

Министерство культуры Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Северо-Кавказский государственный институт искусств»

Колледж культуры и искусств



**Рабочая программа  
учебной дисциплины  
ОП.07  
Безопасность жизнедеятельности**

для специальностей

- 54.02.01 Дизайн(по отраслям)
- 53.02.07 Теория музыки
- 53.02.03Инструментальное исполнительство (по видам инструментов)
- 53.02.04 Вокальное искусство
- 53.02.06 Хоровое дирижирование

Нальчик, 2017

Рабочая программа «Безопасность жизнедеятельности» одобрена  
предметно-цикловой комиссией «Общеобразовательные дисциплины»

Протокол № 1

От « 28» августа 2017 г.

Председатель ПЦК «ООД» \_\_\_\_\_/ Прокудина Н.П.

Разработана на основе Федеральных государственных  
образовательных стандартов по специальностям:

54.02.01 Дизайн(по отраслям)

53.02.07 Теория музыки

53.02.03Инструментальное исполнительство (по видам инструментов)

53.02.04 Вокальное искусство

53.02.06 Хоровое дирижирование

Разработчик: преподаватель ККИ СКГИИ Мамбетов Ю.В.

Эксперт: тренер-педагог СДЮСШОР, МС СССР по боксу, майор  
внутренней службы в отставке

\_\_\_\_\_ Амшоков К.Б.

Содержание:

- 1.Цель и задачи дисциплины.
- 2.Требования к уровню освоения содержания дисциплины.
- 3.Объем дисциплины, виды учебной работы и отчетности.
- 4.Содержание дисциплины и требования к формам и содержанию текущего, промежуточного, итогового контроля (программный минимум, зачетно-экзаменационные требования).
- 5.Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.
- 6.Материально-техническое обеспечение дисциплины.
- 7.Методические рекомендации преподавателям.
- 8.Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов.
- 9.Перечень основной учебной литературы.

## **1. Цель и задачи дисциплины.**

Основная цель курса «Безопасность жизнедеятельности» — вооружить выпускника теоретическими знаниями и практическими навыками в области безопасности во всех сферах его деятельности, рассматривая при этом полученное образование как элемент общетехнической культуры специалиста и базис технологий достижения социально обоснованного уровня безопасности.

Достижение поставленной цели в процессе обучения базируется на решении следующего ряда задач:

- разрушение сформировавшегося в обществе стереотипа философско-пренебрежительного отношения к вопросам безопасности ;
- формирование приоритетов здоровья и приемлемого уровня безопасности человека перед всеми другими мнимыми ценностями жизненного благополучия;
- освоение методик идентификации опасностей на основе системного анализа процессов взаимодействия в системах " Человек — Машина — Окружающая среда " с учетом психофизиологических особенностей жизнедеятельности;
- формирование обоснованных подходов к проектированию новой техники и технологических процессов, а также к принятию управленческих решений с учетом современных требований экологии и безопасности;
- овладение методологией прогнозирования и принятия грамотных решений в условиях чрезвычайных ситуаций.

## **2. Требования к уровню усвоения содержания дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих общих и профессиональных компетенций по данным специальностям:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе, эффективно общаться с коллегами, руководством.
- ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

- ПК 1.1. Целостно и грамотно воспринимать и исполнять музыкальные произведения, самостоятельно осваивать сольный, оркестровый и ансамблевый репертуар.
  - ПК 1.2. Осуществлять исполнительскую деятельность и репетиционную работу в условиях концертной организации, в оркестровых и ансамблевых коллективах.
  - ПК 1.3. Осваивать сольный, ансамблевый, оркестровый исполнительский репертуар.
  - ПК 1.4. Выполнять теоретический и исполнительский анализ музыкального произведения, применять базовые теоретические знания в процессе поиска интерпретаторских решений.
  - ПК 1.5. Применять в исполнительской деятельности технические средства звукозаписи, вести репетиционную работу и запись в условиях студии.
  - ПК 1.6. Применять базовые знания по устройству, ремонту и настройке своего инструмента для решения музыкально-исполнительских задач.
  - ПК 1.7. Исполнять обязанности музыкального руководителя творческого коллектива, включающие организацию репетиционной и концертной работы, планирование и анализ результатов деятельности.
  - ПК 1.8. Создавать концертно-тематические программы с учетом специфики восприятия слушателей различных возрастных групп.
- 5.2.2. Педагогическая деятельность.

