

**НҰР-СҰЛТАН ҚАЛАСЫНЫҢ БІЛІМ БАСҚАРМАСЫ  
«БІЛІМ БЕРУДІ ЖАҢҒЫРТУ ОРТАЛЫҒЫ» МҚҚК  
НҰР-СҰЛТАН ҚАЛАСЫ ӘКІМДІГІНІҢ  
«№ 70 МЕКТЕП-ЛИЦЕЙ» ШЖҚ КММ**

**ЖОЛДА ЖҮРУ ЕРЕЖЕСІ**

*Жинақ  
5-сынып*

**Нұр-Сұлтан, 2022**

Нұр-Сұлтан қаласы әкімдігінің «№ 70 мектеп-лицей» ШЖЖҚ КММ әдістемелік кеңес отырысында қаралды (Хаттама № 4 05.01.2022 ж).

### **ШІКІР БЕРУШІЛЕР:**

Искандарова Ж.Б, Нұр-Сұлтан қаласы, ПД «Алматы» ауданы, ПБ ЖПКБ ЮПБ полиция капитаны.

Шамшатова А.А, Қызылорда облысының білім басқармасының Қызылорда қаласы бойынша білім бөлімінің «Жамбыл атындағы №120 орта мектебі» КММ-нің директоры.

**Құрастырушы:** Забенов А.Қ. Жолда жүру ережесі. Жинақ. 5-сынып – Нұр-Сұлтан, 2022. – 34 б.

Бұл жинақ 5-сынып оқушыларына арналған бағдарлама негізінде құрастырылған. Жинақта жолда жүру ережелерін үйретуге бағытталған мәліметтер берілген. Мұғалімдерге жолда жүру кезіндегі қауіпсіздік ережелерін ұйымдастыруға бағыт-бағдар береді.

## МАЗМҰНЫ

|                                                                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Кіріспе.....                                                                                                     | 4  |
| 1.Сабақ жоспарлары.....                                                                                          | 5  |
| 1-6 сабақ. Жол белгілері .....                                                                                   | 5  |
| 7-сабақ. Көше қиылыстары.....                                                                                    | 10 |
| 8-13 сабақ. Жол ережелері.....                                                                                   | 12 |
| 14-сабақ.Алғашқы медициналық көмек.....                                                                          | 13 |
| 15-сабақ. Жүрекке сыртқы массаж жасау техникасы.....                                                             | 14 |
| 16-сабақ. Үсудің алдын алу шаралары және үсік кезінде<br>көрсетілетін алғашқы көмек, күн тию туралы түсінік..... | 15 |
| 17-сабақ. Естен тану кезіндегі алғашқы көмек.....                                                                | 16 |
| 18-сабақ. Алғашқы медициналық көмек.....                                                                         | 17 |
| 19-сабақ.Жас эрудит. Бағдаршам тарихы.....                                                                       | 23 |
| 20-сабақ. Көлік тарихы.....                                                                                      | 23 |
| 21-сабақ.Велосипедке қойылатын техникалық талаптар.....                                                          | 24 |
| 22-28 сабақ. Велосипедпен жүру шеберлігі мен саптық тік тұру<br>және саптық санау түрлері.....                   | 25 |
| 29-32 сабақ.Орында және қозғалыстағы бұрылуды орындау.....                                                       | 29 |
| 33-сабақ. Насихаттау жұмыстары.....                                                                              | 30 |
| 34-сабақ. Қорытынды сабақ.....                                                                                   | 30 |
| Пайдаланылған әдебиеттер.....                                                                                    | 34 |

## **КІРІСПЕ**

№70 мектеп-лицей алаңында жолда жүрудің жас отряды – оқушылардың ерікті ұйымы құрылған. Бұл ұйым оқушылардың ерікті ұйымы болып табылады. Ол оқушылардың бойында азаматтық белсенділік, патриоттық, эмпатия, зияткерлік, еңбексүйгіштік құндылықтарды қалыптастырып, төмен және орта жастағы балалар арасында қауіпсіз жолды насихаттауды ұйымдастыруға, кеңінен тартуға бағытталған. Жол қозғалыс инспекторының жас достары мектепте оқушылар, мұғалімдер, ата-аналар арасында жол-көлік жарақатының деңгейін төмендетуге, жолдағы қайғылы оқиғалардың алдын алу бойынша жүйелі жұмыстар жүргізеді. Атап айтар болсақ: сыныптар арасында викториналар, насихаттау қойылымдары, буклеттер тарату, қауіпсіз жолға байланысты түрлі сайыстар ұйымдастыру, бастауыш сынып оқушыларын бағдарламға саяхат жасату, жол реттеушінің сигналдары мен жолда жүру тәртібін түсіндіру, алғашқы көмек көрсетудің алғы шарттарын үйретеді. Сабақ барысында оқушылар жол белгілері мен алғашқы көмек көрсетудің алғы шарттарын, сапта жүруді, велосипедпен жүру шеберлігін, жол реттеушінің сигналдарын, бағдарлам және көлік тарихын үйренеді. Әрбір сабақтан соң бақылау сұрақтары, тапсырмалар көмегімен оқушының жол қозғалысы ережелерін қалай меңгергендігі анықталып отырады. Сонымен қатар жол қауіпсіздігі инспекторлары тобы жыл сайын жүйелі түрде слетке қатысып отырады. Жас инспекторлар түрлі саптық жаттығуларын жасайды. Саптық жаттығулар орында жасалатын, оларға түрлі тұру (түзелу, тік тұру, еркін тұру, саптық қадаммен орында жүру) бұрылу түрлері (оңға, солға, кері бұрылу) қимылдаған кезде орындалатын саптық жаттығуларға – жүру түрлері (шапшаң жүру, баяу жүру, кең қадам жасап жүру, қысқа қадам жасап жүру), қимыл үстінде бұрылу түрлері, сәлемдесу жатады. Саптық жаттығулар оқушылардың тәртіпті, жауапкершілікті, ұйымшыл болуына зор септігін тигізеді.

Жол қозғалысының жас инспекторлары бастауыш сынып білім алушыларына жолда жүру ережесі мен алғашқы көмек көрсетуді үйрету, насихаттау бағытында жұмыс жасайды және жыл сайынғы жүйелі жолға қойылған «Ғазиз Байтасов» атындағы республикалық слетке қатысып, тәжірибе алады. Осы бағдарламамен қоса осы жинақ жол қауіпсіздігін сақтаудың адамдар өміріндегі маңыздылығын ұғындыру, көше жағдайындағы кеңістікті бағдарлай білуге көмегін береді деп үлкен сеніммен үміт білдіреміз.

## **1.САБАҚ ЖОСПАРЛАРЫ**

### **1-6 сабақ. Жол белгілері**

Жол белгілері – көлік қозғалысын реттеу және көлік жүргізуші мен жаяу жүрушіге маңайдағы жол жағдайы жөнінде ақпарат беру мақсатында көше мен жол бойына қойылатын арнайы белгілер. Жол белгілерінің бекітілген суреті мен техникалық сипаттамалары «Жол белгілері мен сигналдары туралы» Конвенция (Вена, 1968) мен осы Конвенцияны толықтыратын Еуропа елдері келісімі (Женева, 1971) талаптарына сәйкес жасалады. 1998 жылға дейін Қазақстанда 1987 жылы КСРО-да қабылданған жолда жүру ережелері қолданылды. 1998 жылдан республикада жолда жүрудің жаңа Ережелері қабылданған. Осы ережелерге сай жол белгілері мемлекеттік стандарттар негізінде анықталады. Бұл стандарттар бойынша, жол белгілері

#### **7 топқа бөлінеді:**

ескерту белгілері,  
басымдылық белгілері,  
тыйым салу белгілері,  
міндеттеу белгілері,  
ақпараттық-көрсеткіш белгілері,  
қызмет көрсету белгілері,  
қосымша тақтайшалар.

Ескерту белгілері жолдың қауіпті бөлігінің жақындағанын хабарлайды. Ол айналасы қызыл жолақпен көмкерілген ақ түсті тең қабырғалы үшбұрыш түрінде жасалып, ортасына қауіп түрін айқындайтын шартты белгілер салынады. Басымдылық белгілері көше қиылыстарын, жолдың жіңішкерген бөлігін, кесіп өту кезектілігін белгілейді. Олар пішіндері мен түстері әр түрлі 9 жол белгілерінен тұрады. Тыйым салу белгілері жолдағы көлік қозғалысына белгілі бір шектеулер енгізеді немесе бұрын қойылған шектеулердің күшін жояды. Олардың пішіні дөңгелек болады, шеті қызыл жолақпен көмкеріліп, ақ түстің ортасында тыйым салатын шартты белгілер көрсетіледі. Міндеттеу белгілері бір бағытта немесе көліктің белгілі бір түріне ғана жүруге рұқсат етілетіндігін көрсетеді. Солға бұрылуға рұқсат ететін белгілер кері бұрылуға да рұқсат береді. Жиегі ақ жолақпен көмкерілген көк түсті, пішіні дөңгелек не тік төртбұрыш болып келетін 18 белгіден тұрады. Ақпараттық-көрсеткіш белгілер қозғалыстың белгілі бір режимдерін енгізеді немесе күшін жояды, сондай-ақ елді мекендер мен басқа да нысандардың орналасуы туралы хабарлайды. Олардың өлшемдері, пішіндері мен түстері әр түрлі болып келеді. Қызмет көрсету белгілері жол бойында және жолдан әр түрлі қашықтықта орналасқан қызмет көрсету нысандары туралы ақпарат береді. Пішіндері тік төртбұрыш болып жасалып, жиектері қалың көк жолақпен көмкеріледі, ақ түсті ортасында нысандар туралы шартты белгілер көрсетіледі. Қосымша ақпараттық белгілер (тақташалар) бірге қолданылатын жол белгілеріне қосымша ақпарат беруге

арналған. Негізінен түсі ақ, төртбұрыш кестешелер түрінде жасалып, ортасына қосымша ақпараттардың шартты белгілері келтіріледі. Жол белгілері жолдың (жүріс бағыты бойынша) оң жағына биіктеу бағанаға немесе жолдың үстіне биіктетіп орналастырылады. Олар 100 м қашықтықтан анық көрінетіндей болып жарықтандырылады. Жол белгілері мемлекеттік автомобиль инспекциясының келісімімен орнатылады

