



**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 613 Московского района Санкт-Петербурга**

Московский пр., дом. 203

Тел.: 417 32 10

**Обсуждена и согласована**

Председатель МО \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022 г.

**Обсуждена и согласована**

Заместитель директора по УР

О.А. Авдонина

« 29 » августа 2022 г.

**Принята педагогическим советом**

школы № 613

Протокол № 1 от

«31 » августа 2022 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор школы № 613

О.Н. Рябова

Приказ № 136

« 01 » сентября 2022 г.

***РАБОЧАЯ ПРОГРАММА***

***по ОБЖ***

***10 КЛАССА***

***1 варианта обучения,***

**Составлена учителем: \_ Суворовой  
Татьяной Вячеславовной  
Высшей квалификационной категории**

**Учебный год: 2022 – 2023  
Санкт - Петербург**

## Пояснительная записка к рабочей программе по курсу

### ОБЖ 10 класс

Программа по предмету ОБЖ 10 класс составлена в соответствии с требованиями, зложенных в следующих документах:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 
- Федерального базисного учебного плана, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 10.04.2002 № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»;
- 
- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28-09-2020 года N 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- 
- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ № 2 от 28-01-2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" вступает в силу с 01.03.2021 года»;
- 
- Приказа О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утверждённый приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 года N 254;
- 
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (Протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15);
- 
- Распоряжением Комитета по образованию от 15-04-2022 № 801-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2022/2023 учебном году»;
- 
- Уставом Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения ГБОУ школа № 613.

- В переходный период до введения ФГОС основного общего образования обучающихся с ОВЗ и ФГОС обучающихся с интеллектуальными нарушениями, учитывая психофизические особенности обучающихся с ОВЗ, использование федерального базисного учебного плана, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 10.04.2002 № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии», возможно в части, не противоречащей действующему законодательству.

Учебным планом на 2022-2023 учебный год на пятидневную учебную неделю начального общего образования (нормативный срок освоения – 5 лет) для учащихся с лёгкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) 5-11 классов (1 вариант) Программа для общеобразовательных учреждений. ОБЖ. 10 класс.

Автор Смирнов А.Т. Москва., «Просвещение» 2015год.

Учебный план ГБОУ №613 Московского района Санкт-Петербурга – 2022 -2023г. Также в программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму», «Об обороне», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан».

Рабочая программа по ОБЖ для 10 класса разработана на основе типовой программы Министерства общего и профессионального образования РФ по ОБЖ, адаптированная.

Рабочая программа в соответствии с учебным планом ОУ № 613 на 2022-2023 учебный год рассчитана на 34 часа в году. Занятие включается в общее расписание 1 час в неделю.

При разработке рабочей программы учитывались специфические трудности обучаемого контингента умственно-отсталых детей. Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование специфических методов и приемов, перераспределение содержания программы по годам обучения, учет индивидуальных возможностей учащихся классов и распределение программного материала по уровням.

**Целью** программы является воспитание и формирование человека, знающего и умеющего принимать необходимые меры по предотвращению или устранению ЧС и не являющегося носителем или источником возникновения экстремальных ситуаций.

Программой закрепляются понятия «ЧС» природного и техногенного характера, возможные причины возникновения ЧС, меры по их предупреждению.

Программа предусматривает формирование основ знаний и умений по сохранению здоровья и защите жизни в условиях ЧС, по оказанию само- и взаимопомощи в случае проявления опасностей. Она предназначена для привития учащимся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности, умений распознавать и оценивать опасные и вредные факторы среды обитания человека и определять способы защиты от них.

Программой определены темы изучаемого материала, раскрывается их

содержание, указано количество часов на изучение каждой конкретной темы.

### **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:**

Формирование у учащихся сознательного и ответственного к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих.

Освоение учащимися навыков сохранять жизнь и здоровье в повседневной жизни и в неблагоприятных опасных ситуациях.

Выработать у учащихся привычки ЗОЖ.

Умение применять учащимися средств и способов защиты жизни и здоровья в экстремальных ситуациях.

**Коррекционные задачи:** Носят развивающий характер.

При постановке коррекционных задач учитываю содержание материала, возраст школьников, уровень их развития, особенности данного класса.

Развивать конкретные стороны психических процессов (память, внимание, речь, мышление и др.

