

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Гимназия иностранных языков» г.Ухты**

Рассмотрена на заседании НМО учителей естественно-математического цикла предметов, протокол от 28 августа 2013 г. № 1	Утверждена приказом МОУ «ГИЯ» от 29 августа 2013г. № 01-11/248
--	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

среднее общее образование

срок реализации программы – 2 года

Разработана
преподавателем-организатором ОБЖ
Иевлевым Е.Н.

г. Ухта
2013 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету "Основы безопасности жизнедеятельности" составлена в соответствии с Федеральным компонентом государственного стандарта общего образования по ОБЖ (утвержден приказом Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 №1089) с изменениями (Приказом Минобрнауки России от 10.11.2011 N 2643, от 19.10.2009 N 427), с учётом авторской программы для общеобразовательных учреждений под редакцией А.Т. Смирнова, М.:Просвещение, 2010.

Изучение ОБЖ на базовом уровне среднего общего образования направлено 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 и социального характера; развитие потребности соблюдать нормы здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- *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.

В ходе изучения предмета учащиеся получают знания о здоровом образе жизни, о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения. Большое значение придается также формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, привитию навыков по оказанию первой медицинской помощи пострадавшим.

В программе реализованы требования Конституции РФ и федеральных законов РФ «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О пожарной безопасности», «Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан», Концепции национальной безопасности РФ.

Учебный план гимназии предусматривает изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»:

в 10 классе – 1 н/ч, 36 часов в год, в том числе практических работ- 4, контрольных работ- 3;

в 11 класс – 1н/ч, 34 часа в год, в том числе практических работ- 5 , контрольных работ-3.

На основании ст.10 Закона РФ «О воинской обязанности и военной службе», приказа Министерства обороны РФ и Министерства образования и науки РФ от

24.02.2010 г. № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан РФ начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования» изучение курса «Основы безопасности жизнедеятельности» заканчивается проведением сборов по основам военной службы для учащихся 10-х классов (юношей). Сборы проводятся в конце мая, продолжительностью 5 дней, 35 часов.

С целью формирования гражданина Республики Коми, в программу включен НРК, который составляет 10% от количества учебных часов в каждом классе. Дидактические единицы НРК отражены в содержании соответствующего раздела учебного материала (*выделены курсивом*).

Максимально раскрыть интеллектуальный и творческий потенциал учащихся, стимулировать проявление ими активности и изобретательности, развить их эмоциональное восприятие позволяет многообразие форм занятий: лекции, семинары, практические работы, инструктирование, уроки-исследования, тестирование. Иногда эти занятия носят комбинированный характер, что позволяет чередовать виды деятельности учащихся. Спецификой учебного материала объясняется преобладание практических занятий, на ряде уроков новые теоретические знания отрабатываются на практике через практическую работу.

Гимназический компонент обеспечивается развитием ОУУН через использование технологий развивающего обучения. Курс реализуется с помощью современных педтехнологий, обеспечивающих сознательное и прочное усвоение учащимися материала и позволяющих воспитывать и развивать навыки творческой работы, умение фиксировать и обобщать изучаемые и исследуемые материалы. Это технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (игровые технологии, проблемное обучение), технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса (технология уровневой дифференциации, технология групповой деятельности) и технология применения и информационно-коммуникационных средств в предметном обучении.

Результаты обучения по данной учебной программе отслеживаются с помощью следующих форм контроля: устный ответ, тестирование, контрольная работа, практическая работа, реферат, доклад к презентации.

Программа реализуется по УМК:

1. В.В. Марков, С.Н.Вангородский и др. «Основы безопасности жизнедеятельности» учебник для 10 класса, М: Дрофа, 2011 г.
2. В.В. Марков, С.Н.Вангородский и др. «Основы безопасности жизнедеятельности» учебник для 11 класса, М: Дрофа, 2012 г.

Выбор данного учебно-методического комплекта для реализации рабочей учебной программы, обосновывается соответствием уровню государственного стандарта физического образования, преемственность целей образования на различных ступенях и уровнях обучения, логикой внутрипредметных связей, а так же возрастными особенностями развития учащихся.

