

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 11  
ТОГАПОУ «Тамбовский бизнес-колледж»

СОГЛАСОВАНО  
Директор ТОГАПОУ  
«Тамбовский бизнес – колледж»  
Н.В. Астахова

УТВЕРЖДЕНА  
Директор МАОУ СОШ №11  
Т.Н. Нехаева

**БД.05 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**для специальностей среднего  
профессионального образования**

**10.02.05 «Обеспечение информационной безопасности  
автоматизированных систем»**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебной дисциплины «ОБЖ» предназначена для изучения основ безопасности жизнедеятельности в учреждениях начального и среднего профессионального образования, реализующих образовательную программу среднего (полного) общего образования, при подготовке квалифицированных рабочих и специалистов среднего звена.

Согласно «Рекомендациям по реализации образовательной программы среднего (полного) общего образования в образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования в соответствии с Федеральным базисным учебным планом и примерными учебными планами для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» (письмо Департамента государственной политики и нормативно-правового регулирования в сфере образования Минобрнауки России от 29.05.2007 № 03-1180). Постановление Правительства РФ от 31.12.1999 года № 1441 «Об утверждении Положения о подготовке граждан РФ к военной службе». Совместный приказ Министра обороны РФ и Министерства образования РФ от 03.05.2001 года № 203/1936 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы» ОБЖ в учреждениях среднего профессионального образования (далее – СПО) изучается с учетом профиля получаемого профессионального образования. Программа ориентирована на достижение следующих целей:

- Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства;
- Развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного, социального и военного характера; развитие потребности соблюдать нормы здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности в том числе и при прохождении военной службы по призыву или контракту в Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках;
- Освоение знаний: об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- Овладение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

принимать обоснованные решения и разрабатывать план своих действий в конкретной опасной ситуации с учетом реальной обстановки и своих возможностей;

- Освоение знаний об основах обороны государства, о порядке подготовки граждан к военной службе, призыва и поступления на военную службу по контракту, а так же альтернативной гражданской службе;
- Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; уважения к историко-героическому наследию России, её государственной символике, патриотизма и чувства долга по защите Отечества.

Объем часов на дисциплину «ОБЖ» составляет **70** аудиторных часов. Программа предусматривает самостоятельную внеаудиторную работу обучающихся в объеме **35** часов.

В процессе обучения целесообразно применять как традиционные (лекция, объяснение, рассказ, беседа и пр.), так и инновационные технологии (деятельностные, личностно-ориентированные), отдавая предпочтение тем методам и приемам, которые представляются наиболее эффективными в решении конкретных образовательных и воспитательных задач.

По результатам изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» проводится обязательная итоговая аттестация: дифференцированный зачёт.

Вырабатываемые компетенции:

|        |  |
|--------|--|
| ОК 1.  | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.  |
| ОК 2.  | Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.   |
| ОК 3.  | Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.  |
| ОК 4.  | Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.  |
| ОК 5.  | Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.  |
| ОК 6.  | Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.   |
| ОК 7.  | Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.   |
| ОК 8.  | Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности. |
| ОК 9.  | Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.  |
| ОК 10. | Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.  |

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

### 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения

1.1 Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода.

Практические занятия. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования.

1.2 Автономное существование человека в условиях природной среды. Возможности человека.

Практические занятия. Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добывание огня.

1.3 Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

Практические занятия. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминальной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

1.4 Правила личной безопасности при угрозе террористического акта.

1.5 ЧС природного характера, их возникновения и возможные последствия.

1.6 Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера.

1.7 ЧС техногенного характера, причины их возникновения.

1.8 Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера.

### 2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Войсковые звания РФ

2.1 Военная угроза национальной безопасности России.

2.2 Характер современных войн и вооруженных конфликтов.

2.3 Международный терроризм- угроза национальной безопасности России.

2.4 Виды террористических актов, их цели и способы осуществления.

2.5 Войсковые и корабельные звания, их подразделение.

2.6 Наркотизм и национальная безопасность России.

2.7 Законы и другие нормативно-правовые акты РФ.

2.8 Права и обязанности граждан РФ по защите от ЧС природного и техногенного характера.

### Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

### **3. Основы здорового образа жизни**

#### **3.1 Правила личной гигиены и здоровье.**

Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

#### **3.2 Болезни, передаваемые половым путём. Меры профилактики.**

Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.

#### **3.3 СПИД и его профилактика.**

ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД – финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).

Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией.

#### **3.4 Семья в современном обществе.**

#### **3.5 Законодательство и семья.**

Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов.

#### **3.6 Права и обязанности родителей и несовершеннолетних детей.**

Права и обязанности родителей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних детей. Права и обязанности детей. Защита государства.