вовлечение большего числа сенсорных механизмов.

При работе над коррекционными задачами отражаю два момента – что надо развивать у конкретного ученика и как, с помощью чего.

### **Обоснование внесенных изменений:**

Программный материал растянут по годам обучения, в силу недоразвития познавательной деятельности учащихся, низкой способности к мышлению – процессам обобщения и отвлечения.

- Из программы убрала уроки ОВС, так как наши ученики не проходят воинскую службу
- Особенно выделяю урок по безопасности с селфи, т.к. участились случаи гибели детей, стремящихся сделать эффектный снимок в опасных местах.

### **Количество учебных часов**

Программа рассчитана на 1 час в неделю (согласно учебному плану ГБОУ № 613). При 34 учебных неделях общее количество часов на изучение в 9 классе составит 34 часа.

1 четверть – 8 часов

2 четверть – 8 часов

3 четверть – 11 часов

4 четверть – 7 часов

Из них: контрольные уроки – 4 часа, уроки по ... – ... часов.

### **Количество часов для контроля за выполнением практической части программы**

Виды контроля	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	За год
Тестирование...	1..	1..	..1	1..	.4.
...		..		..	..
...			..		..
..				..	..
Итого:					..4

**Особенности организации учебного процесса по предмету: используемые формы, методы, средства обучения**

### **Формы обучения:**

- фронтальная (общеклассная)
- групповая (в том числе и работа в парах)
- индивидуальная

**Традиционные методы обучения:**

1. Словесные методы: рассказ, объяснение, беседа, работа с учебником.
2. Наглядные методы: наблюдение, работа с наглядными пособиями, видеофильмами, презентациями.
3. Практические методы: оказание первой медицинской помощи при кровотечении из носа, порезах и ссадинах. ПП утопающему, при общении с животными.(работа с манекеном)

**Активные методы обучения:** Ролевые игры, разыгрывание ситуаций.

**Средства обучения:**

- для учащихся: учебники, рабочие тетради, демонстрационные таблицы, раздаточный материал, технические средства обучения - компьютер с программой по ПДД... для использования на уроках, мультимедийные дидактические средства, средства СИЗ
- для учителя: Методические пособия. Учебник презентации, публикации и др.....

## Ресурсное обеспечение программы

В соответствии с образовательной программой школы использован следующий учебно-методический комплект:

- Учебник :ОБЖ под редакцией А.Т. Смирнова.
- Рабочая тетрадь : Рабочая тетрадь под редакцией Воробьева (новая редакция)
- Книги для учителя. Методические пособия.
- Рабочая тетрадь для учителя. Латчук В.Н.Москва.Дрофа.2002

УМК рекомендован Министерством образования РФ и входит в федеральный перечень учебников на 2015-16 учебный год. Комплект реализует федеральный компонент по ОБЖ

литература для учителя (основная и дополнительная);

Методическое пособие для учителей Основы безопасности жизнедеятельности 9 класс. Дрофа. Москва. 2001 Г.

Методическое пособие для преподавателей ОБЖ Москва. Просвещение. 1997 г. Издательство «Учитель».2005

Компьютерная игра по ПДД. Образовательные электронные ресурсы.

Тесты 5-11 кл.

Учебное пособие по правилам безопасности дорожного движения для учащихся 9класс. «Лики России» СПб 2011

- литература для обучающихся (основная и дополнительная);
- Учебник ОБЖ под редакцией Смирнова А.Т.,
- Учебное пособие по правилам и безопасности дорожного движения для 9 класса

- материалы на электронных носителях и Интернет-ресурсы

<http://fcior.edu.ru/>

<http://school-collection.edu.ru/>

учебные мультимедийные пособия,

презентации, подготовленные учителем . видеофильм “Дорожные приключения”,

«Стой, иди, смотри»,

Компьютерная игра по ПДД.

Образовательные электронные ресурсы

мультимедийные учебники для обучения:

По ОБЖ – интерактивная энциклопедия «Я и мое тело».

Энциклопедия здоровья. 6 дисков и др.

Детский портал «Спас-экстрим»

TakZdorovo.ru

BezDTP.ru

Интерактивные игры по ПДД

Детский портал « Солнышко»

Социальная сеть работников образования

Педсовет. су

Интерактивные игры

Презентации.

