

# Основы безопасности жизнедеятельности

Ежемесячный журнал,  
издается с 1999 года.

Зарегистрирован в Госкомитете РФ по печати,  
свидетельство № 017812 от 30 июня 1998 г.

## УЧРЕДИТЕЛЬ:

Министерство Российской Федерации  
по делам гражданской обороны, чрезвычайным  
ситуациям и ликвидации последствий  
стихийных бедствий.

## ИЗДАТЕЛЬ:

ФАУ «Информационный центр  
Общероссийской комплексной системы  
информирования и оповещения населения  
в местах массового пребывания людей»  
Директор — Ю. В. СЕДЕЛЬНИКОВ,  
Заместитель директора — Е. Ю. АЛЕКСЕЕВА.

## РЕДАКЦИЯ:

Главный редактор —  
А. Г. ГОРДИЕВСКИЙ,  
Ответственный секретарь —  
О. Д. КОБЫЛЕЦКИЙ,  
Ведущий редактор —  
И. В. КОСТРОМИЧЁВА,  
Корректор —  
О. Ф. СИДОРЧЕВА,  
Дизайн, верстка, пре-пресс —  
А. В. КУЛЕШОВА

Фотослужба: В. М. Смоляков,  
В. Н. Веленгури

## АДРЕС РЕДАКЦИИ:

121357, г. Москва, ул. Ватутина, д. 1  
Телефоны: (499) 995-56-30;  
(499) 995-56-25  
[www.mchsmedia.ru](http://www.mchsmedia.ru),  
E-mail: [obzhmchs@mail.ru](mailto:obzhmchs@mail.ru)

Подписной индекс  
в каталоге агентства  
«Роспечать» 48909.

Редакция может не разделять точку зрения  
авторов.

При перепечатке ссылка на журнал «Основы  
безопасности жизнедеятельности» обязательна.  
Номер подписан в печать 30.10.2016.

Формат 60х90.

Заказ №

Общий тираж 5000 экз.

Отпечатано в типографии

ИП Чувашова Наталья Владимировна,  
г. Москва

© «Основы безопасности  
жизнедеятельности», 2016



## СОДЕРЖАНИЕ



### 4 ОКТЯБРЯ – ДЕНЬ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ

1 В. Пучков

Высокая миссия – защищать людей

2 В. Пучков

«Точная управляемость  
и быстрое реагирование»

4 Р. Абрамов

Про гражданскую оборону  
должен знать каждый

8 И. Федорова, Л. Скрипник и др.

С детства нужно учиться,  
как от беды защититься

12 А. Севастьянова

Марафон безопасности

### ПРОФЕССИЯ – СПАСАТЕЛЬ

14 Р. Фатхутдинов

По штурмовой лестнице –  
вверх, к своей мечте

### ПОСТУПОК

18 О. Кобылецкий

Герои нашего времени

### КТО ВИНОВАТ

22 И. Костромичёва

И дым от вейпа нам не сладок...  
Опасности новой субкультуры

### БЕЗОПАСНОСТЬ УВЛЕЧЕНИЙ

25 Д. Рамазанова, О. Кобылецкий

Жизнь ради селфи.  
Куда ни шагнешь – пропадешь

### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

30 О. Мельник, Д. Шерстнев

Не развлечение,  
а обучение

### ИНТЕРНЕТ-БЕЗОПАСНОСТЬ

33 О. Косарева, Д. Юнусов, К. Лысенко

Вероятная угроза  
излучения-невидимки

### ГОТОВИМСЯ ДЕЙСТВОВАТЬ

38 Р. Журавлев

Набор для выживания  
всегда под рукой

### ОПЫТ ОБУЧЕНИЯ

43 Е. Алексихина

«Миссия – безопасность»

46 А. Ухин

Звучит «пожарный» гордо!  
Сегодня – игра,  
завтра – спасение

50 Н. Сабитов, Е. Ковылина

«Неопалимая купина».  
Подведены итоги  
всероссийского конкурса

### К 25-ЛЕТИЮ ПРЕДМЕТА ОБЖ

53 В. Шолох

ОБЖ? Нет проблем!  
Как создать ситуацию успеха

### ОБЖ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ

60 Н. Смирнова

Путешествие в Страну здоровья.  
Театрализованное занятие