### Ескерту белгілері



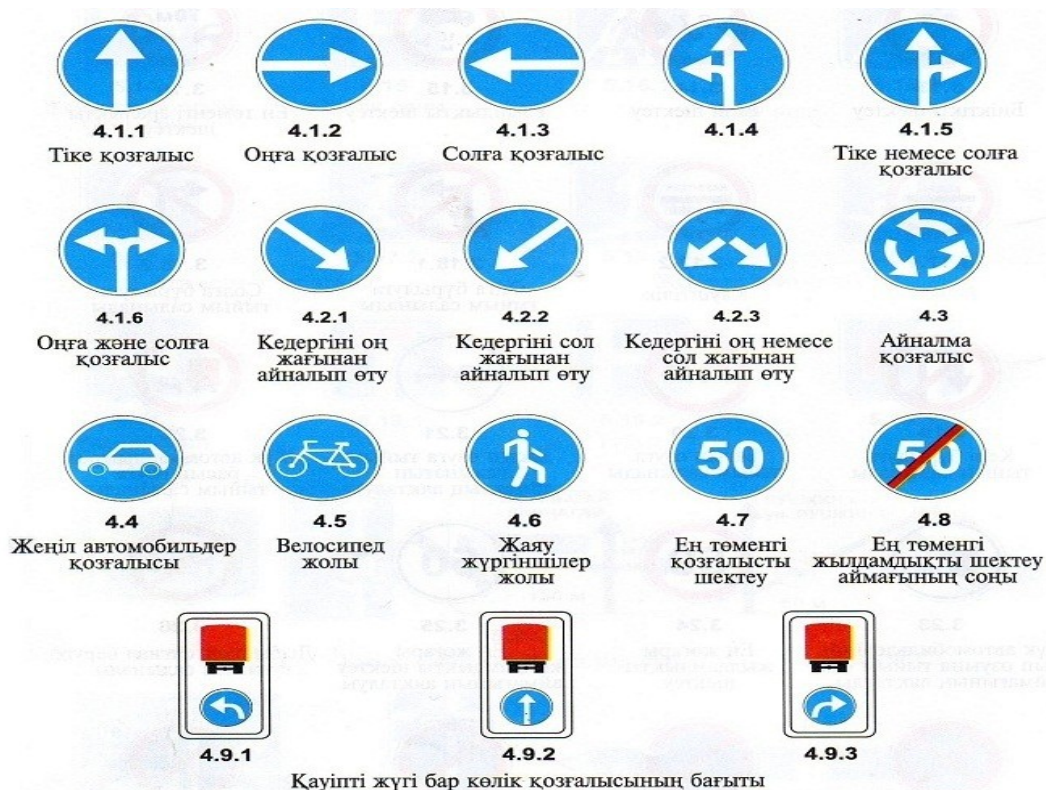
### Басымдылық белгілері



## Тыйым салу белгілері



## Міндеттеу белгілері



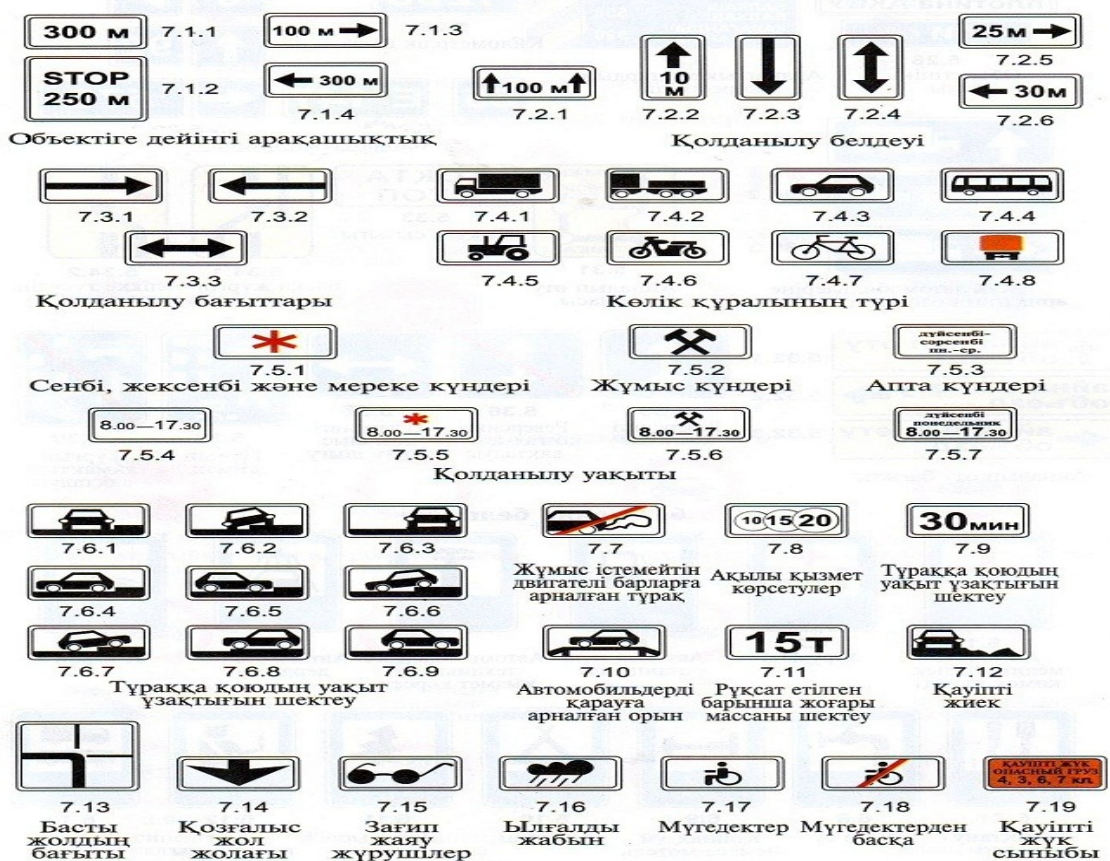
## Ақпараттық-көрсеткіш белгілер



## Қызмет көрсету белгілері



## Қосымша ақпараттық белгілер



### 7-сабақ. Көше қиылыстары

Көше қиылысы деген?

Көлік құралдарының көше қиылысындағы қозғалысы. Көлік құралдарының бұрылуы. Жүргізушілер беретін сақтандыру белгілері.

Реттелмейтін көше қиылысының белгілері. Реттелмейтін көше қиылысындағы жүргін бөлікті кесіп жүріп өту ережелері.



Жаяу жүргіншілер тротуармен немесе жаяу жүгішілерге арналған жолдармен, ал олар болмаған жағдайда, жолды жағалай қозғалуы тиіс. Көлемі үлкен заттарды көтеріп немесе алып келе жатқан жаяу жүргіншілер, сондай-ақ двигателі жоқ мүгедектер арбасымен келе жатқан адамдар, егер олар тротуармен немесе жолды жағалай жүргенде басқа жаяу жүргіншілер үшін кедергі келтіретін болса, жолдың жүргін бөлігінің жиегімен ( көлік жүретін бөліктің ішкі шетін бойлай-бөлу жол жолақтары бар жолдарда) қозғалуына болады. Тротуарлар, жаяу жүргіншілерге арналған жол немесе жолдың жағалауы болмағанда, сондай-ақ олармен қозғалу мүмкін болмаған жағдайда, жаяу жүргіншілер велосипед жолымен немесе көлік жүретін бөліктің шетімен ( көлік жүретін бөліктің ішкі шетін бойлай-бөлу жол жолақтары бар жолдарда) бір қатарда қозғалуларына болады. Елді мекендерден тыс жерлерде жаяу жүргіншілер көлік жүретін бөлігімен қозғалған кезде көлік құралдарының қозғалысына қарсы бағытта жүруі тиіс. Көлік жүретін бөліктің шетімен двигателі жоқ мүгедектер арбасында келе жатқан, мотоцикл, мопед, велосипед жүргізуші адамдар көлік құралдары қозғалысының бағытында, жолдың оң жағымен жүруі тиіс. Көлік жүретін бөлікпен қозғалатын ұйымдасқан жаяу жүргіншілер колоннасына көлік құралдарының қозғалысы бағытында оң жақпен, қатарда төрт адамнан артық емес, қозғалуға рұқсат етіледі. Колоннаның алдынан және артынан сол жағымен қызыл жалауша ұстаған жүруші, тәуліктің қараңғы уақытында және жеткіліксіз көріну жағдайында- алдында ақ түсті, артта қызыл түсті жағулы фонарьмен жүруі тиіс. Балалар тобын тек қана тротуармен және жаяуларға арналған жолмен, ал олар жоқ болған жағдайда - жол жағасымен, бірақ тәуліктің жарық уақытында және ерексектердің бастауымен алып жүруге рұқсат етіледі. Жаяу жүргіншілер көлік жүретін бөлікті жаяу жүргіншілерге арналған, оның ішінде жерасты және жерүсті өтпелерінен, ал олар болмағанда - қиылыстардан тротуарлар мен жол жағалауы сызығы бойымен кесіп өтуі тиіс. Көру аймағында өтпе немесе жол қиылысы болмағанда көлік жүретін бөліктің шетіне, екі жақтан да жақсы көрінетін жерден тік бұрыш жасап жолды кесіп өтуге болады. Көлік жүретін бөлікті елді мекенде бөлу жол жолағы болған кезде, сондай-ақ жаяу жүргіншілерге немесе жол қоршаулары орнатылған жерлерде кесіп өтуге тыйым салынады. Қозғалыс реттеліп тұратын жерлерде, жаяу жүргінші, реттеушінің сигналын, ал ол болмағанда – көлік бағдаршамын басшылыққа алады. Реттелмейтін жаяу жүргіншілер өтпелерінен, жаяу жүргіншілер көлік жүретін бөлікке жақындап қалған көлік құралымен арақашықтықты, оның жылдамдығын бағалап және кесіп өту олар үшін қауіпсіз екендігіне көз жеткізгеннен кейін шығуына болады. Көлік жүретін бөлікті жаяу жүргіншіге арналған өтпеден тыс

жерлерден кесіп өту кезінде жаяу жүргіншілер, бұдан басқа көлік құралдары үшін кедергі келтірмеуі және жақындап қалған көлік құралына кедергі келтірмеуі, жақындап қалған көлік құралының жоқтығына көз жеткізбейінше тоқтап тұрған көлік құралының немесе көрінуді шектейтін өзге кедергінің тасасынан шықпауы тиіс. Көлік жүретін бөлікке шыққаннан кейін жаяу жүргінші, егер бұл, қозғалыс қауіпсіздігін қамтамасыз етумен байланысты болмаса, кідірмеуі немесе аялдамауы тиіс. Жолды кесіп өтуге үлгермеген жаяу жүргінші қарама-қарсы бағыттағы көлік легін бөлетін сызықта аялдауы керек. Әрі қарай қозғалыстың қауіпсізекендігіне көз жеткізгеннен кейін реттеушінің сигналын ескеріп, жолдан өтуді жалғастыруға болады. Жарқылдайтын көк маягі бар және арнайы дыбыс сигналы іске қосулы көлік құралы жақындаған кезде жаяу жүргіншілер жолдан өтпей тұра тұрады, ал жол үстіндегілер осы көлік құралдарына жол беруі және мүмкіндігіне қарай көлік жүретін бөлікті босатуы тиіс. Маршруттық көлік құралы мен таксиді көлік жүретін бөлікке қарағанда биігірек тұрғанотырғызу аоандарында, ал жоқ болған жағдайда – тротуарда немесе жол жағасында тұрып күтуге рұқсат етіледі. Биігірек отырғызу алаңдарымен жабдықталмаған аялдама пунктерінде көлік құралына отыру үшін көлік кідірместен босату керек.