#### **3.7 Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.**

Семья и её значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор). Качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

### **4. Дорожно-транспортная безопасность.**

#### **4.1 Дорожные знаки и регулирование дорожного движения.**

#### **4.2 Правила дорожного движения – закон улиц и дорог**

#### **4.3 Группы дорожных знаков: предупреждающие знаки, знаки сервиса и приоритета, запрещающие, предписывающие, знаки дополнительной информации**

### **5. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи**

#### **5.1 Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инфаркте и инсульте (практические занятия)**

Сердечная недостаточность. Основные понятия и определения. Инфаркт. Инсульт, его возможные причины и возникновение. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инфаркте и инсульте.

### **Раздел II. Основы военной службы**

#### **5. Воинская обязанность**

#### **6.1 Войны в истории человечества и России.**

- 6.2 Военная служба- особый вид государственной службы.
- 6.3 Исполнение обязанностей военной службы.
- 6.4 Организации обороны РФ.
- 6.5 Основные сведения о воинской обязанности.
- 6.6 Организация воинского учета и его предназначение.
- 6.7 Обязательная подготовка граждан к военной службе.
- 6.8 Добровольная подготовка граждан к военной службе.
- 6.9 Освидетельствование граждан при первоначальной постановке на учет.
- 6.10 Психологическая квалификация воинских должностей.
- 6.11 Организация призыва на военную службу.
- 6.10 Ответственность граждан по вопросам призыва.

## **7. Особенности военной службы**

- 7.1 Общевоинские уставы вооруженных сил РФ.
- 7.2 Войсковые звания и их подразделения.
- 7.3 Корабельные звания и их подразделения.
- 7.4 Прохождение службы воинслужащими-женщинами.
- 7.5 Увольнение с военной службы.
- 7.6 Правовые основы военной службы.
- 7.7 Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России.
- 7.8 Права и ответственность военнослужащих.
- 7.9 Прохождение военной службы по призыву.
- 7.10 Прохождение военной службы по контракту.
- 7.11 Строевая подготовка.
- 7.12 Сборка, разборка АКМ

## **8. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил**

- 8.1 Как стать офицером Российской армии
- Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.
- Правила приёма граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.
- Организация подготовки военных кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

## **9. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи**

- 9.1 Первая медицинская помощь при ранениях (практические занятия)
- Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи.
- Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки.
- Правила наложения жгута. Борьба с болью.
- 9.2 Первая медицинская помощь при травмах (практические занятия)

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.  
Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Правила  
сердечно-лёгочной реанимации.

Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травмах груди,  
живота, позвоночника.

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

При реализации содержания общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ) максимальная учебная нагрузка обучающихся составляет: по профессиям СПО и специальностям СПО технического профиля, естественно-научного, социально-экономического, гуманитарного профилей профессионального образования — 105 часов, из них аудиторная (обязательная) учебная нагрузка обучающихся, включая практические занятия, — 70 часов, внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся — 35 часов;

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| Вид учебной работы  | Количество часов                   |   |              |
|---|------------------------------------|---|--------------|
|   | Профили профессионального обучения |   |              |
|   | Технический                        | Естественно-научный,<br>социально-экономический | Гуманитарный |
| Аудиторные занятия. Содержания обучения   |                                    |   |              |
| <b>Раздел 1 Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</b>                           |                                    |   |              |
| Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода. | 2                                  | 2   | 2            |
| Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде                                       | 2                                  | 2   | 2            |
| Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.   | 2                                  | 2   | 2            |
| Правила личной безопасности при угрозе террористического акта   | 2                                  | 2   | 2            |
| ЧС природного характера, их возникновения и возможные последствия   | 2                                  | 2   | 2            |
| Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера                | 2                                  | 2   | 2            |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| ЧС техногенного характера, причины их возникновения   | 2 | 2 | 2 |
| Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условия ЧС техногенного характера   | 2 | 2 | 2 |
| Военная угроза национальной безопасности России   | 2 | 2 | 2 |
| Характер современных войн и вооруженных конфликтов  | 2 | 2 | 2 |
| Международный терроризм- угроза национальной безопасности России  | 2 | 2 | 2 |
| Виды террористических актов, их цели и способы осуществления  | 2 | 2 | 2 |
| <b>Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>  |   |   |   |
| ЗОЖ. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека   | 2 | 2 | 2 |
| Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек   | 2 | 2 | 2 |
| Инфекции, передаваемые половым путем. СПИД и его профилактика . Меры профилактики   | 2 | 2 | 2 |
| Семья в современном обществе  | 2 | 2 | 2 |
| Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте, остановке сердца, при ранениях   | 2 | 2 | 2 |
| Правила дорожного движения – закон улиц и дорог. Сигналы регулировщика. Сигналы, подаваемые водителями транспортных средств. Группы дорожных знаков | 2 | 2 | 2 |

