

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Новгородской области**

**Администрация Чудовского муниципального района**

**МАОУ "СОШ " с. Грузино**

РАССМОТРЕНО

Педагогическим  
советом

Протокол № 1

от 30.08.2024 г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

для 7 класса

**с.Грузино 2024 г**

# 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности» для 7 класса составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Закона Российской Федерации «Об образовании». Статья 14. Общие требования к содержанию образования (п. 5); Статья 32. Компетенция и ответственность образовательного учреждения (пп. 2 (части 5,6,7,16,20,23), 3 (часть 2).
- ФООП ООО;
- Учебного плана МАОУ «СОШ» с.Грузино , 2024-25 уч.год

В настоящее время возрастает роль и ответственность системы образования в деле подготовки населения в области безопасности жизнедеятельности и выработки у граждан Российской Федерации привычек здорового образа жизни. Только через образование можно обеспечить повышение уровня культуры всего населения страны в области безопасности жизнедеятельности и добиться снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства.

Наиболее полно и целенаправленно эти вопросы можно реализовывать в специальной отдельной образовательной области «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее «ОБЖ»)

Рабочая программа внеурочной деятельности «ОБЖ» для 7 классов составлена на основе примерной программы, рекомендованной Управлением развития общего среднего образования Министерства образования Российской Федерации.

Программа «ОБЖ» ориентирована на создание у школьников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. В содержание курса входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

## **Цели и задачи:**

**Цель:** овладение системой теоретических знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья

### **Задачи:**

- Формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.
- Формирование индивидуальной системы здорового образа жизни: значения двигательной активности и закаливании для здоровья человека, о гигиене питания и профилактики вредных привычек.
- Выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, ответственности за антиобщественное поведение и участие в антитеррористической деятельности.

## **Место предмета в учебном плане**

Данная рабочая программа предполагает обучение в объеме по 34 часа, в неделю 1 час для учащихся 7 классов.

## **2. Планируемые результаты освоения курса**

Результаты по внеурочной деятельности «ОБЖ» направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Ожидаемый результат обучения по данной примерной программе в наиболее общем виде может быть сформулирован как способность обучающихся правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера.

Таким образом, в результате изучения учебного курса «ОБЖ» ученик должен:

### **Учащиеся научатся:**

- раскрывать содержание понятий здоровья, здоровый образ жизни, рациональное питание.
- проводить аргументацию зависимости здоровья человека от состояния окружающей среды; необходимости соблюдения мер профилактики заболеваний, нарушения осанки, зрения, слуха, стрессов, инфекционных и простудных заболеваний;
- знать и аргументировать основные правила поведения в природе; основные принципы здорового образа жизни, рациональной организации труда и отдыха;
- знать влияние факторов риска на здоровье человека;

### **Учащиеся смогут научиться:**

- описывать и использовать приёмы оказания первой помощи;
- прогнозировать воздействие негативных факторов на организм;
- приводить примеры негативных факторов, влияющих на здоровье;
- аргументировать в отношении поступков других людей, наносящих вред своему здоровью.
- смогут обеспечивать уход за телом и жилищем ;
- взаимодействовать в группе (распределение обязанностей);
- находить необходимую информацию на различных видах носителей ;
- смогут презентовать результаты собственной деятельности;

### **Личностные результаты:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

### **Метапредметные результаты:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи,

моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

#### **Предметные результаты:**

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребления алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;
- формирование экстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умения оказывать первую медицинскую помощь;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

**Основные принципы реализации программы** – научная обоснованность, доступность, учет возрастных особенностей школьников, практическая целесообразность, субъектность, деятельностный и личностный подходы, преемственность.

Целевая аудитория: 7 классы

Программа предусматривает проведение занятий, работу детей в группах, парах, индивидуальная работа, работа с привлечением родителей. Занятия проводятся 1 раз в неделю в учебном кабинете, библиотеке, медиатеке, спортзале, поликлинике, на пришкольном участке. Деятельность включает проведение экскурсий, лекций, встреч с интересными людьми, соревнований, реализации проектов, и т.д.

Деятельность предусматривает поиск необходимой недостающей информации в энциклопедиях, справочниках, книгах, на электронных носителях, в интернете, СМИ и т.д.

Источником нужной информации могут быть взрослые: представители различных профессий, родители, увлеченные люди, а также другие дети.

**Формы занятий:**

групповая работа, экскурсии, беседы, викторины, коллективные творческие дела, трудовые дела.

**Формы контроля:** 1. Наблюдение 2. Тестирование 3. Беседа 4. Проектная деятельность

**Теоретические и практические занятия способствуют развитию устной коммуникативной и речевой компетенции учащихся, умениям:**

- вести устный диалог на заданную тему;
- участвовать в обсуждении исследуемого объекта или собранного материала;
- участвовать в работе конференций, чтений.