**Реттеуші** - жол қозғалысын дене жайымен, ишарат сабын қолданып қолдарының қимылымен, дискпен немесе онсыз, сонымен қатар ысқырық сигналымен реттеуші полиция қызметкері.

**5.2.** Реттеушінің сигналдары (ҚР-ның жол қозғалысы ережелерінен: алғашқы сан ереже, екінші сан тармақ ретін білдіреді) Реттеушінің денесі мен

қолдарының, оның ішінде мынандай мәндерді білдіретін жезлдермен жасаған қимылдары реттеушінің сигналдары болып табылады:

**Сигнал 1. Қол жоғары көтерілген:**

Ереженің 5,6 тармағында көзделгеннен басқа жағдайларда барлық көлік құралдары мен жаяу жүргізушілердің барлық бағытта қозғалысына тыйым салынады.

Сигналдар жақсы көрінуі үшін реттеуші жезлді немесе сигналды дискіні (жарық қайтарғышты) қолдануы мүмкін.

**Сигнал 2. Қолдары екі жаққа созылған немесе төмен түсірілген:**

- сол және оң бүйір жақтарынан — қозғалыс трамвайға тіке, рельссіз көлік құралдарына тіке және оңға қозғалуға рұқсат етіледі, жаяу жүргіншілерге жүріс бөлігін кесіп өтуге рұқсат етіледі;

кеуде және арқа жағынан — барлық көлік құралдарының және жаяу жүргіншінің қозғалысына тыйым салынады.

**Сигнал 3. Оң қол алға созылған:**

- сол бүйір жақтан — қозғалыс трамвайға солға, рельссіз көлік құралдарына барлық бағыттарға рұқсат етіледі;

- кеуде жағынан — барлық қозғалыс құралдарына қозғалыс тек оңға рұқсат етіледі;

- оң бүйір және арқа жағынан — барлық қозғалыс құралдарына қозғалыс тыйым салынады, жаяу жүргіншілерге жүріс бөлігін кесіп өтуге реттеушінің арт жағынан рұқсат етіледі.

- **5.3.** Көлік құралының аялдауын талап ету қатты дауыстау құрылғысымен немесе бір мезгілде ысқырып сигнал бере отырып, көлік құралына бағытталған қол қимылымен көрсетуі мүмкін.

- **5.4.** Ысқырықпен берілген қосымша сигнал қозғалысқа қатысушылардың назарын аударуға беріледі.

- **5.5.** Бағдаршамның (реверсивтіден басқа) реттеушінің тыйым салатын сигналы кезінде жүргізушілер тоқтау сызығының (5.3.3-белгісінің) алдында, ал олар болмаған кезде:

жол қиылысында — кесіп өтетін жүріс бөлігінің алдында (Ереженің 13.8 бөлігін ескере отырып), жаяу жүргіншілер үшін кедергі тудырмай; теміржол өтпесі алдында — Ереженің 15.4-тармағына сәйкес; басқа жерлерде — қозғалыс рұқсат етілген көлік құралы мен жаяу жүргіншілерге кедергі туғызбай тоқтатуға міндетті.

**8-13 сабақ. Жол ережелері**

Төменде көрсетілген сайттарға кіріп, жол ережелерін үйрену.

Сабақ соңында тест тапсыру.

<http://zarul.kz/node/104/take>

[http://pit-stop.kz/pdd\\_testirovanie/exam/](http://pit-stop.kz/pdd_testirovanie/exam/)

<http://findhow.org/1057-onlayn-test-po-pravilam-dorozhnogo-dvizheniya-rk.html>

<http://pddrk.kz/tickets.php>

<http://egovreader.kz/test-pdd-17/>

## **14-сабақ.Алғашқы медициналық көмек (тәжірибе)**

### ***1.Бас жарылғандағы алғашқы көмек.***

Жарақатқа стирілді дәке қойып, басты айналдырып дәкемен байлау керек. Егер қан ағу болса, дәкені шешпей, оның үстіне тағы да дәке қоя отырып байлайсыз. 103 нөміріне хабарлайсыз.

103 нөміріне хабарлау тәртібі

-Сәлеметсіз бе

-Республика 18, «Алтын» дүкенінің жанында (оқиға орнын нақты айту және телефон нөмірін айту міндетті) жасы 30-дар шамасындағы ер адам (шамамен жасын және жынысын айту міндетті) басынан жарақат алды. Қатты қан кетіп жатыр. Менің телефон нөмірім 8778555555

### ***2. Қол немесе аяқ жараланғанда, денеде бөгде заттар болған жағдайда көрсетілетін алғашқы көмек.***

Жарақатты байлау үшін денедегі бөгде заттың бойына сәйкес дәке, егер дәке кішкентай болатын болса, касинкадан дөңгелек шеңбер жасап,денедегі бөгде затқа абайлап кигізіп,денедегі бөгде заттың үстін жаппай, жан-жағынан айналдыра қысып байлаймыз, яғни, денедегі бөгде заттың қозғалуына, түсіп қалуына жол бермеу керек. Түсіп қалса, қозғалып кетсе, көп қан жоғалтуы мүмкін.103 нөміріне хабарлайсыз.

### ***2. Күйік болған кездегі алғашқы көмек***

Қол немесе аяқ күйіп, жарақат алғанда, жарақатты суық сумен жуып, дәкені сулап отырып орау керек. Себебі суланған дәке жарақатқа жабыспайды.103 нөміріне хабарлайсыз.

### ***3. Талып жатқан адамға көрсетілетін алғашқы көмек***

Талып жатқан адамды көргенде, ең алдымен сол адаммен тілдесуге тырысамыз. (сізге қандай көмек керек, сіз мені естіп тұрсыз ба? Егер естісеңіз, қолымды қысыңыз...) Егер адамда ешқандай әрекет байқамасаңыз, тыныс алуын, пульсін тексересіз. Егер тамыр соғысы байқалмаса, талып жатқан адамның мұрнына екі саусағыңызды тосып тұру арқылы немесе кеуде тұсының қимылы арқылы байқайсыз. Талып қалған адам демалып жатқанын анықтағаннан кейін, бір мезетте сол аяғын бүгіп, сол қолын оң жақ бетіне қойып, оң жаққа қарай бұрып жатқызасыз. Талып қалған адам тоңып қалмауы үшін үстін қолыңызда бар нәрсемен жабасыз.103 нөміріне хабарлайсыз.

## 15-сабақ. Жүрекке сыртқы массаж жасау техникасы



Белгілері: естен тану, тыныс алу мен тамыр соғысының жоғалуы, терісі көгілдір-сұр. Сенің әрекеттерің: жасанды тыныс алдыру және жүректі жанамалай уқалап, сылау.

Жүректі жанамалай уқалап, сылаудың әдісі:

- зардап шегушінің жанына тізе бүгіп тұрып, оның жағасының түймелерін ағыт, оны тегіс қатты жерге шалқасынан жатқыз;
- семсер тәріздес талшықты саусағыңмен сипала; - қолдың екі саусағын мойынға қарай бағыттап қой;
- мойынға қарай бағыттап оның қасына алақаныңды бас;
- келесі қолыңның алақанын, қойылған қолдың үстіне қойғанда, екі қолдың саусақтары да жоғары қарап тұруы тиіс;
- қолдарды созып денеңнің салмағын қажетті нүктеге тіктеп түсір, күш созылған қолдар арқылы берілетін болсын.

Қысу тәртіптері: Үлкендерге - минутына 60 - 70 -тен кем болмауы тиіс; Жас өспірімдердің кеуде клеткасын 4 см-ге дейін (70-80 рет) қысады; Балаларға - үлкендердің бір қолының күші жеткілікті (100 рет); Нәрестелерге - екі саусақтың күші жеткілікті (минутына 100 - 120 рет).

Жасанды тыныс алудыру мен жүректі уқалап, сылау әдістері (жүрек - өкпе реанимациясы)

Есінде болсын! Тек қана естен тану, тамырлардың соқпауы, тыныс алудың жоқтығы кезінде жүргізіледі!

- зардап шегушіні шалқасынан жатқыз (мықты, қатты жерге), аяғын көтеріңкіреп қой да иегін сәл жоғары көтер;
- зардап шегушінің өкпесіне екі рет ауа үрлеу әрекетін жаса, содан кейін жүрегіне жабық уқалау, сипалау жұмыстарын жүргіз: - бір қалыппен: 15 рет - жүректі жанамалай сылаумен және 2 рет - өкпені жасанды желдендіру әдістерін жаса. Осындай 4 циклден кейін тағы тамыр соққанын тексер, егер байқалмаса онда: Жүрек - өкпе реанимациясын жалғастыр. Жүрек - өкпе реанимациясын: -терінің қызаруы; -ұйқы күре тамырының соғысын байқалу; - қайта тыныс ала бастаған кезде табысты өткізілді деп санауға болады.

## **16-сабақ. Үсудің алдын алу шаралары және үсік кезінде көрсетілетін алғашқы көмек, күн тию туралы түсінік**

Үсудің алдын алу және осы кезде алғашқы медициналық көмек көрсету

Төмен температураның ұзақ уақыт өсер етуі салдарынан адам ағзасында тіндердің зақымдануы пайда болады. Тіндердің шектеулі түрде зақымдануы — үсу, ал ағзаға төмен температураның жалпы әсер етуі кезінде органдар мен тіндердегі терең өзгерістер жалпы мұздау деп аталады.

### **Үсік шалудың төрт сатысы бар:**

1-терінің, қан айналымының бұзылуы: тері қызаруы немесе көгеріп, қанқызыл түске енуі, жансыздану.

2 - 4 – тері бозаруы, жансыздануы

*Жалпы мұздаудың (цатудың) белгілері:* калтырау, шаршау, ұйқы басу, соңында ұйықтап кету. Жалпы, мұздау кезінде адамның денесі сіресіп, тыныс алу мен жүрек жұмысы өлсірейді. Миға қан жетпей, акырында, ми ісігінен адам қайтыс болады.