ПК 2.1. Осуществлять педагогическую и учебно-методическую деятельность в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), общеобразовательных организациях, профессиональных образовательных организациях.

ПК 2.2. Использовать знания в области психологии и педагогики, специальных и музыкально-теоретических дисциплин в преподавательской деятельности.

ПК 2.3. Использовать базовые знания и практический опыт по организации и анализу учебного процесса, методике подготовки и проведения урока в исполнительском классе.

ПК 2.4. Осваивать основной учебно-педагогический репертуар.

ПК 2.5. Применять классические и современные методы преподавания, анализировать особенности отечественных и мировых инструментальных школ.

ПК 2.6. Использовать индивидуальные методы и приемы работы в исполнительском классе с учетом возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся.

ПК 2.7. Планировать развитие профессиональных умений обучающихся.

ПК 2.8. Владеть культурой устной и письменной речи, профессиональной терминологией.

В результате изучения курса «Безопасность жизнедеятельности» учащиеся должны

уметь:

организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения; ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;

применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; оказывать первую помощь пострадавшим;

знать:

принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе

в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

основы военной службы и обороны государства;

задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;

меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;

область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

### 3. Объем дисциплины, виды учебной работы и отчетности.

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>102</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>68</b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>34</b>
в том числе:	
- написание рефератов; - выполнение практических заданий; - изучение основной и дополнительной литературы; - составление электронных презентаций по темам дисциплины.	
<b>Форма контроля - в форме дифференцированного зачета</b>	контр. работа- 5,6 семестр. зачёт- 7 семестр.





**4.Содержание дисциплины и требования к формам и содержанию текущего, промежуточного, итогового контроля (программный минимум, зачетно-экзаменационные требования).**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	
		Лекции	Сам.р.
<b>Раздел 1. «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях».</b>		<b>34</b>	
Тема 1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях	Содержание учебного материала 1 Причины, приводящие человека к автономному существованию в природных условиях. 2 Способы выживания в автономных условиях	1	1
Тема 1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних.	Содержание учебного материала 1 Правила поведения в ситуациях криминогенного характера на улице, транспорте, в подъезде, в общественном заведении, при возникновении взрывов и стрельбы. 2 Виды правовой ответственности несовершеннолетних за совершенные правонарушения.	1	1
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить реферативное сообщение по теме: «Правовая ответственность несовершеннолетних»	2	1
Тема 1.3. Террористическая опасность. Правила поведения при угрозе террористического акта.	Содержание учебного материала	2	1
	1 Основы борьбы с терроризмом в России		

	2	Террористическая угроза и правила поведения при совершении террористического акта		
		Самостоятельная работа обучающихся	2	1
		Подготовить реферативное сообщение по теме: «Террористическая опасность»		
Тема 1.4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.		Содержание учебного материала	2	1
	1	Понятие о чрезвычайной ситуации. Виды чрезвычайных ситуаций, их классификация.		
	2	Чрезвычайные ситуации природного характера.		
	3	Действия в чрезвычайных ситуациях природного характера		
		Самостоятельная работа обучающихся	2	1
		Изучить классификацию чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Разработать графическую схему действий при возникновении чрезвычайных ситуаций		
Тема 1.5. Пожарная безопасность. Правила личной безопасности при пожаре.		Содержание учебного материала	2	1
	1	Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности		
	2	Действия по предотвращению возникновения пожара		
	3	Правила пользования первичными средствами пожаротушения и средствами для самоспасения		
	4	Действия при возникновении пожара в квартире, подъезде, транспорте, общественных местах.		
		Самостоятельная работа обучающихся	1	1
		Составить кроссворд по теме: «Пожарная безопасность»		
Тема 1.6. Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года.		Содержание учебного материала	1	1
	1	Правила безопасности на водоемах в летнее время года		
	2	Правила безопасности на замерзших водоемах		
	3	Безопасный отдых на водоемах		
Тема 1.7. Обеспечение личной		Содержание учебного материала	1	1