| <b>Раздел 111 Основы военной службы</b>   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| Войны в истории человечества и России. Военная служба - особый вид государственной службы. Исполнение обязанностей военной службы | 2 | 2 | 2 |
| Организации обороны РФ. Исполнение обязанностей военной службы.   | 2 | 2 | 2 |
| Организация воинского учета и его предназначение. Освидетельствование граждан при первоначальной постановке на учет               | 2 | 2 | 2 |
| Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе                                | 2 | 2 | 2 |
| Психологическая квалификация воинских должностей  | 2 | 2 | 2 |
| Организация призыва на военную службу. Ответственность граждан по вопросам призыва  | 2 | 2 | 2 |
| Общевойские уставы вооруженных сил РФ. Войсковые и корабельные звания и их подразделения.   | 2 | 2 | 2 |
| Прохождение службы военнослужащими-женщинами. Увольнение с военной службы. Правовые основы военной службы                         | 2 | 2 | 2 |
| Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России  | 2 | 2 | 2 |
| Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту  | 2 | 2 | 2 |
| Права и ответственность военнослужащих  | 2 | 2 | 2 |
| Строевая подготовка   | 4 | 4 | 4 |
| Сборка и разборка АКМ   | 4 | 4 | 4 |
| Как стать офицером Российской Армии   | 2 | 2 | 2 |
| Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте, остановке сердца, при ранениях                         | 2 | 2 | 2 |

|   |     |     |     |
|---|-----|-----|-----|
| Итого   | 70  | 70  | 70  |
| Внеаудиторная самостоятельная работа  |     |     |     |
| Подготовка докладов, рефератов, индивидуального проекта с использованием информационных технологий, экскурсии и др. | 35  | 35  | 35  |
| Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета  |     |     |     |
| Всего   | 105 | 105 | 105 |

## ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности обучающихся должен *знать/понимать*:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для Тамбовской области;
  - основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
  - перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
  - объяснить элементарные способы защиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
  - назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
  - показать порядок использования средств индивидуальной защиты, рассказать о предназначении и задачах организации гражданской обороны;
  - определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него;
  - знать правила оказания ПМП пострадавшим;
  - показать порядок использования средств индивидуальной защиты, рассказать о предназначении и задачах организации гражданской обороны.
- состав и предназначение Вооруженных сил РФ;
- права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
  - особенности прохождения военной службы по призыву, контракту. Особенности альтернативной гражданской службы;
  - основы безопасности военной службы;
  - быть готовым к военной службе;
- выполнять основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службы граждан;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для Тамбовской области;
  - основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- соблюдать меры профилактики инфекционных заболеваний;  
оказывать первую медицинскую помощь в неотложных состояниях.

## РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Для обучающихся

Основные источники:

1. Конституция Российской Федерации. – М.: Юридическая литература, 1993, изменения от 30.12.2008.
2. Федеральный закон «О гражданской обороне», 1998.  
(в ред. Федеральных законов от 09.10.2002 № 123-ФЗ, от 19.06.2004 № 51-ФЗ, от 22.08.2004 № 122-ФЗ).
3. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21.12.94 № 68-ФЗ. (в ред. Федеральных законов от 28.10.2002 № 129-ФЗ, от 22.08.2004 № 122-ФЗ).
4. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 1993—2007.
5. О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года. Указ Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 года № 537.
6. Васнев В.А. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя / В.А.Васнев, С.А.Чиненный. — М., 2002.
7. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2000. - № 5. Указ Президента Российской Федерации от 5 февраля 2010 г. № 146 "О Военной доктрине Российской Федерации».
8. Защита в кризисных ситуациях / под общей редакцией Ю.Л. Воробьева – М.: ИПЦ «Святогор», 2006.
9. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ. ред. А.Т Смирнова – М. : Просвещение, 2012.
10. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ. ред. А.Т Смирнова – М. : Просвещение, 2012.
11. Справочник неотложной помощи / А.В. Фишкин. – М.: Изд. «Экзамен», 2007.
12. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / [А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов]; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2007.
13. Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
14. 100 вопросов — 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: Сборник. – М., 2006.
15. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

16. Программа для общеобразовательных учреждений по ОБЖ / под ред. А.Т.Смирнова – Москва., «Просвещение», 2011.
17. Учебник сержанта мотострелковых войск. М.Воениздат, 2003.
18. Общая тактика. В.Н.Зарицкий, Л.А.Харкевич. Тамбов, изд.ТГТУ, 2007.
19. Военная топография. М. Воениздат, 2005.
20. Общевоинские уставы Вооружённых сил Российской Федерации. Ростов-на-Дону, «Феникс», 2009.