Арагидік үсу кезінде көбіне аяқтың, оның ішінде башпайлардың үсуі жиі кездеседі. Арагидік үсу белгілері бойынша оның төмендегідей дәрежелері ажыратылады. *Бірінші дәреже* — тері бозарады, оның сезгіштік қабілеті жоғалады, жылытқан кезде тері ашып ауырады, қызыл күрең түске боялып, ісінеді және ауырады. *Екінші дәреже* — жоғарыда көрсетілген өзгерістерден басқа іші сұрғылт қан түсті сұйыққа толған күлдіректер пайда болады. *Үшінші дәреже* — барынша ауқымды және терең өзгерістер тән: тіндер сезгіштік қабілетін жоғалтады, кара көк түске еніп, жансыздану белгілері пайда болады. *Төртінші дәреже* — үсіген тіндер өлі еттеніп, сезгіштік қабілеті барынша жойылады.

### **Үсуге шалдығу кезінде алғашқы көмек.**

Алғашқы көмек тоңуды тоқтатудан, аяқ-қолды жылытудан, суыққа шалдыққан ұлпаларда қан айналымын қалпына келтіру мен инфекцияның алдын алудан тұрады. Үсуге шалдығу белгілерін байқаған кезде бірінші – **зардап шегушіні жақын маңайдағы жылы жерге апару**, қатып қалған аяқ киімді, шұлықты, қолғапты шешу керек. Алғашқы көмек іс-шараларын өткізумен бір уақытта дәрігерлік көмек көрсету үшін тез дәрігерді, жедел жәрдемді шақыру қажет.

**I дәрежелі үсікке шалдығу** кезінде тоңған жерлерді қызарғанға дейін жылы қолмен, жеңіл уқалаумен, жүн матамен ысқылаумен, деммен жылыту керек, содан кейін мақта-дәкемен орау керек.

**II - IV дәрежелі үсікке шалдығуда** тез жылыту, уқалау мен ысқылаудың қажеті жоқ. Зақымданған жерді жылу өткізбейтін таңғышпен ораңыз (дәке қабатын, қалың мақта қабатын, тағы дәке қабатын, үстіне клеенка немесе су жібермейтін мата). Зақымданған аяқ-қолдар қол асты құралдарының

көмегімен бекітіледі (тақтайша, фанера сынығы, тығыз картон), оларды таңғыштың үстіне салып дәкемен орайды.

Зардап шегушіге ыстық сусын, ыстық тамақ, аз мөлшерде алкоголь, 1 таблеткадан аспирин, анальгин, 2 таблетка «Но-шпа» және папаверин береді.

**Ауруды қармен ысқылауға кеңес берілмейді**, өйткені саусақтар мен табандардың қан тамырлары өте нәзік болады, сондықтан оларға зақым келуі, теріде пайда болған кішкентай жарықшақтар инфекция түсуіне жол береді. Үсінген аяқ-қолды отқа жылдам жылытуға, бақылаусыз жылытқыштар мен сол сияқты жылу көздерін қолдануға болмайды, өйткені үсіну барысын қиындатады. Алғашқы көмектің тиімсіз және қабылданбайтын жолы – май, жануар майын жағу, терең үсіну кезінде ұлпаны спиртпен ысқылау.

**Күн тию.** Белгілері: әлсіреу, жүрек айнаиды, құсқысы келеді, тері бозарып, жабысқақтық пайда болады, тыныс алуы жиілей түседі және тамыр соғысы жиілейді, әлсіз. Бас ауырады, айналады, естен тануы мүмкін, сіңірі тартылады. Сенің әрекеттерің: -Зардап шегушіні салқын, жақсы желдетілген жерге, желдің өтіне жатқыз. Үйде желдеткішті қолдан. - Басы мен жүрек төңірегін суық сумен салқындат; суық тартуды шат төңірегіне, қолтық астына және мойынға қой. - Аяғын сәл көтеріңкіре. Тар киімнің түймелерін ағыт. - Алдын ала тұз салып су бер (1 литрге 1 шай қасық тұз). - Егер зардап шегуші есінен танып, тыныс алуы тоқтаса, "ауызды ауызға" әдісімен жасанды дем алдыр.

## **17-сабақ. Естен тану кезіндегі алғашқы көмек**

Талықсу – қысқа мерзімді естен тану немесе қысқа мерзімді сананы жоғалту – күшті толқу немесе қорқу, қатты ауыру, қан көру, қапырық, ыстық нәтижесінде болады. Сондай-ақ естен тану адамдағы бар кесел асқынғанда да туындайды. Кейбіреулер естен тануды үйреншікті, мүлдем "қорқынышты" емес деп есептейді.

Дегенмен, алғашындағы "бейкүнә" талықсу елеулі зардаптармен аяқталуы мүмкін: кейбір жағдайларда естен тану жүрек ауруларында ұшырасады және алғашқы көмек көрсетуде кешігу қайғылы аяқталуы мүмкін.

Естен тану алдындағы белгілер – бұл жалпы әлсіздік, көз алдының қарауытуы, бас айналу, құлақтағы шуыл, аяқ-қолдың ұюы, сананың бұлыңғырлануы. Сырқат бір орында тізе бүккендей көрінеді, боп-боз болады, көздері жұмылады, қарашықтары жарыққа реакция бермейді, аяқ-қолдары мұздайды. Естен тануда науқастың тамыр соғысы қолға әлсіз білінеді, артериалды қан қысымы төмендейді.

Алғашқы көмек көрсету үшін науқасқа салқын су бүркіп, мұрнына мүсәтір спиртіне батырылған мақтаны жақындату қажет. Сондай-ақ науқасқа таза ауаның келуін қамтамасыз етеді. Сырқатты шалқасынан жатқызады.

Жағасын ағытады. Басы аяғынан төмен болуы тиіс. Ол үшін аяғының астына киім бүктеп қояды. Аяғын жылытқышпен жылытады.  
Есі кірген соң қою шәй, кофе береді. Егер көрсетілген алғашқы көмектен нәтиже болмаса, дереу "жедел жәрдем" шақырады.

## **18-сабақ. Алғашқы медициналық көмек**

### ***1.Талу дегеніміз не?***

А) артериалды және күре тамырлық қысымның кенеттен төмендеуімен, ОНЖ қызметінің қысымымен сипатталатын, аса ауыр, өмірге қауіп төндіретін жағдай;

**В) кенеттен орын алатын қысқа уақытқа есін жоғалту;**

С) ес – түссіз жағдай, сыртқы тітіркендіргіштерге (сөздік, аурулық әсер ету және т.б.) ешбір әрекет етпеу;

Д) қан тамырлары жарылу кезіндегі қан тамырларынан қанның ағуы;

Е) дұрыс жауабы жоқ.

### ***2.Сыну кезінде алғашқы көмек көрсету кезінде қатаң тыйым салынады?***

А) ауруды басатын дәрі беруге;

В) зақым келген сүйекті қозғауға;

С) қан кетуді тоқтатуға;

**Д) сүйек сынықтарын орнына келтіруге;**

Е) таңғыш қоюға.

### ***3.Қан кету дегеніміз не?***

А) артериалды және күре тамырлық қысымның кенеттен төмендеуімен, ОНЖ қызметінің қысымымен сипатталатын, аса ауыр, өмірге қауіп төндіретін жағдай;

В) кенеттен орын алатын қысқа уақытқа есін жоғалту;

С) ес – түссіз жағдай, сыртқы тітіркендіргіштерге (сөздік, аурулық әсер ету және т.б.) ешбір әрекет етпеу;

**Д) қан тамырлары жарылу кезіндегі қан тамырларынан қанның ағуы.**

Е) дұрыс жауабы жоқ.

### ***4.Сынық -***

**А) сүйек тұтастығының кенеттен бұзылуы;**

В) кезінде сынған жерде жара болады және сынған жер сыртқы ортамен қатынаста болады;

С) кезінде сынған жерде жара болмайды. Жабық сынықтардың өзіне тән сыртқы пішіні сүйек тұтастығының бұзылуы мен сынған жерде «сатының» пайда болуы болып табылады;

Д) ауаның плевральды қуыста жиналуы;

Е) кеуде қуысы жарақатының асқынуы болып табылады және өкпе жарылуының белгісі болып келеді.

### ***5.Ашық сынық -***

А) сүйек тұтастығының кенеттен бұзылуы;

**В) кезінде сынған жерде жара болады және сынған жер сыртқы ортамен қатынаста болады;**

С) кезінде сынған жерде жара болмайды. Жабық сынықтардың өзіне тән сыртқы пішіні сүйек тұтастығының бұзылуы мен сынған жерде «сатының» пайда болуы болып табылады;

Д) ауаның плевральды қуыста жиналуы;

Е) кеуде қуысы жарақатының асқынуы болып табылады және өкпе жарылуының белгісі болып келеді.

**6. Жабық сынық -**

А) сүйек тұтастығының кенеттен бұзылуы.

В) кезінде сынған жерде жара болады және сынған жер сыртқы ортамен қатынаста болады;

**С) кезінде сынған жерде жара болмайды. Өзіне тән сыртқы пішіні сүйек тұтастығының бұзылуы мен сынған жерде «сатының» пайда болуы болып табылады.**

Д) ауаның плевральды қуыста жиналуы.

Е) кеуде қуысы жарақатының асқынуы болып табылады және өкпе жарылуының белгісі болып келеді.

**7. Аяқтағы жарадан біркелкі сорғалап қою қызыл қан ақты. Қан кетудің түрі?**

А) артериальдық қан кету;

**В) веналық қан кету;**

С) тамшылық қан кету;

Д) аралас қан кету;

Е) жарақаттық емес қан кету.

**8. Химиялық күйік кезіндегі алғашқы көмек:**

А) күйген жерге жабасып қалған киімді жұлу;

**В) Химиялық зат сіңіп қалған киімді дереу шешіп, ағынды сумен әбден жуу керек;**

С) күлдіреген теріні жару;

Д) спирт немесе басқа да арнайы иіс майларды жағу;

Е) Таңғыш тану

**9. Ашық сынық кезінде бәрінен бұрын істеу қажет?**

А) зардап шеушіні жерге жатқызып, су беру;

В) ауруды басатын дәрі беру;

**С) қан кетуді тоқтату;**

Д) қысып тұратын таңғыш қою;

Е) жылы компресс қою.

**10. Сыртқы қан кету кезінде бірінші кезекте не істеу керек?**

А) жарақатқа залалсыздандырылған құрғақ таңғыш қою;

**В) қан тоқтататын жгут және қысып тұратын таңғыш қою;**

С) жарақаттың жан – жағын йодпен сүрту;

Д) қан тоқтататын жгут қою;

Е) мақта мата таңғышын қою.

**11. Соққы алғаннан кейін не істеу керек?**

А) соққы алған жерге массаж жасау;

**В) соққы алған жерге суық басу;**

С) зардап шегушіні арқасымен жатқызу;

Д) жылу басу;

Е) соққы алған жерге массаж жасап, спиртті компресс қою.

