

Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Анжеро-Судженский политехнический колледж»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГПОУ АСПК

Д.Ф. Ахмерова

30 » июня 2021г.

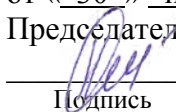


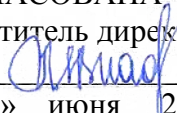
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины УД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности
код, специальность 20.02.04 Пожарная безопасность
курс 1 № групп 511,521
форма обучения очная

Анжеро-Судженск 2021

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями ФГОС СОО и ФГОС СПО специальности 20.02.04 Пожарная безопасность

РАССМОТРЕНА
на заседании МК 19.02.01, 20.02.01, 20.02.04
Протокол № 9
от « 30 » июня 2021 г.
Председатель МК
 /Н.С. Булдина
Подпись

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора по УР
 Н.В. Михеева
« 30 » июня 2021 г.

Разработчик: Федорова Оксана Борисовна, преподаватель безопасности жизнедеятельности ГПОУ «Анжеро-Судженский политехнический колледж»

Рецензент: Белоусова Наталья Владимировна, преподаватель основ безопасности жизнедеятельности, Анжеро-Судженский филиал Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Кузбасский медицинский колледж»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

УД. 07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа УД.07 Основы безопасности жизнедеятельности является частью ППССЗ. Программа разработана с учетом требований ФГОС СОО, ФГОС СПО специальности 20.02.04 Пожарная безопасность

Рабочая программа учебной дисциплины предназначена для изучения курса основ безопасности жизнедеятельности с целью реализации образовательной программы среднего общего образования на базе основного общего образования по ППССЗ .

Рабочая программа может быть использована другими профессиональными образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППССЗ на базе основного общего образования.

1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ

УД.07 Основы безопасности жизнедеятельности является дисциплиной обязательной предметной области физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности ФГОС СОО. Изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ППССЗ на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, входит в состав общих общеобразовательных учебных дисциплин формируемых из обязательных предметных областей ФГОС СОО для специальностей СПО технологического профиля профессионального образования, предлагаемых профессиональной образовательной организацией.

1.3. Цель и задачи освоения дисциплины:

Цель программы – освоение обучающимися содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» и достижение результатов ее изучения в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования. Содержание программы направлено на решение следующих задач:

- сформировать навыки здорового, безопасного образа жизни,
- понимание обучающимися рисков и угроз современного мира;
- развить навыки оказания первой помощи пострадавшим;
- обеспечить знание правил и овладение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
- совершенствовать умение сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- сформировать умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

- максимальная учебная нагрузка обучающегося 106 часов, в том числе:
- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 64 часов;
- самостоятельная работа обучающегося 42 часов;

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Содержание УД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности направлено на развитие универсальных учебных действий, формирование личностных, метапредметных и предметных результатов ФГОС СОО, а также общих компетенций ФГОС СПО 20.02.04 Пожарная безопасность

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, людьми, находящимися в зонах пожара.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

Результаты освоения УД 07 Основы безопасности жизнедеятельности в соответствии с ФГОС СОО	Общие компетенции ФГОС СПО
<p>личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважения государственных символов (герб, флаг, гимн); – сформированность гражданской позиции как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности; – готовность к служению Отечеству, его защите; – сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; -готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности; – толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям; – навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебноисследовательской, проектной и других видах деятельности; – нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей; 	<p>ОК 2, ОК 3, ОК 8</p> <p>ОК 2, ОК 6, ОК 8, ОК 9</p> <p>ОК 5, ОК 6, ОК 9</p> <p>ОК 1, ОК 2, ОК 4, ОК 6</p> <p>ОК 3, ОК 6, ОК 8</p>