#### **Дополнительные источники:**

1. Энциклопедия «Гражданская защита» под общей редакцией С.К.Шойгу Москва, 2007г.
2. **Сборник материалов межрегиональной научно-практической конференции «Роль педагога в духовно-нравственном воспитании молодежи». Тамбов: ТОГОАУ ДПО ТОИПКРО, 2010.**

#### **Интернет-ресурсы:**

Сайты с нормативными документами по образованию и методическими материалами:

- <http://www.school.edu.ru> – Российский общеобразовательный портал;
- <http://www.ed.gov.ru> – Федеральное агентство по образованию РФ Министерства образования и науки РФ;
- <http://www.edu.ru> – Федеральный сайт Российского образования;
- <http://www.edu.km.ru> – Образовательные проекты;
- <http://www.ict.edu.ru> – Информационно-коммуникационные технологии в образовании;
- <http://www.festival.1september.ru> – Сайт педагогических идей «Открытый урок»;
- <http://www.vestniknews.ru> – Журнал «Вестник образования России»;
- <http://www.fio.ru> – Сайт Федерации Интернет-образования России;
- <http://www.sputnik.mto.ru> – Спутниковый канал единой образовательной информационной среды;
- <http://www.eurekanet.ru> – Инновационная образовательная сеть;
- <http://www.mediaeducation.ru> – Лаборатория ТСО и медиаобразования института содержания и методов образования РАО;
- <http://www.pedlib.ru> – Сайт педагогической библиотеки;
- <http://www.profile-edu.ru> – Профильное обучение в старшей школе;
- <http://www.int-edu.ru> – Каталог образовательных ресурсов, методические материалы.
- <http://www.scienceport.ru> Сайт «Наука и образование против террора».
- <http://www.truenet.info> Сайт «Молодежь за чистый интернет».

- <http://www.inter-da.ru> Сайт «Молодежь за честный интернет».
- <http://www.terrorunet.ru> Сайт «Терроризм – чума XX века».

### **Ссылки на образовательные ресурсы Интернета по основам безопасности жизнедеятельности:**

- [http://www.school.edu.ru/catalog.asp?cat\\_ob\\_no=108&pg=1](http://www.school.edu.ru/catalog.asp?cat_ob_no=108&pg=1) – Каталог ресурсов по ОБЖ Российского общеобразовательного портала;
- <http://www.znakcomplect.ru/top/out.php?id=65> – Инструкции, учебные фильмы, иллюстрированные инструктажи, видеоинструктажи, тематические стенды и плакаты по охране труда, безопасности дорожного движения, технике безопасности, безопасности жизнедеятельности;
- <http://www.school-obz.org> – Основы безопасности жизнедеятельности, информационно-методическое издание для преподавателей МЧС России;
- <http://www.alleng.ru/edu/saf.htm> - Методические материалы, тесты, билеты, книги и учебные пособия по ОБЖ;
- [http://www.window.edu.ru/window/catalog?p\\_rubr=2.1.15](http://www.window.edu.ru/window/catalog?p_rubr=2.1.15) – Каталог по основам безопасности жизнедеятельности единого окна доступа к образовательным ресурсам;
- <http://www.obzh.info> – Личная безопасность в различных условиях;
- <http://www.garant.ru/prime/20070719/6232673.htm> - Методические рекомендации по организации образовательного процесса в общеобразовательных учреждениях по курсу ОБЖ;
- <http://www.school-collection.edu.ru/catalog/res/> - Библиотека электронных наглядных пособий по ОБЖ для 5-11 классов;
- <http://www.edu-navigator.ru/cat/11500/1> - Каталог ресурсов по ОБЖ;
- <http://www.znakcomplect.ru/school/school7.php> - Охрана труда в образовании;
- <http://www.uroki.net/dokobgd/htm> – Для учителя ОБЖД материалы к урокам, сценарии внеклассных мероприятий, документы;
- [http://www.4students.ru/search.asp?id\\_subject=20](http://www.4students.ru/search.asp?id_subject=20) – Рефераты по безопасности жизнедеятельности;
- <http://www.russmag.ru/pgroup.php?id=2> – Материалы журнала «Основы безопасности жизни»;
- <http://www.warning.dp.ua> – Справочник по безопасности, пособие по выживанию, поведение в экстремальных ситуациях;
- [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=21983&tmpl=com](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=21983&tmpl=com) – Сообщество учителей безопасности жизнедеятельности;
- <http://www.shkolazhizni.ru/tag> - Школа жизни. Материалы по безопасности, стихийным бедствиям и чрезвычайным ситуациям;
- <http://www.school.holm.ru/predmet/obg> - Ссылки по учебным предметам: ОБЖ;
- <http://www.examens.ru/otvet/3> - Ответы на экзаменационные вопросы по ОБЖ.