**12. Күн өту дегеніміз -**

А) сыртқы жылулық факторлардың әсер етуінен және ағзаның жалпы қызуынан болатын жағдай;

В) бұлшық еттердің тартылып қалуы, балтыр бұлшық еті немесе іш бұлшық еттері (қоршаған ортаның жоғары қалыпты температурасы кезінде қарқынды жұмыстың салдарынан сұйықтық пен минералды тұздардың жоғалуы);

С) физикалық жұмыс пен ыстық күнде жұмыс істеудің салдарынан ағзаның сусыздануы;

**Д) тікелей түскен күн сәулесінің әсерінен бастың шамадан тыс қызып кетуінен орын алатын ағзаның ауыр жағдайы;**

Е) дене ыстығы қажетті ағзалардың қызмет ету мүмкіндігінің төмендеуі.

**13. Егер құлағыңызға жәндік кіріп кетсе, не істеу керек?**

А) қандай да бір құралмен шұқып алу;

**В) құлаққа аздап қызған май немесе су тамызу;**

С) жолдасыңызды құлағыңызға үрлеуін өтіну;

Д) құлағыңызға жылу қою;

Е) Құлағыңызға суық қою.

**14. Суга батқан адамға (өкпесінде су жоқ) қандай көмек көрсету қажет?**

**А) судан шығарып, арқасымен жатқызып, жасанды дем беріп, жүрекке массаж жасау керек;**

В) судан шығарып жатқызып қою керек;

С) жасанды дем беру керек;

Д) су ішкізу керек;

Е) басын көтері керек.

**15. Бөгде дене –**

А) физикалық шамадан тыс қимылдар жасаған кезде буын сөмкесінің зақымдануы;

**В) ағзаға сырттан түсетін және ұлпаларда, ағзада, ішкі қуыста тұрып қалатын зат;**

С) жүректің қызметін қалпына келтіру және жүрек жұмысы қалпына келгенге дейін, үздіксіз қан айналымды ұстап тұру мақсатымен жүрекке механикалық әсер ету;

Д) буындық сүйек ұштарының орнынан өзара қозғалып, буын формасының өзгеруі;

Е) дұрыс жауабы жоқ

**16. Клиникалық өлім дегеніміз –**

**А) тіршіліктің негізгі белгілері – жүректің соғуы мен тыныс алу байқалмаған, бірақ ағзада өзгертуге болмайтын үрдістер жүрмеген жағдай;**

В) ес – түсінің күңгірттенуімен, артынан ырғақсыз болып қалатын тамыр соғысының жоқтығымен, талып қалумен, қан қысымының түсіп кетуімен сипатталады;

С) жүректің қызметін қалпына келтіру және жүрек жұмысы қалпына келгенге дейін, үздіксіз қан айналымды ұстап тұру мақсатымен жүрекке механикалық әсер ету;

Д) буындық сүйек ұштарының орнынан өзара қозғалып, буын формасының өзгеруі;

Е) дұрыс жауабы жоқ

**17.Естен тану, тыныс алудың тоқтауы, ірі артерия тамырларындағы пульстің жоғалуы – бұлар ненің белгілері?**

**А) жүректің тоқтауы**

В) улану

С) үсіп қалу

Д) күн өту

Е) ток соғу

**18.Жұмсақ таңғыш ретінде қандай заттарды пайдалану керек?**

А) тақтайшалар, металл жолақтары, қатырма қағаздар, бүктелген журналдар және т.б;

В) тіреуіш қылып зардап шегушінің өз денесін пайдаланады. Мысалы, зақымдалған қол денесіне, ал аяғы сау аяғына бинтпен таңылады;

С) мақта мата таңғышы;

Д) қатты тақтайлар;

**Е оралған көрпені, орамалды, жастықты, ұстап тұратын таңғыштарды немесе бинтті пайдалану керек**

**19.Қатты таңғыш ретінде қандай заттарды пайдалану керек?**

**А) тақтайшалар, металл жолақтары, қатырма қағаздар, бүктелген журналдар және т.б;**

В) тіреуіш қылып зардап шегушінің өз денесін пайдаланады. Мысалы, зақымдалған қол денесіне, ал аяғы сау аяғына бинтпен таңылады;

С) мақта мата таңғышы;

Д) қатты тақтайлар;

**Е оралған көрпені, орамалды, жастықты, ұстап тұратын таңғыштарды немесе бинтті пайдалану керек**

**20.Кесіп алған кезде не істеу керек?**

А) жарақатты тану;

В) жарақатты сумен жуу;

**С) жарақаттың жан жағын йодпен сүрту;**

Д) жарақатты сумен жуып, таңғыш қою;

Е) жарақатты сумен жуып, йод жағу.

**21.Жарақатты сумен жууға бола ма?**

- А) болады;
- В) болады, бірақ суды қайнату керек;
- С) болмайды;**
- Д) болады, егер аз ғана қан кету болса;
- Е) тек қана кейбір жағдайларда.

**22. Жараның үстіне мақта қоюға бола ма?**

- А) болады;
- В) болмайды;**
- С) болады, бірақ мақта залалсыздандырылған болуы керек;
- Д) болады, егер жара терең болса;
- Е) болады, ашық сынық кезінде.

**23. Бас жарақаты кезінде не істеу керек?**

- А) зардап шегушіні ішімен жатқызу;
- В) зардап шегушіні денесінің жоғарғы бөлігін және басын аздап көтеріп, арқасымен жатқызу;**
- С) басына суық компресс қою;
- Д) басына жылы компресс қою;
- Е) зардап шегушіні арқасымен жатқызып, аздап аяғын көтеру.

**24. Қандай қан кету өте қауіпті болып саналады?**

- А) капиллярлы;
- В) венозды;
- С) артериальді;**
- Д) бұлшық етті;
- Е) артериальді және капиллярлы.

**25. Қан айналымының тоқтауының негізгі белгілері?**

- А) есінен тану;
- В) артериальді пульстің жоғалуы;**
- С) көз шарасының ұлғаюы;
- Д) жүректің айнуы, құсқысы келу;
- Е) Тамыр соғысы жиілейді.

**26. Қысқы уақытта қанды тоқтатуға шенеуіш пен бұраманы қаншалықты ұзақ уақытқа қоюға болады?**

- А) 4 сағат;
- В) 3 сағат;
- С) 2 сағат;
- Д) 1 сағат;**
- Е) 30 минут.

**27. Қолдағы жарадан алқызыл қан ақты. Қан кетудің қандай түрі?**

- А) капиллярлы;
- В) венозды;
- С) артериальді;**
- Д) бұлшық етті;
- Е) артериальді және капиллярлы.

**28. Веналық қан кету кезіндегі қанның түсі?**

- A) қызыл;
- B) ашық- қызыл;
- C) қара - қызыл;
- D) қызғылт;
- E) қоңыр – қара.

**29.Артериальді қан кету кезіндегі қанның түсі?**

- A) қызыл;
- B) қара - қызыл;
- C) ашық - қызыл;
- D) қызғылт;
- E) қоңыр – қара.

**30.Сыртқы қан кету кезінде бірінші кезекте не істеу керек?**

- A) жарақатқа залалсыздандырылған құрғақ таңғыш қою;
- B) қан тоқтататын жгут және қысып тұратын таңғыш қою;**
- C) жарақаттың жан – жағын йодпен сүрту;
- D) қан тоқтататын жгут қою;
- E) мақта мата таңғышын қою.

**31.Артериальді қан кету кезінде...**

- A) жарақаттан жоғары жгут қою;**
- B) қан ағып тұрған жерге қысып тұратын таңғыш қою;
- C) қан ағып тұрған жерге жгут қою;
- D) жарақаттан төмен жерге жгут қою;
- E) стерильденген мақта таңғышын қою.

**32.Веналық қан кету кезінде бірінші кезекте не істеу керек?**

- A) қан ағып тұрған жерге дәкі таңғыш қою;
- B) қан ағып тұрған жерге қысып тұратын таңғыш қою;**
- C) қан ағып тұрған жерге жгут қою;
- D) жараны спиртпен сүрту;
- E) дұрыс жауабы жоқ..

**33.Жазғы уақытта жгут қоюдың максимальді уақыты;**

- A) 2- сағаттан аспау керек;**
- B) 1,5 сағаттан аспау керек;
- C) 1 сағаттан аспау керек;
- D) 0,5 сағаттан аспау керек;
- E) 2,5 сағаттан аспау керек.

**34.Қысқы уақытта жгут қоюдың максимальді уақыты;**

- A) 0,5 сағаттан аспау керек;
- B) 1 сағаттан аспау керек;**
- C) 1,5 сағаттан аспау керек;
- D) 2 сағаттан аспау керек;
- E) 2,5 сағаттан аспау керек.

## 19-сабақ. Жас эрудит. Бағдаршам тарихы

**БАҒДАРШАМ** — жарықпен белгі беру арқылы көшедегі, автомобиль жолы мен темір жолдағы қозғалысты реттеуге арналған құрылғы. Ол белгі беру тәсілдеріне қарай: түрлі түсті бағдаршам (жарығы жасыл, сары және қызыл түсті, ал темір жолда бұларға қосымша көгілдір және ақ жарық), позициялық Бағдаршам (бір түсті жарық) және құрама Бағдаршам болып ажыратылады. Алғашқы Бағдаршам типтес құрылғы 1868 жылы Лондон көшелерінде, үш түсті электрлік Бағдаршам 1918 жылы Нью-Йоркте, 1930 жылы Мәскеуде орнатылған. Темір жолында 20 ғасырдың басынан бастап қолданылды. Бағдаршам белгі санына қарай 1-5 секциялы болады. Бағдаршам іске автоматты түрде не қолмен қосылады.

Халықаралық бағдаршам күні 1914 жылдың 5 тамызынан бастап тойланады. Сол күні АҚШ-тың Кливленд қаласында қазіргі бағдаршамға ұқсас құрылғы пайда болған. Оның тек қызыл және жасыл шамы бар-тын. Ал, түс ауысқанда дыбыс шығарған. Негізі, ең алғашқы бағдаршамды ХІХ ғасырда ұлыбританиялық Джей Найт ойлап тапқан. Ол құрылғы 1896 жылы Лондондағы парламент ғимаратының қасына орнатылған еді. Алайда, үш жылдан кейін оның шамы жарылып, полицей қызметкерін жаралаған. Тек 1910 жылы алғашқы екі түсті (қызыл және жасыл) автоматты бағдаршам жасалып, патенттелді. Біз білетін үш түсті бағдаршамдар 1920 жылы АҚШ-тың Детройт пен Нью-Йорк қаласында жұмыс істеп тұрған. Ал, Қазақстанда ең алғашқы бағдаршам 1938 жылы Қазақ КСР-дің астанасы Алматыда Красноармейск (қазіргі Панфилов) пен Гоголь көшелерінің қиылысында орнатылған. Ол кезде қалада 8 мыңға жуық көлік бар еді.