<ul style="list-style-type: none"> – принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя и наркотиков; – бережное, ответственное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь; – ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни 	
<p>метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях; – умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты; – владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания; – готовность и способность к самостоятельной информационнопознавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников; – умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей 	<p>ОК 1, ОК 2, ОК 4, ОК 5</p> <p>ОК 4, ОК 5, ОК 6</p> <p>ОК 2, ОК 3 ОК 8</p> <p>ОК 2, ОК 4, ОК 5</p> <p>ОК 2, ОК 4, ОК 8</p>
<p>предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -формированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; – знание основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз; – сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; – сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; – знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; – знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека; 	<p>ОК 1, ОК 2 ОК 4</p> <p>ОК 2, ОК 4</p> <p>ОК 2, ОК 4, ОК 5</p> <p>ОК 1., ОК 2., ОК 4.</p> <p>ОК 2, ОК 4 ОК 6</p>

<ul style="list-style-type: none"> – знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; – умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники; – умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; – знание основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки; – знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе; – владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике 	<p>ОК 2, ОК 4, ОК 5</p> <p>ОК 2, ОК 4</p> <p>ОК 6, ОК 8</p> <p>ОК 2, ОК 4,</p> <p>ОК 2, ОК 4</p> <p>ОК 2, ОК 5, ОК 6</p> <p>ОК 1, ОК 5, ОК 6</p>
--	--

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	106
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	64
в том числе:	
теоретическое обучение	44
практические занятия	20
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	42
в том числе:	
самостоятельная работа над индивидуальным проектом	8
Составление рефератов, мультимедийных презентаций, информационный поиск информации, подготовка сообщений.	34
Промежуточная аттестация в форме: <i>дифференцированного зачета</i>	

Тематический план и содержание УД 07 Основы безопасности жизнедеятельности, в том числе с учетом рабочей программы воспитания

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1	Основы комплексной безопасности	18	
Тема № 1. Введение в дисциплину.	Содержание учебного материала		ОК 1, ОК 2, ОК 3 ОК 4, ОК 5, ОК 6 ОК 8
	Актуальность дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности». Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения и понятия.	4	
	Практическая работа № 1 «Безопасность и защита человека в среде обитания»	2	
	Самостоятельная работа: Информационный поиск	4	
Тема № 2 Дорожная безопасность.	Содержание учебного материала	2	ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5
	Основные причины дорожно-транспортного травматизма. Роль «человеческого фактора» в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Правила поведения в общественном транспорте. Знаки безопасности, сигнальная разметка.		
	Практическая работа № 2 «Правила безопасности дорожного движения (для пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств)»	2	ОК 1, ОК 2, ОК 3
	Самостоятельная работа написание реферата	4	ОК 8
Раздел 2	Защита населения РФ от опасных и чрезвычайных ситуаций	26	
Тема № 3 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного	Содержание учебного материала		ОК 2, ОК 3, ОК 4
	Опасные и чрезвычайные ситуации: общая характеристика и классификация. Чрезвычайные ситуации природного характера. Метеорологические, геологические, геофизические, гидрологические, биологические ситуации, природные пожары. Чрезвычайные ситуации	4	

и техногенного характера.	техногенного характера. Аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое заражение местности, внезапное обрушение зданий и сооружений, пожары и взрывы.		
	Практическая работа № 3 «Модели поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций»	2	ОК 4, ОК 5, ОК 6
	Самостоятельная работа: подготовка сообщения	2	
Тема № 4 Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	Термины оповещение, информирование, эвакуация. Цели организации оповещения населения. Технические средства, используемые для оповещения населения. Порядок оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Эвакуация. Деление населения на группы при эвакуации. Виды эвакуации.	4	ОК 1, ОК 2, ОК 3
	Самостоятельная работа: разработка мультимедийной презентации	4	ОК 8
Тема № 5 Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты.	Защитные сооружения. Виды защитных сооружений. Противорадиационные укрытия (ПРУ). Устройство ПРУ. Средства индивидуальной защиты: индивидуальные средства защиты органов дыхания (СИЗОД) и средства защиты кожи (СЗК). Аптечка индивидуальная АИ – 2.	2	ОК 1, ОК 2, ОК 4, ОК 5
	Практическая работа № 4 «Средства индивидуальной защиты. Подбор размера противогаза ГП-5, отработка навыков пользования противогазом.	2	ОК 4, ОК 5, ОК 6
	Самостоятельная работа: разработка мультимедийной презентации	4	ОК 8
Тема № 6 Гражданская оборона – составная часть оборотоспособности страны.	Понятия гражданская оборона. Этапы создания гражданской обороны в СССР и в мире. Задачи гражданской обороны. Гражданская оборона – составная часть системы национальной безопасности и обороноспособности страны. Свои функции гражданская оборона РФ наиболее полно осуществлять вместе с Вооруженными Силами РФ. Одна из существенных задач гражданской обороны- проведение аварийно-спасательных работ в случае возникновения опасностей для населения при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также вследствие чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2	ОК 2, ОК 4, ОК 6
Раздел 3	Основы комплексной безопасности	10	
Тема № 7	Правила личной безопасности при пожаре. Обеспечение личной безопасности	4	ОК 3, ОК 4,