### **3. Содержание программы**

#### **Раздел I. БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ОПАСНЫХ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ( 3 час)**

**Тема 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера ( 3 час)**

Различные природные явления и причины их возникновения.

Оболочка Земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. Географическая оболочка Земли, круговорот веществ и энергии в географической оболочке. Общая характеристика природных явлений. Природные явления геологического, метеорологического, гидрологического, биологического и космического происхождения, их характеристика, возникновение опасности для жизнедеятельности человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения.

Опасная ситуация, стихийное бедствие, чрезвычайная ситуация, общие понятия и определения.

Чрезвычайные ситуации природного характера.

#### **Раздел II. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА (20 часов)**

**Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (7 часов)**

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.

Геологические процессы, происходящие в литосфере Земли, в результате которых возникают землетрясения.

Очаг, магнитуда, эпицентр, интенсивность землетрясения. Определение интенсивности землетрясения, возможные последствия землетрясения. Основные районы на территории России, где вероятность землетрясений велика.

Защита населения от последствий землетрясений.

Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений в рамках задач, решаемых РСЧС. Прогнозирование землетрясений; определение наиболее сейсмоопасных районов на территории страны; разработка способов повышения устойчивости зданий и сооружений от воздействия сейсмических волн; организация оповещения населения; обучение населения правилам безопасного поведения в сейсмоопасных районах; организация аварийно-спасательных работ.

Правила безопасного поведения населения при землетрясении.

Общие меры безопасности для населения, проживающего в сейсмоопасных районах. Правила поведения во время землетрясения в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе и др.

Правила безопасного поведения после землетрясения.

Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле.

Вулканы, места их образования, причины извержения вулканов. Типы вулканов, действующие вулканы, дремлющие и потухшие.

Предвестники извержения вулканов.

Последствия извержения вулканов.

Образование лавовых потоков, вулканических грязевых потоков, выпадение твердых вулканических продуктов, образование палящей вулканической тучи, выделение вулканических газов.

Организация защиты населения от последствий извержения вулканов.

Оползни, причины их возникновения. Классификация оползней по занимаемой ими площади.

Последствия оползней. Организация защиты населения от последствий оползней.

Рекомендации населению по действиям при угрозе возникновения оползня.

Обвалы и снежные лавины, их причины и последствия. Организация защиты населения от последствий обвалов и снежных лавин. Общие рекомендации населению по действиям при угрозе обвалов и схода снежных лавин.

### **Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (3 часа)**

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Циклоны, их строение, скорость перемещения; циклоны - причина возникновения ураганов и бурь.

Последствия ураганов и бурь; характеристика разрушительной силы ураганов и бурь. Шкала Бофорта, определяющая силу ветра и его воздействие на окружающую среду.

Мероприятия, проводимые в рамках задач, решаемых РСЧС, по защите населения от последствий ураганов и бурь.

Организация непрерывного наблюдения за состоянием атмосферы; прогноз возникновения циклонов, их перемещения и возможные последствия. Осуществление заблаговременных и оперативных мероприятий. Организация оповещения населения об угрозе ураганов и бурь. Рекомендации населению по правилам поведения при получении штормового предупреждения о приближении урагана (бури).

Смерч, основные понятия и определения. Характеристика смерча, разрушительная сила смерча и его возможные последствия. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время смерча.

### **Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (7 часов)**

Наводнения, виды наводнений и их причины.

Природные явления гидрологического происхождения, вызывающие наводнения.

Наводнения, связанные со стоком воды во время половодья. Наводнения, формируемые за счет паводка. Наводнения, вызываемые заторами и зажорами в руслах рек. Наводнения, связанные с ветровыми нагонами воды.

Возможные последствия наводнений.

Основные мероприятия, проводимые по защите населения от последствий наводнений.

Прогнозирование наводнений, строительство защитных сооружений, оповещение населения, организация эвакуации и спасательных работ, подготовка населения к действиям при угрозе и во время наводнения.

Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.

Сели и их характеристика, причины возникновения селей. Защита населения от селевых потоков. Рекомендации населению, проживающему в селеопасных районах.

Цунами. Общая характеристика цунами, причины их возникновения, возможные последствия. Организация защиты населения от последствий цунами. Подготовка населения к безопасному поведению при угрозе возникновения цунами, во время цунами и после него.

### **Тема 5. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения (3 часа)**

Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация лесных пожаров. Последствия лесных и торфяных пожаров для населения и окружающей среды.

Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения от лесных пожаров.

Общие рекомендации по безопасному поведению при нахождении вблизи очага пожара в лесу.

Инфекционные болезни человека, причины их возникновения. Классификация инфекционных болезней по способу передачи инфекции от больного человека к здоровому.