## 20-сабақ. Көлік тарихы

Қозғалатын көліктің ең алғашқысы 1769 жылы Николас Джозеф Кагнот құрастырып шығарған бумен жүретін көлік еді. Бұл сол кездегі Францияның соғыс министрі Этьен-Француаның тапсырмасы бойынша қолға алынған жоба болатын. Министр әскери құрылғыларды тасымалдау тиімділігі үшін жаңа қозғалыс құралы қажет деп есептеді. Соның нәтижесінде Кагнот пен тағы бір әскери механик Брезин Париж Арсеналында алғашқы автомобильді құрастырып шығарды.

Бірақ 5 тоннаға дейін жүк тиеуге болатын бұл көліктің жылдамдығы сағатына 4 шақырымды ғана бағындыра алатын еді.

Ал, үш дөңгелекті үш орындық, жанармаймен жүретін автокөлікті 1885 жылы Германияда Карл Бенц ойлап шығарған. Сондай-ақ, Карл Бенц тарихта дүние жүзіндегі ең алғашқы автомобильді жүргізуші адам ретінде қалды. «Ал әлемдік қолданыста өзінің ең алғаш өміршендігін көрсеткен 1886 жылы Готлиб Даймлер құрастырған автомобиль болды» деп санайды автокөлік тарихын зерттеушілер.

Әлемдегі ең алғашқы автокөліктің тарихы Николас Джозеф Кагнот есімді механикпен тікелей байланысты. Николас Джозеф Франция мемлекетінің қорғаныс министрі Этьен-Француаның бұйрығымен артиллериялық жабдық тасымалдайтын көліктің жобалауын бастайды. Осы жобаға негізделі отырып, Кагнот пен екінші әскери механик Брезин бумен жүретін алғашқы көліктің бірінші үлгісін құрастырған. Алғашқы көліктің жылдамдығы өте баяу болатын, сағатына 4 шақырым. Бірақ осы көліктің артықшылығы – 5 тонна жүкті тасымалдай алатын еді. Бірақ осы көліктің бір осал жері тежегіш болған. Осының кесірінен көлік бірнеше рет жол апатына ұшырады. Нәтижесінде көліктің шығарылуы 1771 жылы аяқталған. Бірақ осыған қарамастан, Кагноттың көлігі тарихта ең алғашқы көлік ретінде танылады. Ал жанармаймен жүретін алғашқы көлік ретінде Бенцтың 3 дөңгелекті екі орынды үлгісі саналады. Тағы да бір деректерге сүйенсек, "жанармаймен жүретін алғашқы көлік" деген атаққа Зигфрид Маркустың 1875 жылы құрастырған үлгісі де үміттенеді. Бұл көліктің жылдамдығы Кагноттың құрастырған үлгісіне қарағанда әлдеқайда жоғары болған. Деректерге сүйенсек, сағатына 15 шақырымға дейін жетіпті.

Сағатына 100 шақырым жылдамдықпен жүретін көлік Парижде құрастырылған еді. Бельгиялық құрастырушы Камилл Женатци бұл көлікті 1899 жылы шығарған. La Jamais-Contente атты көлік екі электр қозғалтқыш арқылы жүрген.

## **21-сабақ.Велосипедке қойылатын техникалық талаптар**

«Велосипед» француз сөзі. Ол «желаяқ» деген ұғымды білдіреді. Велосипед көліктің бір түрі, ал велосипедші — оны жүргізуші болып есептеледі. Сондықтан ЖЖЕ-де велосипедшілерге арналған арнайы тарау бар. Ол «Велосипед және велосипедшілерге қойылатын техникалық талаптар» деп аталады. Мысалы, ЖЖЕ-сі аспалы двигателі жоқ велосипедпен жасы 14-тен асқан балалардың ғана жолға шығуына рұқсат етеді. Ал 2 не 3 доңғалақты, двигателінің жұмысы 50 см. кубтан көп емес, жылдамдығы сағатына 40 шақырымнан аспайтын көлік түрлерін 16 жастан асқан жасөспірімдер пайдалана алады.

1. Велосипедшілер жолдың шетінен 1 м қашықтықта және 1 қатармен ғана жүре алады. Бұл қағида тоқтап тұрған көлікті басып озу кезінде ғана бұзылады.
2. Велосипедшілерге жаяу жүргінші жолымен жүруге болмайды.
3. Рульді бос жіберіп жүруге тыйым салынады.
4. Велосипедті еркін басқаруға кедергі келтіретін көлемі үлкен заттарды алып жүруге болмайды.
5. Арнайы жабдықталмаған велосипедпен балаларды мінгестіріп жүру де қауіпті.
6. Сол жаққа бұрылатын немесе кері айналатын велосипедші оны жаяу жетектеп, өзіне керек жаққа шыққан соң оған қайтадан мінгені дұрыс.

7. Велосипедшілер топталып жолға шығатын болса, өздері жүретін бағдармен алдын ала танысып алуы қажет.
8. Басқа көлік жүргізушілері оларды тез байқауы үшін ашық түсті киім кигені дұрыс.
9. Алғашқы дәрігерлік жәрдем көрсетуге арналған медициналық қобдишаны да ұмытпау керек.
10. Топталып жүргенде бір-біріне жақын, бір тізбекпен, жолдың оң қапталымен жүрген жөн.
11. Ең дұрысы – алдыңғы және соңғы велосипедке қызыл жалауша іліп алу.
12. Топ болып жолға шығуға күн жарықта ғана рұқсат етіледі.
13. Тежеуіші жақсы істемейтін велосипедпен жолға шығуға мүлде тыйым салынады.
14. Арнайы салынған велосипед жолының мүмкіндігі жараса, онда бірнеше қатар түзіп жүруге болады.
15. Ал қарсы жақтан басқа велосипедшілер келе жатса, онда оң қапталмен 1 тізбек болып жүру керек.
16. Топ басшысы болуға тиіс. Ол ылғи топтың алдында жүріп, қалғандарына бақылау жасайды.
17. Реттелетін көше қилысына топталып келгенде, бағдаршамның жасыл жарығына өту керек.
18. Реттелмейтін көше қилыстарына таянғанда, басқарушы көлденен көшеде көліктердің жоқтығына көз жеткізіп, алдын ала жалаушасын көтеру арқылы топты өткізіп жібереді де, соңынан қуып жетеді.

**▪ Интербелсенді тақтада велосипедшілер бұрылар кезде қандай белгі көрсетуі тиіс?**

1. Кедергіні айналып өтерде, басқадай қауіп жоқтығына көз жеткізуің керек немесе сол қолыңды жаныңа соз немесе оң қолыңды шынтақтан жартылай жоғары көтер. Бұлайша белгі беру велосипедшіні жауаптан құтқармайды. Ол мұның бәрін алдын ала, жан-жағы анық көрінетін жағдайда жасауы тиіс.
2. Оңға бұрыларды немесе қатарға тұрарда жаныңа қарай оң қолыңды соз не сол қолыңды жартылай шынтақтан жоғары көтер.
3. Тоқтар кезде қолың жоғары көтерілген қалыпта болсын. Қауіпті жерлерден өтерде велосипедтен түсіп, оны жаяу жүргіншілер өткелінен алып өтуге болады.

**Сұрақтар:**

1. Қанша жастан бастап велосипедпен жүруге болады?
2. Жолда жүргенде ереженің қандай талаптарын орындау керек?
3. Қараңғы мезгілде жүретін велосипедтерге қандай құралдар керек?
4. Бұрылатын кезде қолмен қандай белгілер беру керек?
5. Велосипедпен жүруде қауіпті болатын жайларды қалай түсіндіре аласыңдар?
6. Топ болып жүретін велосипедшілерге қандай талаптар қойылады?

## **22-28 сабақ. Велосипедпен жүру шеберлігі мен саптық тік тұру және саптық санау түрлері**

Сап – ол командирлердің берген тапсырмаларын орындауға тұрақты дайындық. Ол оқушыларды біріктіреді, тәртіпке салады және мобилизациялайды. Сапта тұрғанда өзіңнің топ алдындағы және Отан алдындағы аса жауапкершілікті сезіндіреді. Саптық дайындықтың тұрақты жетілдірілуі – командирлердің маңызды тапсырмаларының бірі. Командирдің өзіне деген және бағыныстағыларына талабы жоғары болу керек, «Командир қандай болса-бағыныстағылары да сондай» деп босқа айтылмаған.

Саптық жаттығулар орында жасалатын, оларға түрлі тұру (түзелу, тік тұру, еркін тұру, саптық қадаммен орында жүру) бұрылу түрлері (оңға, солға, кері бұрылу) қимылдаған кезде орындалатын саптық жаттығуларға – жүру түрлері (шапшаң жүру, баяу жүру, кең қадам жасап жүру, қысқа қадам жасап жүру), қимыл үстінде бұрылу түрлері, сәлемдесу жатады. Оқушыларды сапта тік тұруды үйрету үшін бөлімше (взвод) командирі бөлімшені бір қатарға саптап, саптың ортасына шығып, сапта қалай тік тұру керектігін көрсетеді. Сабақты бастай келе, сапта тік тұрудың элементтерін бейнелі көрсете отырып таныстыру керек. Содан кейін бөлімше командирі қандай жағдайларда сапта тік тұру керектігін, бұйрықты бергенде және алғанда, оқушылар бір-бірімен қатысқанда қалай тік тұруды баяндайды. Көрсетуді аяқтағаннан соң, мұғалім бөлімшені ұмыттырып, оқушыларға сапта қалай тік тұруды көрсетуге ерік береді, ал өзі әрбір оқушының жіберген қатесін жоя отырып, қадағалайды. Егер оқушылардың көпшілігі қате жіберсе, командир дайындық жаттығуларының көмегімен жаттығуды тәжірибелі түрде игеруге кіріседі. Ол үшін бөлімше оқушылары жайылған бір қатарлы саптан алаңның саптық сызығына тұрады. Пәрменді бере отырып, бөлімше командирі қозғаудың және жіберілген қателерге назар аударады. Басында жаттығу бірнеше рет жалпы пәрмен бойынша орындалады, содан кейін бөлімше командирі оқушының әрқайсысының жаттығуды орындауын тексереді. Содан кейін, ол тағы да дербес дайындыққа кірісуді бұйырады. Жаттығуды бірнеше рет орындау қажет және содан кейін барып дербес жаттығуда оқушылардың иықтары сызықтан шықпауын бөлімше командирі тексереді, сонымен қатар, командир әрбір оқушымен жеке-жеке дайындалып, қателерді жояды. Жеке жаттығудан кейін мұғалім екі-екіден жаттығуды қолға алады, сондықтан да бөлімшеде бірінші екіншіге санақ жүргізіп келесіні бұйырады: «Бірінші нөмірлер солға, екінші нөмірлер – оңға», содан кейін «Бірінші нөмірлер тексереді, екінші нөмірлер орындайды, жұппен жаттығуға – Кіріс», ал мұғалім жаттығуды бақылап, оқушылардың жіберген қателерін жояды және жүйелі түрде орындаушылармен тексерушілерді ауыстырып отырады.