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	на водоемах. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых условиях.		ОК 5
	Практическая работа № 5 «Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях»	2	ОК 4, ОК 5, ОК 6
	Самостоятельная работа: разработка буклета	4	
Раздел 4 Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации и		6	
Тема № 8 Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия.	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 5, ОК 6
	Общие понятия терроризма. История происхождения термина. Наказание за совершение терроризма. Виды терроризма. Этапы подготовки террористической деятельности. Особенности современной террористической деятельности на территории России. Самый крупный террористический акт в новейшей истории. Террористы против детей (Северная Осетия, школа № 1)		
	Практическая работа № 6 «Уровни террористической опасности. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней опасности»	2	ОК 3, ОК 5, ОК 6
Раздел 5 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни		28	
Тема № 9 Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	2	ОК 3, ОК 5
	Основные понятия о здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Профилактика утомления.		
	Самостоятельная работа: разработка мультимедийной презентации	4	ОК 8
Тема № 10 Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	Содержание учебного материала	2	ОК 1, ОК 2, ОК 4
	Курение, употребление алкоголя и наркотиков считаются вредными привычками, но это заболевание и зависимость. Профилактика наркомании – это прежде всего исключение первого употребления наркотического вещества. Если первая проба состоялась, то надо думать уже не о профилактике, а о серьезном лечении. Для тех, кто осознал что принятие наркотика несовместимо со здоровьем человека, еще раз повторим, что самая главная опасность стать наркоманом кроется в желании (из глупого любопытства, за компанию или по другой причине) первый раз попробовать наркотик.		
	Практическая работа № 7 «Методика расчета суточного расхода энергии с учетом данных хронометража различных видов работы в течение рабочего дня»	2	ОК 3, ОК 4
	Практическая работа № 8 «Индивидуальная модель здорового образа жизни»	2	ОК 4, ОК 5,

			ОК 6
Тема № 11 Основные правила оказания первой помощи.	Содержание учебного материала	2	ОК 4, ОК 6
	Существуют определенная последовательность действий при оказании помощи. Снимать одежду с пострадавшего начинают с не травмированной стороны. Для оказания помощи пострадавшему в его одежде прорезают окно.		
Тема № 12 Первая помощь при ранениях	Содержание учебного материала	4	ОК 1, ОК 4, ОК 5
	Любое ранение сопровождается кровотечением. При обработке раны кровотечение необходимо обязательно остановить. Руки человека, оказывающего помощь получившему ранение, должны быть стерильны. Для этого необходимо вымыть руки теплой водой с мылом или обработать их спиртом. При оказании первой помощи раненым существует определенная последовательность, которую необходимо соблюдать.		
	Самостоятельная работа: Выполнение кейс-задания	4	ОК 8
Тема № 13 Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.	Содержание учебного материала	4	ОК 2, ОК 3, ОК 5
	Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата направлена на уменьшение боли и предотвращение дальнейших повреждений. Травмы опорно-двигательного аппарата имеют четыре основных вида. Лед рекомендуется прикладывать при любой травме, за исключением открытого перелома. Действия первой помощи при всех травмах опорно-двигательного аппарата схожи. Поврежденной части тела пострадавшего нужно создать неподвижность. При отсутствии стандартных шин пользуются импровизированными. Способ переноски пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение зависит от нескольких факторов, которые необходимо знать каждому.		
	Практическая работа № 9 «Первая помощь при остановке сердца»	2	
Раздел 6	Основы обороны государства. Основы военной службы	10	
Тема № 14 Состав Вооруженных сил Российской Федерации. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.	Содержание учебного материала	2	ОК 2, ОК 3, ОК 6
	Вооруженные силы РФ составляют ядро военной организации государства. Свои задачи Вооруженные Силы РФ выполняют в определенной организованной структуре, включающей виды и роды войск. Вооруженные Силы РФ, оснащенные современным вооружением и военной техникой, способны создавать в случае войны мощную оборону на суше, в воздухе и на море. Президент РФ является Верховным главнокомандующим Вооруженными силами РФ.		
	Самостоятельная работа: подготовка доклада	4	ОК 8