Тематическое планирование

Год обучения – 1

Класс –10

всего часов- 36

практические работы-4

контрольные работы-4

НРК-4

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов	В т.ч. практические занятия
1.	Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.	31	4
1.1.	Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.	11	
1.2.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	4	
1.3.	Государственная система обеспечения безопасности населения.	5	
1.4.	Гражданская оборона.	10	
2.	Раздел 2. Основы военной службы.	5	
	Вооружённые силы РФ – защитники нашего Отечества.	5	

Год обучения – 2

Класс –11

всего часов- 34

практические работы-5

контрольные работы-4

НРК-3

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов	В т.ч. практические занятия
1	Раздел 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	14	5
1.1.	Основы здорового образа жизни.	4	
1.2.	ОМЗ и правила оказания первой медицинской.	10	
2.	Раздел 2. Основы военной службы.	20	
2.1	Воинская обязанность.	6	
2.2	Особенности военной службы.	5	
2.3	Военнослужащий - защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина ВС РФ.	4	
2.4	Символы воинской чести. Боевые традиции Вооружённых Сил	5	

Содержание программы по ОБЖ

Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.

Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. **БЕРЕМЕННОСТЬ И ГИГИЕНА БЕРЕМЕННОСТИ. УХОД ЗА МЛАДЕНЦЕМ.**

Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).

Государственная система обеспечения безопасности населения

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ КОНЦЕПЦИИ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера. *Правила поведения человека в лесах тайги РК.*

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).

Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий. *ГО и ЧС г.Ухты.*

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.

Основы обороны государства и воинская обязанность

Защита Отечества - долг и обязанность граждан России. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.

Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны государства. **ИСТОРИЯ СОЗДАНИЯ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ.** Виды Вооруженных Сил. Рода войск.

Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Призыв на военную службу. *Процедура призыва на военную службу в РК.*

Общие обязанности и права военнослужащих.

Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту. Альтернативная гражданская служба.

Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ, ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ

ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ДЛЯ СЛУЖБЫ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

Перечень обязательных практических и контрольных работ по ОБЖ

Год обучения -1, класс-10

Практические работы:

№1. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования

№2. Правила безопасного поведения в условиях в ситуациях криминогенного характера

№3. Правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, социального и техногенного характера

№4. Современные средства поражения и их поражающие факторы

Контрольные работы

№1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. Меры безопасности при угрозе теракта.

№2. Основные инфекционные заболевания . Значение двигательной активности здорового человека

№3. Вооружённые силы РФ – защитники нашего Отечества. Боевые традиции. Вооружённые силы России.

Годовая контрольная работа

Год обучения -2, класс-11

Практические работы:

№1. Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях

№2. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата и их профилактика

№3. Первая медицинская помощь при черепно - мозговой травме и повреждениях позвоночника, травмах груди, живота и области таза

№4. Первая медицинская помощь при попадании в полость носа, глотку, пищевода, верхние дыхательные пути инородных тел

№5. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте, остановке сердца.

Контрольные работы:

№1. Основы здорового образа жизни

№2. Военская обязанность

№3. Основы воинской службы

Требования к уровню подготовки выпускников по ОБЖ

Общие учебные умения, навыки и способы деятельности

В результате освоения содержания среднего общего образования учащийся получает возможность совершенствовать и расширить круг общих учебных умений, навыков и способов деятельности. Овладение общими умениями, навыками, способами деятельности как существенными элементами культуры является необходимым условием развития и социализации учащихся.

Познавательная деятельность

Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата). Использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа. Исследование несложных реальных связей и зависимостей. Определение сущностных характеристик изучаемого объекта; самостоятельный выбор критериев для сравнения, сопоставления, оценки и классификации объектов.

Участие в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работы: выдвижение гипотез, осуществление их проверки, владение приемами исследовательской деятельности, элементарными умениями прогноза (умение отвечать на вопрос: "Что произойдет, если..."). Самостоятельное создание алгоритмов познавательной деятельности для решения задач творческого и поискового характера. Формулирование полученных результатов.

