таныту кезінде	1	10.05	10.05	

		қасиеттер және жауапты шешім қабылдау	қабылданатын шешімдердің салдарын бағалау				
17		Кәсіби қызығушылықтар және білім алу мүмкіндіктері	Өз қызығушылықтары мен қабілеттерін одан әрі білім алу және кәсіби даму бағыттарымен сәйкестендіру.	1	14.05	14.05	

**«ЖЕКЕ ҚАУІПСІЗДІК» КУРСЫНЫҢ
КҮНТІЗБЕЛІК-ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАРЫ
Оқу жылы: 2026-2027
11-СЫНЫП. КҮНТІЗБЕЛІК-ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**

Жылдық көлемі: 17 сабақ. Ұсынылатын сабақ ұзақтығы: 35–40 минут.

№	Токсан	Тақырыптың атауы	Оқыту мақсаты	Сағат	Мерзімі		Ескерту
					11 А	11 Ә	
1	1 токсан	Өмірлік өзгерістер жағдайындағы психологиялық тұрақтылық және бейімделу	Өмірлік өзгерістер жағдайындағы бейімделудің жеке ерекшеліктері мен ресурстарын талдау.	1		21.09	
2		Эмоционалдық шиеленісті басқару және психологиялық әл-ауқатты сақтау	Жоғары жүктеме жағдайында психологиялық әл-ауқатты сақтау үшін эмоционалдық өзін-өзі реттеу тәсілдерін қолдану.	1	25.09	25.09	
3		Кәмелетке толған адамның құқықтық қауіпсіздігі: әкімшілік және қылмыстық жауапкершілік негіздері	Әкімшілік және қылмыстық жауапкершілікті ескере отырып, құқыққа сай мінез-құлық тәсілін негіздеу.	1	21.10	21.10	
4		Ересек өмірге қадам басу кезіндегі еңбек және азаматтық қауіпсіздік	Ересек өмірге қадам басу кезінде еңбек және азаматтық құқықтарды қорғаудың құқыққа сай тәсілдерін таңдау.	1	22.10.	22.10	

5	2 тоқсан	Төтенше және дағдарыстық жағдайлардағы іс-қимыл алгоритмдері және құқықтарды қорғау	Төтенше және дағдарыстық жағдайларда қауіпсіз іс-қимыл жасау және құқықтарды қорғау алгоритмдерін қолдану.	1	23.11	23.11	
6		Күйзелістік жағдайларды еңсерудің психологиялық стратегиялары	Күйзеліс жағдайында психологиялық тұрғыдан әрекет етудің тиімді тәсілдерін анықтау.	1	27.11	27.11	
7		Оқу жүктемесі шамадан тыс көп кездегі эмоциялық шиеленісті еңсеру	Оқу және емтихан жүктемесі жағдайында эмоционалдық шиеленісті еңсеру стратегияларын қолдану.	1	21.12	21.12	
8		Өз бетінше өмір сүруге психологиялық дайындық	Дербес өмірдің жаңа жағдайларына көшу кезінде бейімделу ресурстарын пайдалану.	1	25.12	25.12	
9	3 тоқсан	Күрделі әлеуметтік жағдайлардағы қарым-қатынас	Күрделі әлеуметтік жағдайларда тиімді қарым-қатынас тәсілдерін таңдау.	1	25.01	25.01	
10		Топтағы қарым-қатынас және рөлдерді бөлу	Топта әртүрлі әлеуметтік рөлдерді орындау кезінде жауапты қарым-қатынас тәсілдерін қолдану.	1	29.01	29.01	
11		Келіссөз жүргізу, өз пікірін дәлелдеу және өзара түсіністікке қол жеткізу	Қолайлы шешімдерге қол жеткізу үшін дәлелдеу және келіссөз жүргізу тәсілдерін қолдану.	1	22.02	22.02	
12		Қақтығысты шиеленістірмеу және қарым-қатынасты қалпына келтіру	Қақтығыстың өршуіне жол бермеу және қарым-қатынасты қалпына келтіру әдістерін қолдану.	1	26.02	26.02	
13		Буллинг пен психологиялық қысым жағдайларындағы қауіпсіз қарым-қатынас	Қауіпсіз әрекет ету тәсілін таңдау үшін манипуляция, жәбірлеу және зорлық-зомбылық қаупін анықтап, бағалай білу.	1	29.03	29.03	
14	4 тоқсан	Күрделі жағдайлардағы қауіпсіз мінез-құлық және көмек сұрау жолдары	Дағдарыстық жағдайларда қауіпсіз мінез-құлық және көмекке жүгіну алгоритмдерін қолдану.	1	19.04	19.04	
15		Саналы таңдау және тұлғалық дамудың келешегі	Жеке құндылықтар мен қабілеттерді одан әрі тұлғалық даму мүмкіндігімен сәйкестендіру.	1	23.04	23.04	
16		Көшбасшылық, дербестік	Дербес таңдау салдары үшін жеке және әлеуметтік	1	10.05	10.05	

		және қабылданған шешіміне жауаптылық	жауапкершілікті бағалау.				
17		Болашақ мамандығын айқындау және жеке білім алу траекториясын қалыптастыру	Жеке ресурстарды ескере отырып, жеке білім беру және кәсіби бағытты негіздеу.	1	14.05	14.05	