

**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			
<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	-	-
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
<b>Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>			
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
<b>Итого за первый семестр</b>	<b>10</b>	<b>22</b>	<b>-</b>
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

<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
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
<b>Итого за второй семестр</b>	<b>22</b>	<b>14</b>	<b>-</b>
<b>Итого</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>-</b>
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](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.