Создание собственных произведений, идеальных и реальных моделей объектов, процессов, явлений, в том числе с использованием мультимедийных технологий, реализация оригинального замысла, использование разнообразных (в том числе художественных) средств, умение импровизировать.

Информационно-коммуникативная деятельность

Поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа, в том числе поиск информации, связанной с профессиональным образованием и профессиональной деятельностью, вакансиями на рынке труда и работой служб занятости населения. Извлечение необходимой информации из источников, созданных в различных знаковых системах (текст, таблица, график, диаграмма, аудиовизуальный ряд и др.), отделение основной информации от второстепенной, критическое оценивание достоверности полученной информации, передача содержания информации адекватно поставленной цели (сжато, полно, выборочно). Перевод информации из одной знаковой системы в другую (из текста в таблицу, из аудиовизуального ряда в текст и др.), выбор знаковых систем адекватно познавательной и коммуникативной ситуации. Умение развернуто обосновывать суждения, давать определения, приводить доказательства (в том числе от противного). Объяснение изученных положений на самостоятельно подобранных конкретных примерах.

Выбор вида чтения в соответствии с поставленной целью (ознакомительное, просмотровое, поисковое и др.). Свободная работа с текстами художественного, публицистического и официально-делового стилей, понимание их специфики; адекватное восприятие языка средств массовой информации. Владение навыками редактирования текста, создания собственного текста.

Использование мультимедийных ресурсов и компьютерных технологий для обработки, передачи, систематизации информации, создания баз данных, презентации

результатов познавательной и практической деятельности.

Владение основными видами публичных выступлений (высказывание, монолог, дискуссия, полемика), следование этическим нормам и правилам ведения диалога (диспута).

Рефлексивная деятельность

Понимание ценности образования как средства развития культуры личности. Объективное оценивание своих учебных достижений, поведения, черт своей личности; учет мнения других людей при определении собственной позиции и самооценке. Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности.

Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности: постановка общей цели и определение средств ее достижения, конструктивное восприятие иных мнений и идей, учет индивидуальности партнеров по деятельности, объективное определение своего вклада в общий результат.

Оценивание и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и в повседневной жизни экологических требований.

Осознание своей национальной, социальной, конфессиональной принадлежности. Определение собственного отношения к явлениям современной жизни. Умение отстаивать свою гражданскую позицию, формулировать свои мировоззренческие взгляды. Осуществление осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессиональной деятельности.

В результате изучения ОБЖ на базовом уровне ученик должен:

знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- владеть навыками в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и

повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков обучения ОБЖ

Оценка устных ответов учащихся:

Оценка «5» ставится в том случае, если учащийся:

- обнаруживает верное понимание сущности рассматриваемого вопроса, дает точное определение и истолкование основных понятий, законов и теорий;
- строит ответ по собственному плану, сопровождает рассказ новыми примерами, умеет применять знания в новой ситуации при выполнении практических заданий;
- может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

Оценка «4» ставится, если ответ удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку «5», но учащийся не использует собственный план ответа, новые примеры, не применяет знаний в новой ситуации, не использует связи с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов.

Оценка «3» ставится, если большая часть ответа удовлетворяет требованиям к ответу на оценку «4», но в ответах обнаруживаются отдельные пробелы, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; учащиеся умеют применять полученные знания.

Оценка «2» ставится в том случае, если учащийся не овладел с основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы; не может ответить ни на один из поставленных вопросов.

Оценка письменных контрольных работ:

Оценка «5» ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочетов.

Оценка «4» ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов.

Оценка «3» ставится, если ученик правильно выполнил не менее $\frac{2}{3}$ всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой ошибки и одной негрубой ошибки, но более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

Оценка «2» ставится, если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки «3» или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Оценка практических работ:

Оценка «5» ставится в том случае, если учащийся:

- выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности проведения;
- самостоятельно и рационально смонтировал необходимое оборудование, всю работу провел в условиях обеспечивающих получение правильных результатов;
- соблюдения требований безопасности:
 - в отчете правильно и аккуратно выполнил все записи.

