
ҚАУІПСІЗ
ДЕМАЛЫС
5-8 сынып

ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙ ЖӘНЕ МҰЗ ҚАУІПСІЗДІГІ

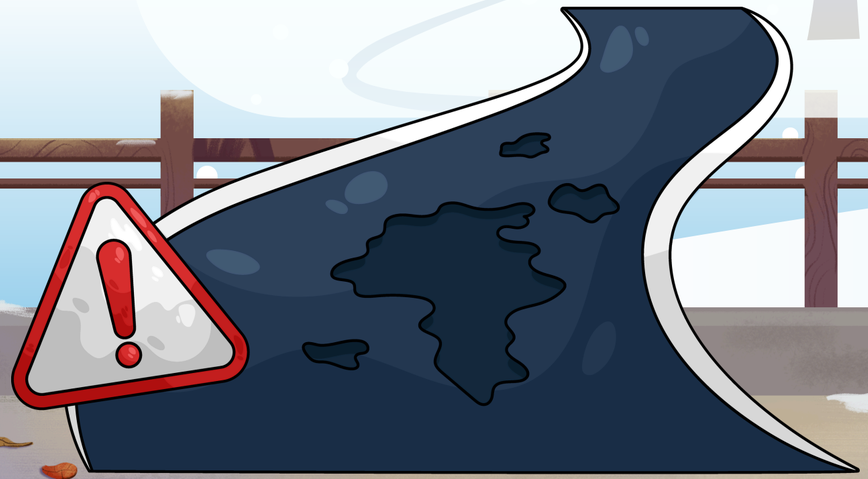
МҰЗДЫҢ БЕРІКТІГІ: СУ АЙДЫНДАРЫНДАҒЫ МҰЗҒА ШЫҒУҒА ӘЛІ ЕРТЕ НЕМЕСЕ ҚАУІПТІ БОЛУЫ МҮМКІН. ЕГЕР МҰЗДЫҢ ҚАЛЫҢДЫҒЫ 10 СМ-ДЕН АЗ БОЛСА, ОҒАН ШЫҒУ ӨМІРІҢІЗГЕ ҚАУІПТІ.

СҮҢГІЛЕР МЕН ҚАР КӨШКІНІ: ҒИМАРАТТАРДЫҢ ЖАНЫНАН ӨТКЕНДЕ ШАТЫРЛАРҒА НАЗАР АУДАРЫҢЫЗ. КҮН ЖЫЛЫНҒАНДА ШАТЫРДАН МҰЗ НЕМЕСЕ АУЫР ҚАР ТҮСУ ҚАУПІ ЖОҒАРЫ.

ГИПОТЕРМИЯ (ТОҢУ): АЛҒАШҚЫ БЕЛГІЛЕР — ҚАТТЫ ДІРІЛ, САУСАҚТАРДЫҢ ҰЮЫ. МҰНДАЙ ЖАҒДАЙДА БІРДЕН ЖЫЛЫ ЖЕРГЕ КІРІП, ЫСТЫҚ ШАЙ ІШУ КЕРЕК. ТЕРІНІ ҚАРМЕН ЫСҚЫЛАУҒА БОЛМАЙДЫ!

ЖОЛДАҒЫ ҚАУІПСІЗДІК

ТЕЖЕУ ЖОЛЫ: ҚЫСТА КӨЛІКТІҢ ТЕЖЕУ ЖОЛЫ 3-4 ЕСЕГЕ ҰЗАРАТЫНЫН ЕСТЕ САҚТАҢЫЗ. ЖАЯУ ЖҮРГІНШІЛЕР ЖОЛАҒЫНДА БОЛСАҢЫЗ ДА, КӨЛІК ТОЛЫҚ ТОҚТАҒАНША ЖОЛҒА ШЫҚПАҢЫЗ.
ҚАРАҢҒЫЛЫҚ ФАКТОРЫ: ҚЫСТА КҮН ЕРТЕ БАТАДЫ. КИІМІҢІЗДЕ ЖАРЫҚ ШАҒЫЛЫСТЫРҒЫШ (ФЛИКЕР) БОЛУЫ — БҰЛ ТРЕНД ЕМЕС, БҰЛ СІЗДІҢ ҚАУІПСІЗДІГІҢІЗ.
ҚҰЛАҚҚАП ПЕН КАПЮШОН: ЖОЛДАН ӨТКЕНДЕ ҚҰЛАҚҚАПТЫ ШЕШІП, КАПЮШОНДЫ ТҮСІРІҢІЗ. ОЛАР АЙНАЛАДАҒЫ ДЫБЫСТАРДЫ ЕСТУГЕ ЖӘНЕ КӨРУГЕ КЕДЕРГІ ЖАСАЙДЫ.



ГАДЖЕТТЕР ЖӘНЕ ПИРОТЕХНИКА



ТЕХНИКА АЯЗДА: СМАРТФОНДАР СУЫҚТА ТЕЗ ӨШІП ҚАЛАДЫ. ҮЙДЕН ШЫҒАРДА ҚУАТЫН 100% ТОЛТЫРЫП, ТЕЛЕФОНДЫ ІШКІ ҚАЛТАДА (ДЕНЕ ҚЫЗУЫНА ЖАҚЫН) ҰСТАҢЫЗ.

ПИРОТЕХНИКА: ФЕЙЕРВЕРК ПЕН ПЕТАРДАЛАРДЫ ТЕК ЕРЕСЕКТЕРДІҢ ҚАТЫСУЫМЕН ҒАНА ҚОЛДАНУҒА БОЛАДЫ. ТҰТАТЫЛҒАН ПЕТАРДАНЫ ҚОЛДА ҰСТАП ТҰРУ НЕМЕСЕ АДАМДАРҒА ҚАРАЙ ЛАҚТЫРУ — АУЫР ЖАРАҚАТҚА ӘКЕЛЕДІ.



DIGITAL-
ҚАУІПСІЗДІК

КИБЕРБУЛЛИНГ ЖӘНЕ ТАНЫСТАР: ДЕМАЛЫСТА ИНТЕРНЕТТЕ КӨП УАҚЫТ ӨТКІЗЕСІЗ. БЕЙТАНЫС АДАМДАРДАН КЕЛГЕН КҮМӘНДІ СІЛТЕМЕЛЕРДІ АШПАҢЫЗ ЖӘНЕ ЖЕКЕ МӘЛІМЕТТЕРІҢІЗДІ (МЕКЕНЖАЙ, ТЕЛЕФОН) ЕШКІМГЕ БЕРМЕҢІЗ.




ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
ОҚУ-АҒАРТУ МИНИСТРЛІГІ
Қысқы демалыс мерзімі
10 күн
2025 жылдың 29 желтоқсанынан
2026 жылдың 7 қаңтарын қоса
алғанда