безопасности в различных бытовых ситуациях.	1	Безопасное обращение с электричеством и бытовым газом	2	1
	2	Меры безопасности при пользовании водой и средствами бытовой химии		
	3	Меры безопасности при работе с инструментами		
	Самостоятельная работа обучающихся			
	Подготовить реферативное сообщение по теме: «Меры безопасности при пользовании компьютером»			
Тема 1.8. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.	Содержание учебного материала		1	1
	1	История создания и развития Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)		
	2	Структура и задачи РСЧС		
Тема 1.9. Гражданская оборона Российской Федерации, ее структура и задачи.	Содержание учебного материала		1	1
	1	История создания гражданской обороны в России		
	2	Структура и задачи гражданской обороны Российской Федерации		
Тема 1.10. Современные средства поражения и их поражающие факторы.	Содержание учебного материала		2	1
	1	Ядерное оружие и его поражающие факторы		
	2	Химическое оружие		
	3	Бактериологическое (биологическое) оружие		
	Самостоятельная работа обучающихся		3	1
Подготовить реферативное сообщение по теме: «Обычное оружие и его поражающие факторы» Подготовить электронную презентацию по теме: «Оружие массового поражения»				
Тема 1.11. Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения.	Содержание учебного материала		2	1
	1	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени		
	2	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов при чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени		
	3	Санитарная обработка людей		
Тема 1.12. Средства индивидуальной	Содержание учебного материала		2	1

защиты. Правила применения СИЗ.	1	Назначение и устройство средств индивидуальной защиты органов дыхания		
	2	Порядок применения СИЗ органов дыхания		
	3	Назначение и устройство средств индивидуальной защиты кожи		
Самостоятельная работа обучающихся			2	1
Подготовить электронную презентацию по теме: «Применение средств индивидуальной защиты»				
<b>Раздел 2. «Основы здорового образа жизни»</b>			<b>17</b>	1
Тема 2.1. Сохранение и укрепление здоровья – важная забота каждого человека и всего общества.	Содержание учебного материала		2	1
	1	Понятие о здоровье. Составляющие здоровья.		
	2	Индивидуальное и общественное здоровье		
	3	Здоровый образ жизни и его основные составляющие.		
Самостоятельная работа обучающихся			1	1
Составить кроссворд по теме: «Здоровье»				
Тема 2.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	Содержание учебного материала		2	1
	1	Биологические ритмы и их биологическое значение для человека.		
	2	Профилактика утомления.		
	3	Режим труда и отдыха подростка		
Тема 2.3. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.	Содержание учебного материала		2	1
	1	Значение двигательной активности для организма человека		
	2	Физическая культура и хорошая физическая форма		
	3	Закаливание и его влияние на здоровье человека		
	4	Определение уровня физической работоспособности		
Самостоятельная работа обучающихся			2	1
Изучение методики по определению уровня физической работоспособности методом Гарвардского степ-теста				
Тема 2.4. Рациональное питание и	Содержание учебного материала		2	1