Эпидемия, ее характеристика, опасность для населения. Эпидемический процесс и факторы его определяющие.

Противоэпидемические мероприятия и защита населения.

Характеристика некоторых наиболее распространенных инфекционных заболеваний и их профилактика.

Комплекс мероприятий, проводимых для защиты населения от массовых инфекционных заболеваний. Правила личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний.

Инфекционные болезни животных и растений. Причина их возникновения, краткая характеристика.

Противозооотические и противоэпифитотические мероприятия.

### **Раздел III. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗОЖ. (11 часов)**

#### **Тема 6. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (7 часов)**

Психологическая уравновешенность, ее значение в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности. Качества, необходимые для повышения уровня психологической уравновешенности. Психологическая уравновешенность и умение завести друзей.

Общие понятия и определения стресса. Стресс и стадии развития общего адаптационного синдрома. Влияние стресса на состояние здоровья человека. Содержание общих принципов борьбы со стрессом.

Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.

Особенности развития организма человека в подростковом возрасте, физическое развитие, индивидуальные особенности внешнего облика человека, Различия в развитии мальчиков и девочек. Соблюдение правил личной гигиены в подростковом возрасте.

Особенности психического развития человека в подростковом возрасте.

Перестройка, происходящая в центральной нервной системе подростка и формирование личности человека. Формирование основных качеств взрослого человека.

Формирование личности подростка при его взаимодействии со взрослыми.

Значение правильного общения со взрослыми, особенно с родителями, для социального развития человека в подростковом возрасте. Конфликтные ситуации, которые могут возникнуть при общении подростка с родителями и основные способы их разрешения. Умение слушать собеседника.

Формирование личности подростка при его взаимоотношениях со сверстниками. Рост потребности общения со сверстниками, пути достижения признания среди сверстников. Возможные конфликтные ситуации при общении со сверстниками, основные пути их разрешения. Личные качества, обеспечивающие более тесное общение со сверстниками.

Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола.

Факторы, определяющие развитие взаимоотношений со сверстниками противоположного пола. Формирование социально значимых качеств для установления правильного взаимоотношения со сверстниками противоположного пола. Духовная и социальная зрелость, их значение в определении стиля своего поведения с лицами противоположного пола.

Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних.

Значение правового воспитания для социального развития подростка. Правонарушения, совершаемые подростками, и их основные причины. Уголовная ответственность несовершеннолетних, предусмотренная Уголовным кодексом РФ (УК РФ-1997 г.).

#### **Тема 7. Первая помощь и правила ее оказания (4 часа)**

Общие понятия и определения первой помощи, доврачебной помощи, первой врачебной помощи. Общий порядок действий при оказании первой помощи. Когда необходимо вызывать скорую помощь.

Оказание первой помощи при наружном кровотечении.

Первая помощь при незначительных ранах.

Первая помощь при сильном кровотечении.

Оказание первой помощи при артериальном кровотечении.

Оказание первой помощи при венозном кровотечении.

Оказание первой помощи при ушибах и переломах.

Транспортировка пострадавшего.

## 4. Тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Содержание учебного материала	Дата проведения урока	
			По плану	По факту
<b>Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (3 часа)</b>				
<b>Тема 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуаций природного характера (3 часа)</b>				
1	Различные природные явления и причины их возникновения.	Различные природные явления и причины их возникновения		
2	Общая характеристика природных явлений	Общая характеристика природных явлений.		
3	Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения.	Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения.		
<b>Раздел 2. Чрезвычайные ситуации природного характера (20 часов)</b>				
<b>Тема 2. ЧС геологического происхождения (7 часа)</b>				
4	Землетрясение. Причина возникновения землетрясения и его возможные последствия	Геологические процессы, происходящие в литосфере земли, в результате которых возникают землетрясения.		
5	Защита населения от последствий землетрясений	Комплекс мероприятий. Проводимых по защите населения от последствий землетрясений в рамках задач, решаемых РСЧС Прогнозирование землетрясений.		
6	Правила безопасного поведения населения при землетрясении.	Общие меры безопасности для населения, проживающего в сейсмоопасных районах. Правила поведения во время землетрясения в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе.		
7	Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле.	Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле. Вулканы, места их образования. Причины образования вулканов. Типы вулканов: действующие, дремлющие и потухшие вулканы. Предвестники образования вулканов		
8	Последствия извержения вулканов. Защита населения.	Последствия извержения вулканов. Защита населения.		
9	Оползни, их последствия, защита населения.	Оползни. Причина их возникновения, классификация, последствия.		
10	Обвалы и снежные лавины, их причины и последствия.	Организация защиты населения от последствий обвалов и снежных лавин.		
<b>Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (3 часа)</b>				
11	Ураганы и бури, причина их возникновения, возможные последствия	Ураганы и бури, циклоны причина их возникновения, возможные последствия, циклоны - причина возникновения ураганов и бурь. Последствия ураганов и бурь. Характеристика разрушительной силы ураганов и бурь. Заблаговременные предупредительные мероприятия, оперативные защитные мероприятия.		