Оценка «4» ставится в том случае, если были выполнены требования к оценке «5», но учащийся допустил недочеты или негрубые ошибки.

Оценка «3» ставится, если результат выполнения части таков, что позволяет получить правильные выводы, но в ходе проведения работы были допущены ошибки.

Оценка «2» ставится, если результат работы не позволяет сделать правильных результатов. Во всех случаях оценка снижается, если ученик не соблюдал требования правил безопасности.

Оценка тестовых заданий.

Оценка «5» ставится в том случае, если были выполнены от 90% до 100% работы;

Оценка «4» ставится в том случае, если были выполнены от 70% до 89% работы;

Оценка «3» ставится в том случае, если были выполнены от 50% до 69 %работы;

Оценка «2» ставится в том случае, если выполнено менее 50%.

Критерии при оценивании учебного реферата

Критерии	Показатели
1. Новизна реферированного текста Макс. - 20 баллов	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы Макс. - 30 баллов	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.
3. Обоснованность выбора источников Макс. - 20 баллов	- круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).
4. Соблюдение требований к оформлению Макс. - 15 баллов	- правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев.
5. Грамотность Макс. - 15 баллов	- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; - литературный стиль.

Оценивание реферата

Реферат оценивается по 100 балльной шкале, балы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

- 86 – 100 баллов – «отлично»;
- 70 – 75 баллов – «хорошо»;
- 51 – 69 баллов – «удовлетворительно»;
- мене 51 балла – «неудовлетворительно».

Критерии оценки выступления с использованием электронной презентации

Критерий представлен:

полностью – 2 б., частично – 1б., отсутствие – 0б.

№ п/п	Критерий	Баллы (max)
1	Структура	6
1.1	количество слайдов соответствует содержанию и продолжительности выступления (для 7-минутного выступления рекомендуется использовать не более 10 слайдов)	
1.2	наличие титульного слайда	
1.3	оформлены ссылки на все использованные источники	
2	Текст на слайдах	4
2.1	текст на слайде представляет собой опорный конспект (ключевые слова, маркированный или нумерованный список), без полных предложений	
2.2	наиболее важная информация выделяется с помощью цвета, размера, эффектов анимации и т.д.	
3	Наглядность	6
3.1	иллюстрации помогают наиболее полно раскрыть тему, не отвлекают от содержания	
3.2	иллюстрации хорошего качества, с четким изображением	
3.3	используются средства наглядности информации (таблицы, схемы, графики и т. д.)	
4	Дизайн и настройка	8
4.1	оформление слайдов соответствует теме, не препятствует восприятию содержания	
4.2	для всех слайдов презентации используется один и тот же шаблон оформления	
4.3	текст легко читается	
4.5	презентация не перегружена эффектами	
5	Содержание	6
5.1	презентация отражает основные этапы исследования (проблема, цель, гипотеза, ход работы, выводы, ресурсы)	
5.2	содержит ценную, полную, понятную информацию по теме проекта	
5.3	ошибки и опечатки отсутствуют	
6	Требования к выступлению	10
6.1	четкость и доступность изложения материала	
6.2	соответствие содержания теме	
6.3	отсутствие дублирования тексту презентации	
6.4	убедительность	
6.5	культура выступления	
	Итого	40

Перевод баллов в отметку:

37– 40 баллов - «5»

29 – 36 баллов - «4»

21 – 28 баллов - «3»

20 баллов и менее - «2»

Список литературы для учащихся

- 1 В.В. Марков, С.Н.Вангородский и др. «Основы безопасности жизнедеятельности» учебник для 10 класса, М: Дрофа, 2011 г.
2. В.В. Марков, С.Н.Вангородский и др. «Основы безопасности жизнедеятельности» учебник для 11 класса, М: Дрофа, 2012 г.