его значение для здоровья человека.	1	Биологическое значение питания для организма человека	2	1
	2	Общие проблемы питания студента		
	3	Сбалансированное питание.		
	Самостоятельная работа обучающихся			
	Составление рациона питания.			
Тема 2.5. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	Содержание учебного материала		2	1
	1	Понятие о вредных привычках		
	2	Влияние курения на организм человека. Опасность курения в подростковом возрасте.		
	3	Воздействие алкоголя на организм человека. Алкогольная зависимость в подростковом возрасте.		
	4	Наркомания и токсикомания. Виды ответственности за хранение и употребление наркотических средств.		
Самостоятельная работа обучающихся		2	1	
Подготовить реферативное сообщение по теме: «Профилактика вредных привычек»				
<b>Раздел 3. «Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи».</b>			<b>18</b>	
Тема 3.1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.	Практическое занятие		2	1
	1	Первая медицинская помощь при ранениях. Виды ран. Правила наложения повязок.		
	2	Правила остановки артериального и венозного кровотечения. Правила наложения жгута и давящей повязки.		
	3	Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота. Правила наложения повязок на область головы, груди, живота.		
	4	Первая медицинская помощь при травмах в области таза и спины.		
	5	Первая медицинская помощь при переломах.		
	6	Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.		
	Самостоятельная работа обучающихся		3	1

	Подготовить реферативное сообщение по теме: «Общая последовательность действий при оказании первой медицинской помощи пострадавшему» Провести тренировку, используя подручный материал, по наложению жгута в виде скрутки.		
Тема 3.2. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	Практическое занятие	2	1
	1 Понятие о сердечной недостаточности и инсульте		
	2 Правила оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности		
	3 Правила оказания первой медицинской помощи при инсульте		
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить реферативное сообщение по теме: «Общая последовательность действий при оказании первой медицинской помощи пострадавшему при острой сердечной недостаточности и инсульте»	3	1
Тема 3.3 Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.	Практическое занятие	3	1
	1 Понятие о реанимации. Признаки клинической и биологической смерти.		
	2 Правила проведения непрямого массажа сердца		
	3 Правила проведения искусственной вентиляции способом «изо рта в рот» или «изо рта в нос»		
	4 Сочетание проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких		
Дифференцированный зачет	Итоговое занятие	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка к дифференцированному зачету	3	
<b>Всего:</b>		<b>68</b>	<b>34</b>

## **5. Учебно-методические рекомендации и информационное обеспечение.**

Дополнительная литература:

1. Коротков Б.П., Черепанов И.Г. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф: Учебное пособие. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К»; Ростов н/Д: Наука-Пресс, 2008. – 480 с.
2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. В 2 ч. Ч. 1 : учеб. для общеобразоват. учреждений/ А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев; под общ. ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – 10-е изд. – М.: Просвещение, 2009. – 223 с.: ил. – (Академический школьный учебник).
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. В 2 ч. Ч. 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учеб. для общеобразоват. учреждений: базовый уровень/ А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский; под общ. ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – 8-е изд. – М.: Просвещение, 2010. – 160 с.: ил. – (Академический школьный учебник).
4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ. ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – М.: Просвещение, 2009. – 304 с.: ил. – (Академический школьный учебник).
5. Федеральные законы Российской Федерации: «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «О гражданской обороне», «Об обороне», «О днях воинской славы и памятных датах России», «Об альтернативной гражданской службе», «О пожарной безопасности».

## **6. Материально-техническое обеспечение.**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета по основам безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета:

### 1. Наглядные средства обучения:

- тематические плакаты;
- фотографии;
- видеофильмы;
- учебные противогазы;
- учебные индивидуальные медицинские аптечки;
- учебный прибор войсковой химической разведки;
- учебный дозиметр;
- учебный огнетушитель;
- учебный самоспасатель «Феникс».

2. Технические средства обучения: телевизор, видеомагнитофон, мультимедийный проектор, ноутбук.

### **7. Методические рекомендации преподавателю**

- Активное использование материально-технических средств, учебно-методических разработок.
- разработка и использование презентаций
- Основными видами занятий должны быть лекции преподавателя по названным темам курса в соответствии с программой.
- Преподаватель на уроках использует следующие учебные материалы: тексты лекций; учебные пособия, первоисточники, дополнительную литературу по предмету.