Содан кейін мұғалім екінші дайындық жаттығуын көрсетеді. Ол денемен бірге кеудені көтеріп, иығын жайып, бөксеге қолын қояды. Бұл жаттығу да алдындағы жаттығу сияқты жаттықтырылады. Мұғалім оқушыларға бұл жаттығудан бастаған кезде демді терең ішке тартып, сол қалыпта кеудені ұстап, демді шығарып, көтеріңкі кеудемен дем алуды жалғастыру керектігін түсіндіреді. Кеудені кішкене көтеріп, денені аздап алдына шығарып, ішті тартып, иықты жаю керек. Осы кезде қол төмен түсіп алақан ішке қарап, бармақтар бөксеге тиіп тұру керек. Екінші дайындық жаттығуын өңдеу кезінде бөлімше командирі оқушыларға сапта тұру кезінде басты қалай ұстау керектігін көрсетеді. Басты дұрыс ұстау қалпын тексеру үшін сапта тік тұру қалпын қабылдап, басты төмен түсірмей алдыға төменге қарау керек. Басты дұрыс қалыпта ұстау кезінде оқушылар алаңдағы өзінен екі-үш қадам жерде жақын нүктені көру керек. Бастың кез-келген басқа қалпы дұрыс емес деп саналады. Егер бас жоғары әрі тік ұсталса, дене түзеледі, келбет ажарлана түсетінін тәжірибе дәлелдейді. Командир оқушылардың сапта тұру кезінде кеуде иектен әлдеқайда шығыңқы тұруына назар аударады. Барлық жаттығуларды жаттықтырғаннан кейін мұғалім сапта тік тұрудың барлық элементтерін бүтіндей жаттықтыруға кіріседі, келесіні бұйырады: «Саптал», «Тік тұр» немесе басқа пәрмен, мысалы: «екі қадам алға (артқа), қадам бас», тағы басқалары. Сапта тұруды үйреніп алған соң, мұғалім оқушыларды толықтай жаттықтыра отырып, келесілерді бұйырады. Мысалы: «Бөлімше бір қатарға – САПТАЛ» немесе «Бөлімше – ТІК ТҰР». Оқушылар бұйрықты орындайды, сапта тік тұрады, ал командир олардың әрекетін бақылап, жіберген қателерді жояды. Содан кейін, оқушылар сапта тік тұрады, командир оларды «ЕРКІН ТҰР» және «Жөндел» деген бұйрықтарды қалай орындайтынын үйретеді. «Жөндел» деген бұйрықтан бұрын әрқашан «Еркін» деген бұйрық берілу керек. «Еркін» деген бұйрық денені бос ұстап, оң немесе сол аяқты босатады, бірақ орнынан қозғалмайды, назардан тыс болмайды және сөйлеспейді. «Жөндел» деген бұйрық өз орнын тастамай, сапта еркін тұрып, киімін жөндейді. Бөлімшені түзеу қажеттілігі болған кезде «Түзел» деген немесе «оңға түзел» деген команда беріледі. «Түзел» деген команда бойынша оң жақ флангідегіден басқасының бәрі бастарын оңға бұрып (оң жақ құлақ сол жақтан жоғары тұру керек), әрбір оқушы өзінің кеудесін көріп тұру керек. «Солға бұрыл» деген командадан кейін сол жақ флангідегіден басқасының бәрі бастарын солға бұрып (сол жақ құлақ оң жақ құлақтан жоғары тұруы керек). Түзелу барысында оқушылар сапта бірнеше алға немесе артқа қозғалуға болады. Түзеліп болған соң «Тік тұр» деген команда беріледі, сол кезде оқушылар бастарын тез арада тік қойып, тік тұрады.

Саптық дайындық бойынша бірінші сабақта саптың элементтерін көрсету, саптың элементтерін білмеуі және саппен басқару бойынша пәрмендердің негіздерін көрсету қажет. Бір қатарлы саптың элементтерін көрсетіп, түсіндіргеннен кейін, бөлімшені екі қатарлы сапқа тұрғызып, оған анықтама береді. Екі қатарлы сап бір қатардан бір қадам қашықтықта орналасады. Мұғалім қатар арасындағы қашықтықты тексеруді ұсынады. Онда екінші қатардың оқушылары қолдарын созып бірінші қатардағы оқушылардың иықтарын жеткізу керек. Екі қатарлы сапты бірінші және екінші деп атайды. Сап айналған кезде олардың атауы өзгереді. Қатар – екі оқушының екі қатарлы сапта біреуінің желкесіне біреуі қарап тұруы. Егер бірінші қатардың оқушысының артында екінші қатардағы оқушының желкесінде тұрмаса, бұндай қатар толық деп аталады; соңғы қатар үнемі толық болуы керек.

### **29-32 сабақ.Орында және қозғалыстағы бұрылуды орындау**

Оқушылардың орнында бұрылуы сапқа тұру кезінде, сол сияқты сапталу және қозғалу кезінде орындалатынын хабарлайды. Орында бұрылуды үйрету сапты тік тұрудан кейін жаттықтырылады, себебі осының негізінде ғана бұл жаттығуларды игеру мүмкін. Ең бірінші оңға және солға және кері бұрылуды жаттықтыру қажет. Жаттығуды бөліктері бойынша көрсеткеннен кейін, солға бұрылу сол жақ қолмен сол тақамен оң аяқтың ұшымен, ал оңға бұрылу оңға қарай қолмен оң тақамен сол аяқтың ұшымен жасалатынын көрсетеді. Барлық бұрылыс бөліктері бойынша екі кезеңмен орындалады: бірінші есеп бойынша дененің дұрыс қалпын сақтай отыра тізеде аяқты бүкпей денені ауырлығын алдыңғы аяққа ауыстырып бұру, екінші кезеңде қысқа жолмен екінші аяқты қою керек.Оңға бұрылыс жасауды орындағаннан кейін, бірінші толығымен көрсетеді, кейін бөлімдері бойынша бұрылысты солға жастады. Содан кейін кері бұрылуды үйретеді.

Саптық қадам саптық жаттығулардың аса күрделі және қиын игерілетіндерің бірі. Оны орындау оқушылардың ерекше жинақылығын, нақтылығын, аяқ пен қолдың келісілген қозғалысын талап етеді. Саптық қадаммен бойынша қозғалыс көрсетіледі, бөлімше командирі бірінші дайындық жаттығуын қолмен қозғалудан бастап көрсетеді, содан кейін, «Қозғалысты қолмен істе, БІР» деген бұйрық береді. «Бір» дегеннен кейін оқушылар оң қолдарын білектен бүгіп, дененің жанында қозғалтады; бір уақытта сол қолдарын артқы иық буынына апарып, бармақтар жартылай бүгіліп, ал сол жақ қолдың білегі кішкене көтеріңкі болуы керек. «Екі» дегеннен кейін оқушылар сол қолдарын алға қозғалтып, ал оң қолдарын иықтан артқа қарай қозғалтады. Қолдың дұрыс қалпын қабылдауды игерген

соң бөлімше командирі келесі дайындық жаттығуына екіден төртке дейін санақ бойынша саптық қадам бойынша кіріседі. Төрт санағына дейін бөліктері бойынша саптық жаттығу көрсетіледі, бөлімше командирі бөлімшені төрт қадамға жылжытады да оларды оңға бұрып, келесі бұйрықты береді: «Саптық қадам бойынша төртке дейін қадам бас!». «Бас» деген бұйрықтан кейін «Бір, екі, үш, төрт» және т.с.с. есептеледі. «бір» есебі қатты айтылады. «Қадаммен» деген пәрменнен кейін бөлімше оқушыларының денесі бірсыпыра алдына шығып, дене ауырлығын сол жақ аяққа ауыстырады және тұрақты қалыпты сақтайды. «Бас» деген орындаушы бұйрықтан кейін және «бір» есебінен кейін олар сол аяқтан бастап толық қадаммен қозғалысты бастайды, аяқтың ұшын жерден 15–20 см-ге алдына тартып (осы кезде табан жерде тұру керек) жерге барлық тұрақтылықпен табанды қояды. Саптық қадам барысында оңға, солға және кері бұрылуды тәжірибе барысында көрсетеді.

### **33-сабақ. Насихаттау жұмыстары**

**Насихат** (латынның propaganda – тарату) – қандай да бір идеялар мен ілімдерді, теориялық білімдерді көпшілік арасында тарату, түсіндіру формасы. Алғаш рет Рим папасы Александр VII (1655 – 67) арнаулы құжатта пайдаланған. 20 ғасырдың 20 – 30-жылдары Насихат теориясының негізі қаланды. Неміс философы В.Меде сыртқы ықпалда болатын адам психикасын зерттеу принциптерін тұжырымдаса, америкалық зерттеушілер Д.Ликас пен С.Бриттаудиторияға әсер ету және тиісті сезімдер мен реакцияларды ынталандыру амалдарын жүйеледі. Насихат қоғамда белгілі бір көңіл-күйлерді қалыптастыруға және азаматтардың санасында қайсыбір құндылықтар мен түсініктерді бекітуге бағытталған қызмет болып табылады. Оның мақсаты – көтерілген мәселеге неғұрлым көп халықты ұйытып сендіру, соңынан ерту. Саяси Насихат түрлеріне қайсыбір саяси доктринаны, дінді, ұлттық идеяларды, белгілі бір топ мүдделерін немесе ғаламдық құндылықтарды насихаттау жатады. Ол белгілі бір маңызы бар әрекеттерді идеялық жағынан қолдау үшін пайдаланылады. Насихаттың тиімділігі қоғамдық сананың жай-күйіне, Насихат субъектісінің қабілеті мен мүмкіндіктеріне, сондай-ақ ақпарат беру құралдарына байланысты.

