

**Тамбовское областное государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение «Тамбовский бизнес-колледж»**

Предметно-цикловая комиссия юридических и гуманитарных дисциплин

Утверждаю
Директор ТОГАПОУ
«Тамбовский бизнес-колледж»

Н.В. Астахова
приказ №59 от 28.08.2023г.

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
для профессий и специальностей среднего
профессионального образования

Тамбов 2023

ОДОБРЕНА

Предметной цикловой комиссией юридических и гуманитарных дисциплин

Протокол № 1

от «29» августа 2023г.

Программа разработана в соответствии с «Рекомендациями 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»

Председатель Предметной цикловой комиссии

_____ Махрачев С.Ф.

Заместитель директора по УМР

_____ Гарницкая И.Д.

Составитель (автор):

Гришин Л.И., преподаватель ТОГАПОУ «Тамбовский бизнес-колледж»

Рецензент:

Штах О.В., Директор АНО

«Академический правовой центр»

Аннотация
ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Цели и задачи учебной дисциплины:

Основная цель дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» - вооружить будущих выпускников средних специальных учебных заведений теоретическими знаниями и практическими умениями.

Задачи дисциплины:

Изучение данной учебной дисциплины направлено на достижение общеобразовательных, воспитательных и практических задач, на дальнейшее развитие личностных способностей и дальнейшего профессионального роста выпускника-будущего специалиста.

Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина относится к циклу профессиональных дисциплин.

Программа разработана в соответствии с «Рекомендациями 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»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Примерная 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 **68** аудиторных 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.

ПРИМЕРНОЕ 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 Наркотики 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 I11. Основы военной службы

6. 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 воинослужащими-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.

ПРИМЕРНЫЙ 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 — 68 часов, из них аудиторная (обязательная) учебная нагрузка обучающихся, включая практические занятия, — 68 часов;

ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Вид учебной работы	Количество часов		
	Виды профессионального обучения		
	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа
Аудиторные занятия. Содержания обучения			
Раздел 1 Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях			
Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода.	2	-	-
Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде	-	2	2
Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.	-	2	2
Правила личной безопасности при угрозе террористического акта	2	-	2
ЧС природного характера, их возникновения и возможные последствия	2	-	2
Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера	-	2	2
ЧС техногенного характера, причины их возникновения	2	-	2
Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условия ЧС техногенного характера	-	2	2
Военная угроза национальной безопасности России	2	-	2

Характер современных войн и вооруженных конфликтов	-	2	2
Международный терроризм- угроза национальной безопасности России	-	2	2
Виды террористических актов, их цели и способы осуществления	-	2	2
Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни			
ЗОЖ. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	-	2	2
Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек	-	2	2
Инфекции, передаваемые половым путем. СПИД и его профилактика . Меры профилактики	-	2	2
Семья в современном обществе	-	2	2
Итого за первый семестр	10	22	-
Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте, остановке сердца, при ранениях	2	-	2
Правила дорожного движения – закон улиц и дорог. Сигналы регулировщика. Сигналы, подаваемые водителями транспортных средств. Группы дорожных знаков	-	2	2

Раздел 111 Основы военной службы			
Войны в истории человечества и России. Военная служба - особый вид государственной службы. Исполнение обязанностей военной службы	2	-	2
Организации обороны РФ. Исполнение обязанностей военной службы.	-	2	2

Организация воинского учета и его предназначение. Освидетельствование граждан при первоначальной постановке на учет	2	-	2
Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе	2	-	2
Психологическая квалификация воинских должностей	2	-	2
Организация призыва на военную службу. Ответственность граждан по вопросам призыва	2	-	2
Общевойсковые уставы вооруженных сил РФ. Войсковые и корабельные звания и их подразделения.	2	-	2
Прохождение службы военнослужащими-женщинами. Увольнение с военной службы. Правовые основы военной службы	-	2	2
Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России	2	-	2
Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по контракту	-	2	2
Права и ответственность военнослужащих	2	-	2
Строевая подготовка	-	2	2
Сборка и разборка АКМ	-	4	4
Как стать офицером Российской Армии	2	-	2
Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте, остановке сердца, при ранениях	2	-	2
Итого за второй семестр	22	14	-
Итого	68	68	-
Внеаудиторная самостоятельная работа			
Подготовка докладов, рефератов, индивидуального проекта с использованием информационных технологий, экскурсии и др.	-	-	-

Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета			
Всего	68	68	-

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 – 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 – 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 – 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 – 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.