### **8. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов.**

В Концепции модернизации российского образования обозначена задача - подготовка компетентного специалиста. Решение этой задачи видится через реорганизацию учебного процесса, обеспечивающего возрастающую долю самостоятельной работы (СРС) и создание новых дидактических подходов к освоению учебного материала. Всё это выступает предпосылкой для поиска преподавателями вуза педагогических условий, обеспечивающих возможность студентам самообразовываться, самоизменяться личностно и



профессионально в процессе аудиторной и самостоятельной внеаудиторной работы.

Самостоятельная работа - это такое средство обучения, которое:

- формирует у студента на каждом этапе его движения от незнания к знанию необходимый объем и уровень знаний, навыков и умений для решения определенного класса познавательных задач и продвижение от низших к высшим уровням мыслительной деятельности;
- вырабатывает психологическую установку на самостоятельное систематическое пополнение своих знаний и выработку умений ориентироваться в потоке научной и политической информации при решении новых познавательных задач;
- является важнейшим условием самоорганизации и самодисциплины обучающегося в овладении различными методами профессиональной деятельности;
- является важнейшим орудием педагогического руководства и управления самостоятельной познавательной деятельностью студента в процессе обучения .

Самостоятельной можно считать только ту работу, которая требует от обучающегося активности и самостоятельности. Эта работа выполняется при отсутствии точного инструктажа, разъяснения со стороны преподавателя, без контроля в открытой форме за ее выполнением.

Она требует сосредоточенности, умственных и практических действий, самостоятельности, степень которой зависит не только от содержания материала, но и от индивидуальных возможностей студента. Поэтому даже самые простые виды самостоятельных работ обуславливают активные действия, которые приходится совершать самостоятельно. Одна из особенностей самостоятельной работы - это побуждение, вовлечение учащихся в активное познание.

Понятие «самостоятельная работа» необходимо рассматривать как целостную систему действий преподавателя и студентов, единство

внутренних и внешних сторон, которые в учебном процессе фактически неотделимы, что побуждает преподавателя к контролю, коррекции, консультации, дополнительным инструкциям и другим специальным действиям

Анализ научной литературы по проблемам подготовки учителей в высшей школе высветил ряд противоречий:

- - между финансовым кризисом в образовании и образовательной политикой, направленной на достижение качества подготовки специалистов;
- - между бюджетным финансированием, направленным на обеспечение заработной платы профессорско-преподавательского состава, и требованием к созданию учебно-методической продукции, обеспечивающей качество подготовки студентов вуза;
- - между уровнем развития способностей студентов к самореализации, самоизменению и качеством учебно-методического обеспечения в учебном процессе высшей школы.

Видеоматериал преподаватель может демонстрировать на занятиях, во время проведения кружков, учитывая успеваемость и скорость восприятия материала курса студентами, а может и предоставить в электронном виде для самостоятельного просмотра.

- Для поиска информации в Интернете даны ссылки на сайты, которые специально отобраны для студенческой аудитории: библиотеки, официальные сайты государственных служб и организаций, журналы и т. д. В результате студент при самостоятельной подготовке может использовать не только учебные материалы, предлагаемые кафедрой, но и необходимые ему материалы любого другого ресурса, которые могут оказать практическую помощь в овладении курсом «Безопасность жизнедеятельности».

- По темам, выносимым для самостоятельного изучения - необходимый учебный материал, специально отобранный преподавателем. Вопросы по данному материалу входят в рубежный контроль знаний.

Создание для учебной дисциплины такого комплекта учебно-методических материалов обеспечивает обязательные этапы усвоения знаний, видов деятельности, опыта самостоятельной работы. Снабжение им каждого студента является необходимым условием полной реализации в процессе обучения всех возможностей самостоятельной работы студента как вида познавательной деятельности, метода и средства учения и преподавания.

## **9. Список литературы.**

Основная литература:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 10-й кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: АСТ: Астрель, 2012. – 350 с.
2. Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: АСТ: Астрель, 2012. – 318 с.