### **34-сабақ. Қорытынды сабақ.**

Алғашқы көмектің түрлерін көрсетіп, «safety driving» сайтында берілген бақылау сұрақтарына жауап береді. Жол реттеушінің сигналдарын түсіндіреді. Сапта және велосипедте жүру шеберлігін көрсетеді. «Автокресло» тақырыбын насихаттайды

## **Қосымша 2**

**Мысалы насихат тақырыбы «Алысты байқау-өміріңді сақтау» болса, насихатты былай дайындауға болады.**

**Үлгі:**

**Тақырыбы:** Алысты байқау-өміріңді сақтау

**Мақсаты:** Жол-көлік травматизмінің алдын алу

**Барысы:**

**Жүргізуші:**

Сәлеметсіздер ме, құрметті көрермендер! Сіздермен бірге Серік Қажымұрат. Бүгінгі біздің бағдарламамызға жол-көлік апатынан зардап шеккен Ерғали Ержан келіп отыр. Ержан кешкі сағат 22.00-де жаяу жүргіншілер жолағынан өте бергенде, көлік соққандығын, абырой болғанда, Сұлтан Бейбарыстың арқасында аман қалғандығын айтады. Бейбарыстың жарыққа шағылысатын лентасын көрген жүргізуші көлікті бірден тоқтатты дейді. Бейбарыс мырза, қалай болғандығын айтып берсеңіз.

**Бейбарыс:**

Жолдан өтейін деп сол жағыма қарасам, көлік келе жатыр екен. Ал Ержан оны байқамай жолға шығып кетті. Ол жерде бағдаршам да жоқ еді. Сондықтан мен жарыққа шағылысатын лентамды көлікке қарсы қараттым. Көлік бірден тоқтай қалды. Дегенмен тура алдында тұрған Ержанды ақырын соғып жіберді.

**Ержан:**

Иә, рахмет саған, Бейбарыс. Қайта аяқ-қолым ғана жараланды. Енді мен де сондай жарыққа шағылысатын лента аламын.

**Жүргізуші:**

Жүргізуші Құрмантай, сіз не дейсіз?

**Құрмантай:**

Мен Ержаннан кешірім сұрап, Бейбарысқа рахмет айтқым келеді. Бейбарыстың жарыққа шағылысатын лентасы болмаса, орны толмас өкініш орын алар еді.

**Жүргізуші:**

Біздің бағдарламамызға келгендеріңіз үшін сіздерге көп рахмет! Ал Ержанға деген біздің кішігірім сыйлығымыз бар. Бұл- жарыққа шағылысатын лента. Абай болыңыз, аман болыңыз дегіміз келеді. Ендеше, астаналық «Жас қыран» тобының ән-шашуын қабыл алыңыздар.

**Ән шашу.** (Эсо-эсо әнінің минусымен айтып, билейді)

*Алысты байқау өте маңызды,*

*Байқамай қалып өкінбе досым.  
Көлік қаламызда көбейді,  
Сондықтан жолда абай болжайсың.  
Алысты байқау-өміріңді сақтау,  
Осыны есте сақтағайсың ешқашан ұмытпа!  
Светоотражающая лента,  
Спасет всех непременно.  
С помощью этой лентой,  
Увидят с далека!*

**Дастан:** EXPO-2017 жарыққа шағылысатын лентамен!

**Жалғас:** Ал жарыққа шағылысатын лента- қауіпсіздіктің белгісі!

**Аружан:** Қауіпсіз жол – болашаққа бастар жол!

**Наргиз:** Адам өмірі бәрінен құнды!

**Қадыр:** Астана, қане, бәріміз бірге...

**Бәрі бірге:** Алысты байқау-өміріңді сақтау!

**Ән шашу.** (Бол жанымда әнінің минусымен айтады)

*Жарыққа шағылысатын лента алайық,  
Алысты байқап, аман болайық.  
Алысты байқау-өміріңді сақтау,  
Осыны әр кез есте сақтайық.  
Жарқырайды қараңғыда да,  
Көрінеді алыстан да.  
Жарыққа шағылысатын лента болса,  
Байқайды сені қашықтарданда.*

*Асықпа, абайла, тамаша лента байла,  
Сен алысты байқап, болашақты ойла.  
Жарқырайды лента жарыққа шағылысып,  
Жол үстінде.*

} 2 рет

**Мысалы насихат тақырыбы «Автокөліктің тежеуіш орны» болса,  
насихатты былай дайындауға болады:  
ФАНФАРЫ**

*(оқушылар сахнаға шығады)*

**1-оқушы**

*-Ребята,ребята смотрите летающая тарелка!*

**2-оқушы**

*-Смотрите из неё кто-то выходит!*

*Инопланетянин выходит илетающей тарелки.*

**1-оқушы**

*-Здравствуйте! А вы кто?*

*-Здравствуйте ребята! Я прилетела к вам с планеты «Правила дорожного движения». У нас там не бывает дорожных происшествии и все соблюдают правила дорожного движения. Специальные люди наблюдают за тем, что происходит на земле. И они отправили меня к вам, чтобы я предупредила вас об опасности.*

**1-оқушы**

*-Что за опасность нам грозит?*

*-Сейчас я вам объясню. Ребята наш главный враг это-скорость.*

*(Баннердегі суретті көрсетіп, сөйлейді.)*

**5-оқушы:**

Сәлеметсіздер ме, оқушылар! Бүгін біз сіздермен автокөліктің тежеуіш орны туралы мәлімет алатын боламыз! Мақсаты: адам өмірін сақтау.

Автокөліктің тежеуіш орны дегеніміз – жүргізуші қауіпті көрген уақытынан бастап толық тоқтағанға дейінгі уақыты. Өздеріңіз көріп тұрғандай, (баннердегі суретті көсетіп, сөйлейді) жүргізуші жаяу жүргіншіні байқайды,жүргізуші тежеуішті басады, көлік тоқтайды. Яғни, мынау аялдау жолы болса, мынау – жүргізуші әрекеті, ал мынау – тежеу жолы. Міне, осылайша , автокөліктің аялдау жолына көліктің жылдамдығы, жүргізушінің әрекеті, жүргін бөліктің қалпы әсер етеді. Сондай – ақ, автокөліктің салмағы да әсер етеді. Сол себепті ешқашан жолды жақындап қалған көліктің алдынан кесіп өтпе!

Алдарыңызда қосымша материалдар бар өздеріңіз де ізденіп мәлімет алып көріңіздер. Сіздерге 2 минуттай уақыт беремін.

*(оқушылар топта пікір алмасып, ізденеді)*

- Дайынсыздар ма?
- Иә
- Жақсы

**1– оқушы**

- Тебе кажется что автомобиль далеко от тебя,

**2 – оқушы**

- 17 метров – это очень много! Это примерно длиной твоего класса

**3 – оқушы**

- Жолда апатқа тап болмау үшін, сен көліктің қай жағдайда қауіпті екендігін түсіне білуің керек. Жүргізуші тежеуішті басқан күннің өзінде көлік бірден тоқтамайды. Ол бірнеше метрге дейін үлкен жылдамдықпен қозғалады. Тым жылдам, тіпті сен бір қадам да кері басып үлгермейсің

#### 4 – оқушы

- Сен де, жүргізуші де бір – бірінді алыстан көріп тұрсаңдар, онда қауіп деңгейі төменірек болады. Бұндай жағдайда ол да тежеуішті уақытында басып үлгереді, сен де уақытында тоқтап үлгересің.

#### 5 – оқушы

Рақмет, сіздер біраз мәлімет алыпсыздар, егер осы мәліметтерді алмағанда, қандай жағдай орын алар еді? Елестетіп көріңіздерші

**Балалардың ойы:**(саханаға жүргізуші шығып, өз көлігімен бір баланы қағыпкетеді. Дәрігерлер келіп, зардап шеккен баланы алып кетеді.)

#### 1 - оқушы

- Елестетудің өзі қорқынышты, жүріңдер, одан да насихаттайық!

**Ән: «Автокөліктің тежеуіш орны» (16 қыз әніне салып айтады)**

Астыма мінген атым теміртұлпар,

Басқалар мені көріп үлгі тұтар.

Автокөліктің тежеуіш орнын мен білемін,

Қашан да қашықтық сақтап, сақ жүремін!

Автокөлік , жеңіл көлік, прицебі бар көлік,

Су болсын, мұз болсын, құрғақ жолда жол болсын!

60 – пен жүрсем 21

70 –пен жүрсем 31

80 – мен сүрсем 41

90 – мен жүрсем 52

100 – бенен жүрсем 64

Қашықтық сақтап жүремін!

**Музыка (флешмоб билейді)**

**Ән: «Автокөліктің тежеуіш орны» («Ну, где же ручки» әніне салып айтады)**

Тормозной путь автомобиля важно знать всегда всем,

Наша жизнь прекрасно без всяких проблем.

Так давайте все вместе пропагандируем это,

Что бы не нарушались ПДД где то.

Ну люди, люди, будьте осторожны,

Тормозной путь автомобиля очень важен всем!

Автокөліктің тежеуіш орнын білдім,

Енді ереже сақтап, сақ боп жүремін!

Hey, people, people, be very careful

Breaking distons of car is very important

Hey, people, people, be very careful

Breaking distons of car is very important

## ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР

1. Қазақ тілі. Жалпы білім беретін мектептің 5-сыныбына арналған оқулық/ Ж.Дәулетбекова, Г.Қосымова. – Алматы: Атамұра, 2017. – 111 б.
2. Бастапқы әскери дайындығы сабағында қолданылатын саптық жаттығулар. С.Н. Асқапов, М.Е.Құсмиденов, А.Ш. Жангазин. Алматы, 2015. – 28 б.
3. Жүрекке сыртқы массаж жасау техникасы – Жүрек қызметінің тоқтауы. <http://mydocx.ru/11-61428.html>
4. Тіршілік қауіпсіздігінің негіздері. <http://www.melimde.com/tirshilik-auipsizdigini-negizderi-peninen-universitetti-barli-v2.html?page=7>
5. Жол қозғалыс ережелері. Шелл концерні. – Астана, 2018. – 18 б.
6. Насихат. <https://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%B0%D1%82>
- 7.Естен тану кезіндегі алғашқы көмек. <http://kazmedic.org/>
- 8.Проблемы безопасности дорожного движения. М.:ВНИИБД МВД,1985.–75 б.
- 9.Жолда жүру ережелері. – Алматы.: Транспорт, 1999. – 80 б.
10. Педагог бюллетені. Е.М.Хасанов. – Қостанай, 2015. – 160 б.
11. Жол жүрісі туралы. Қазақстан Республикасының Заңы 2014 жылғы 17 сәуірдегі № 194-V ҚРЗ., 8-тарау
12. Жолда жүру ережелері. – Алматы.: Транспорт, 2018 – 26 б.
13. Жолда жүру ережелері <https://safety-driving.kz/online2/exam/beta/#pages/tests.php>
14. Жол қозғалысының қауіпсіздігі. В.В.Лукьянов. – М.:Көлік, 1978.-247 б.
15. Көшелер мен жолдардағы қозғалысты басқару. П.В.Рушевский, Л.В.Гуревич. – М.:Көлік, 1971. – 200 б.