Викторина

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

10 класс

Первая четверть

### ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА И ЗАЩИТА НАСЕЛЕНИЯ ОТ ИХ ПОСЛЕДСТВИЙ

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА.** Понятие ЧС природного характера. Причины возникновения ЧС природного характера. Виды опасных природных явлений.

**ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ.** Работа в тетрадях по заданию учителя.

**УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ:**

Устанавливать причинно-следственные связи между опасным природным явлением и ЧС природного характера.

#### ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА.** Происхождение землетрясений. Понятия: очаг землетрясения и эпицентр землетрясения. Основные параметры землетрясения. Меры по снижению потерь и ущерба от землетрясения. Рекомендации по правилам безопасного поведения во время землетрясения.

**УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:**

**РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ВО ВРЕМЯ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ.**

#### МОРЕТЯСЕНИЯ, ЦУНАМИ

Содержание учебного материала. Происхождение моретрясений и цунами. Меры, предпринимаемые по снижению потерь и ущерба от моретрясения и цунами.

Рекомендации по правилам безопасного поведения во время моретрясений и цунами.

**УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:**

Рекомендации по правилам безопасного поведения во время моретрясения и цунами.

#### ОБВАЛЫ, ОПОЛЗНИ, СЕЛИ

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА.** Краткая характеристика и возможные последствия во время обвалов, оползней, селей. Меры, предпринимаемые по предупреждению оползней, обвалов, селей и снижению ущерба от их последствий. Рекомендуемые действия населения при угрозе и ходе оползней, обвалов, селей.

**Учащиеся должны знать:**

Возможные последствия обвалов, оползней, селей.

Рекомендации населению по действию при угрозе и ходе оползней, обвалов, селей.

**УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ:**

Выполнять рекомендации населению по действию при угрозе и ходе оползней, обвалов и селей.

#### ВТОРАЯ ЧЕТВЕРТЬ

#### УРАГАНЫ, БУРИ, СМЕРЧИ.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА.** Происхождение и оценка силы. Возможные последствия бурь, ураганов. Смерчей. Меры безопасности при угрозе бурь, смерчей, ураганов.

**УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:**

Возможные последствия бурь, ураганов, смерчей.

Меры безопасности при угрозе бурь, смерчей, ураганов.

УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:

Возможные последствия бурь, ураганов, смерчей.

Меры безопасности при угрозе бурь, смерчей, ураганов.

Действия населения при угрозе бурь, смерчей, ураганов.

УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ Предпринимать рекомендуемые действия при угрозе бури, смерчей, урагана.

## НАВОДНЕНИЯ

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА. Основные понятия и классификации наводнений. Возможные последствия от наводнений. Меры по защите от наводнений. Рекомендации населению по действиям при угрозе наводнений и во время наводнения.

УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ: Рекомендации населению по действиям при угрозе наводнения и во время наводнения.

УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ. Выполнять рекомендации населению при угрозе наводнения и во время наводнения.

## ТРЕТЬЯ ЧЕТВЕРТЬ

### ЛЕСНЫЕ И ТОРФЯНЫЕ ПОЖАРЫ

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА. Виды лесных пожаров и их последствий. Причины возникновения лесных пожаров. Профилактика лесных и торфяных пожаров, и их неблагоприятные последствия. Меры безопасности в зоне лесных пожаров.

УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ: Причины возникновения лесных пожаров. Меры профилактики лесных и торфяных пожаров, их неблагоприятные последствия.

Меры безопасности в зоне лесных пожаров.

УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ:

Выполнять меры безопасности в зоне лесных пожаров.

## ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

Содержание учебного материала. Виды ранений. Раневая инфекция-столбняк. Профилактика столбняка. Основы мед. Помощи при ранениях. Правила наложения повязок. Первая мед. Помощь при переломах. Наложение шины. Действия при травматической ампутации. Эвакуация и транспортировка пострадавших.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Оказание первой мед. помощи при ранениях и переломах. Наложение шины. Эвакуация и транспортировка пострадавших. Способы переноса пострадавших без носилок.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Оказание первой мед. помощи при ранениях и переломах. Наложение шины. Эвакуация и транспортировка пострадавших.



УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:

Виды ранений;

Профилактика столбняка;

Основы мед. помощи при ранениях;

Правила наложения повязок;

Приемы оказания ПМП при переломах;

Правила наложения шин;

Способы переноса пострадавших без носилок.

УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ: оказывать ПМП пострадавшим: наложение шины и повязки;

Эвакуировать пострадавших без использования носилок.

#### ЧЕТВЕРТАЯ ЧЕТВЕРТЬ

### ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ СТИХИЙНЫХ БЕДСТВИЯХ

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА. Характеристика стихийных бедствий, наиболее вероятных в данном регионе, их опасность, последствия. Действия учащихся при стихийных бедствиях, наиболее вероятных для данного региона. ЗОЖ., безопасность селфи.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ. Тренинг по выполнению действия при стихийных бедствиях, наиболее вероятных для данного региона.

УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ: опасность и последствия стихийных бедствий, которые наиболее вероятны в регионе проживания;

Действия учащихся при стихийных бедствиях.

УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ:

Выполнять действия при стихийных бедствиях, наиболее вероятных для данного региона. Применять на практике требования ЗОЖ и безопасность селфи.

#### ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА. Отработка правил оказания ПМП при ранениях и переломах. Наложение стерильных повязок. Отработка переноса пострадавших без использования носилок.

УЧАЩИЕСЯ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ:

Оказывать ПМП при ранениях и переломах;

Накладывать стерильные повязки;

Переносить пострадавших без носилок.

### Календарно -тематический план: 10 класс

№ п.п. год	№ п.п. Четв.	Тема урока	Дата По плану	Дата Фактическая	Примечание
1	1	Понятие ЧС природного характера.	05.09		
2	2	Землетрясение. Очаг, эпицентр землетрясения.	12.09		
3	3	Меры, предпринимаемые по снижению потерь.	19.09		
4	4	Моретрясение. Цунами. Происхождение.	26.09		
5	5	Правила безопасного поведения во время цунами	03.10		
6	6	Обвалы, оползни, сели .Характеристика. Меры по снижению потерь	10.10		
7	7	Контрольный опрос.	17.10		
8	8	Действия населения при угрозе обвалов, селей.	24.10		
9	2 четверть 1	Ураганы, бури, смерчи. Происхождение, оценка силы	07.11		
10	2	Меры безопасности пр угрозе бурь, ураганов. DVD	14.11		
11	3	Действия населения при угрозе бурь, ураганов.	21.11		
12	4	.Повторение пройденного материала.	28.11		
13	5	Наводнения. Понятие, классификация.	05.12		
14	6	Возможные последствия от наводнений.	12.12		
15	7	Действия населения при угрозе наводнения.	19.12		
16	8	Контрольный опрос.	26.12		
17	3 четверть 1	Лесные и торфяные пожары. Виды, последствия.	09.-1		
18	2	Меры безопасности в зоне лесных пожаров.	16.01		
19	3	.Основы мед. знаний. Виды ранений	23.01		
20	4	Раневая инфекция, столбняк.Профилактика.	30.01		
21	5	Основы медиц. помощи при ранениях.	06.02		
22	6	ПМП при переломах .Наложение шины.	13.02		
23	7	Действия при травматической ампутации.	20.02		
24	8	Практическая работа. ПМП при ранениях и переломах.	27.02		
25	9	Повторение пройденного материала.	06.03		
26	10	Контрольная работа.	13.03		
27	11	Действия населения при стихийных бедствиях.	20.03		
28	4 четверть 1	Практическая работа. Отработка действий при стихийных бедствиях.	03.04		
29	2	Практическая работа. Отработка переноса	10.04		

		<b>2без носилок.</b>			
<b>30</b>	<b>3</b>	<b>ЗЗдоровый образ жизни. Составляющие ЗОЖ</b>	<b>17.04</b>		
<b>31</b>	<b>4</b>	<b>Зд4оровое питание.</b>	<b>24.04</b>		
<b>32</b>	<b>5</b>	<b>Вре5дные привычки</b>	<b>08.05</b>		
<b>33</b>	<b>6</b>	<b>Пракбтическая работа.</b>	<b>15.05</b>		
<b>34</b>	<b>7</b>	<b>Контр7ольный опрос.</b>	<b>22.05</b>		

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова  
 Ольга Николаевна, Директор  
 18.10.2022 20:10 (MSK), Сертификат 155BDCB0D871A2C2E1257444520C1FDC