Тема № 15 Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.	Содержание учебного материала	2	ОК 1, ОК 2, ОК 5, ОК 6
	Каждый военнослужащий Вооружённых сил РФ должен быть патриотом своего Отечества. Понимание военнослужащими своего воинского долга и ответственности за защиту Родины проявляется в активном и добросовестном ратном труде, готовности преодолевать любые трудности и тяготы военной службы. Военная служба – эффективное средство нравственного воспитания граждан, приобретение личной ответственности за защиту Отечества. Военная служба способствует формированию личности гражданина и патриота.		
	Практическая работа № 10 Итоговое контрольное тестирование»	2	ОК 1, ОК 2, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 8
Примерная тематика индивидуального проекта			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Правила поведения в быту для повышения личной безопасности при пользования различными бытовыми приборами в повседневной жизни. 2. План поведения в чрезвычайной ситуации природного характера. 3. Сам себе я помогу, я здоровье сберегу. 4. Спорт в моём городе. 5. Учимся управлять эмоциями. 6. Умение держать себя в руках во время стрессовой ситуации. 7. Человек и стихия. 8. Определение качества воды в домашних условиях 9. Приготовление и использование растительных отваров и настоев 10. Подбор упражнения для предупреждения дальновзоркости и близорукости 11. Зрительная память и способы ее исследования 12. Чай или кофе? 13. Ароматизаторы, красители и консерванты в продуктах питания 14. Газированные напитки в жизни подростка (польза или вред) 15. Как определить качество меда 16. Аллергия - что это такое? 17. Оценка состояния здоровья подростков. 			
Работа обучающихся над индивидуальным проектом		8	
Всего:		106	

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Материально-техническое обеспечение реализации программы

Для реализации программы УД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности имеется учебный кабинет основы безопасности жизнедеятельности. Помещение кабинета удовлетворяет требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;

Учебно-методические средства обучения:

Учебно-методический комплекс по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»;

- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов выдающихся деятелей в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др., средства индивидуальной и коллективной защиты);

Технические средства обучения

При необходимости занятия проводятся в мультимедийной аудитории, компьютерном классе, где установлены компьютеры с лицензионным программным обеспечением, интерактивная доска, мультимедийный проектор.

4.2. Информационное обеспечение реализации программы

4.2.1 Основные источники

1. Ким, С.В., Горский, В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: 10-11 класс, учебник базовый уровень ФГОС/С.В. Ким, В.А. Горский.-2 е изд., стереотип.-Москва: Вентана-Граф, 2021.-400 с.- (Российский учебник).-ISBN: 978-5-360-11394-2

2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности, 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений, базовые и профильные уровни / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. - 5-е изд., перераб.- Москва: Просвещение, 2021.—351 с. — (Академический школьный учебник). — ISBN 9785090723336

4.2.2 Дополнительные источники

Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 639 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13550-3. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476255>

2.3 Интернет – ресурс

.Официальный сайт МЧС России Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий: сайт.-Москва,-2021.-URL: <https://www.mchs.gov.ru/>