12	Защита населения от последствий ураганов и бурь	Организация наблюдения за состоянием атмосферы. Прогноз возникновения циклонов. Их перемещения и возможные последствия.		
13	Смерчи	Смерч, основные понятия и определения. Характеристика смерча, разрушительная сила смерча и его возможные последствия.		
<b>Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения ( 7 часа)</b>				
14	Наводнения. Виды наводнений и их причина.	Наводнения. Виды наводнений и их причина. Природные явления гидрологического происхождения, вызывающие наводнения. Наводнения, связанные со стоком воды во время половодья.		
15	Защита населения от последствий наводнений.	Основные мероприятия, проводимые по защите населения от последствий наводнений. Прогнозирование наводнений, строительство защитных сооружений, оповещения населения, организация эвакуации и спасательных работ, подготовка населения к действиям при угрозе и во время наводнения.		
16	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнений	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнений		
17	Сели и их последствия	Сели и их характеристика, причина возникновения селей.		
18	Защита населения от селевых потоков	Защита населения от селевых потоков. Рекомендации населению, проживающему в селеопасных районах		
19	Цунами и их характеристика	Общая характеристика цунами, причина их возникновения, возможные последствия.		
20	Защита населения от цунами	Организация защиты населения от последствий цунами. Подготовка населения к безопасному поведению при угрозе возникновения цунами, во время цунами и после него.		
<b>Тема 5. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения ( 3 часа)</b>				
21	Лесные и торфяные пожары и их характеристика	Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация лесных пожаров. Последствия лесных и торфяных пожаров для населения и окружающей среды.		
22	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения. Общие рекомендации по безопасному поведению при нахождении вблизи очага пожара в лесу.		
23	Эпидемии Эпизоотии и эпифитотии	Эпидемия, ее характеристика, опасность для населения. Инфекционные болезни животных и растений. Противоэпидемические, противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия		

**Раздел III. Основы медицинской помощи и ЗОЖ (11 часов)**

**Тема 6. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (7 часа)**

24	Психологическая уравновешенность	Психологическая уравновешенность, ее значение в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности. Качества, необходимые для повышения уровня психологической уравновешенности.		
25	Стресс и его влияние на человека.	Общие понятия и определения стресса. Стресс и стадии развития общего адаптационного синдрома. Влияния стресс на состояния здоровья человека.		
26	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	Особенности развития организма человека в подростковом возрасте. Физическое развитие, индивидуальные особенности внешнего облика человека. Различия в развитии мальчиков и девочек.		
27	Формирование личности подростка при его взаимоотношении с взрослыми	Формирование личности подростка при его взаимоотношении с взрослыми.		
28	Формирование личности подростка при его взаимоотношении со сверстниками.	Формирование личности подростка при его взаимоотношении со сверстниками.		
29	Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола	Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола		
30	Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних	Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних. Значение правового воспитания для социального развития подростка.		

**Тема 7. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (4 часа)**

31	Общие правила оказания первой помощи.	Общие понятия и определения ПП.		
32	Оказание первой помощи при наружном кровотечении	Оказание первой помощи при наружном кровотечении		
33	Оказание первой помощи при ушибах и переломах	Оказание первой помощи при ушибах и переломах		
34	Общие правила транспортировки пострадавшего	Общие правила транспортировки пострадавшего		

**Список учебно-методической литературы**

1. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для 7 класса. – М., Просвещение, 2018 г.
2. Волович, В. Г. Как выжить в экстремальной ситуации / В. Г. Волович. - М: Знание, 1990.
3. Гостюшин, А. В. Энциклопедия экстремальных ситуаций / А. В. Гостюшин. - М.: Зеркало, 1994.
4. Гражданская оборона / под ред. генерала армии А. Т. Алтунина. -М.: Воениздат, 1982.

5. Лифлянский, В. Г. и др. Лечебные свойства пищевых продуктов / В. Г. Лифлянский, В. В. Закревский, М. Н. Андропова.- М.: Терра, 1996.
6. Поляков, В. В. Безопасность человека в экстремальных ситуациях / В. В. Поляков, Е. А. Сербаринов. - М, 1992.
7. Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах. -М.: Воениздат, 1990.
8. Проблемы безопасности при чрезвычайных ситуациях. - М: ВИМИТ, 1993.
9. Справочник лекарственных растений. - М., 1999.
10. Справочные данные о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и экологического происхождения. - Ч. 2. - М.: МЧС, 1995.
11. Чрезвычайные ситуации и защита от них / сост. А. Бондаренко. - М., 1998