Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 24 имени Бориса Рукавицына

|  |  |
| --- | --- |
| Принята на заседании МС  от " " \_\_\_\_\_\_\_\_\_2019г.  Протокол №\_\_\_ | Утверждаю  Директор школы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.И. Дедкина  Приказ по школе № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_г. |

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-педагогической направленности**

**«Школа безопасности»**

**(основы безопасности жизнедеятельности)**

Возраст обучающихся: 12-13 лет

Срок реализации: 1 год

Автор – разработчик программы:

Морозов Борис Олегович

зам. директора

по обеспечению безопасности

Рыбинск, 2019-2020 учебный год

**Раздел 1**

**1. Пояснительная записка**

Мир, в котором мы живем, полон опасностей. Они подстерегают человека в быту, на отдыхе. Человечество накопило богатый опыт выхода из опасных ситуаций. Если мы усвоили его, то, попав в любую ситуацию, опасную для жизни, сумели подавить в себе страх, и будем действовать так, как того требуют обстоятельства. Знание определенных правил помогает нам и том случае, если ситуация не знакомая, так как в своей памяти мы всегда отыщем аналогичную ситуацию, проанализировав ее, сможем определить верные способы своего поведения. Чем больше подросток получает информации, приобретает практических навыков, чем се­рьезнее психологическая подготовка к всевозмож­ным социальным и природным катаклизмам, тем выше его эмоционально-волевая устойчивость. Людей, обладающих ею, называют сильными. Силь­ные люди умеют распорядиться своими знаниями и опытом на пользу себе и окружающим, готовы прийти на помощь другим, решают проблемы гу­манными, законными путями.

* **направленность программы** – социальная;
* **актуальность программы** – своевременность, необходимость, соответствие потребностям времени;
* **отличительные особенности программы** – все стороны жизни человека напрямую связаны с его безопасностью. Проблемы безопасности жизнедеятельности по праву относят к глобальным проблемам человечества. Программа кружка «Школа безопасности» 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.
* **адресат программы** – программа ***«***Школа безопасности***»***  рассчитана на детей среднего школьного возраста, и является одной из составляющих работы по общекультурному развитию личности ребенка.
* **объем и срок освоения программы** – общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы.
* **формы обучения** – очная, (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 2),
* **особенности организации образовательного процесса** – группа разновозрастная, что способствует преемственности в работе творческого коллектива. (Приказ №1008, п. 7);
* **режим занятий, периодичность и продолжительность занятий** – предлагаемая программа ***«***Школа безопасности***»***  рассчитана на проведение занятий 1 час в неделю, 34 часа в год

**1.2 Цель и задачи обучения, воспитания и развития детей**

***Цель:*** ·

- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

***Задачи:*** ·

* усвоение 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 оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
* о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
* развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
* развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления.

**Форма обучения** – очная

**Особенности организации образовательного процесса**– объединение по интересам на основе добровольности и разновозрастности.

**1.3 Содержание программы**

**Раздел I.**

**ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ (11 часов)**

1. **Пожарная безопасность. (3 часа)**

Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние «человеческого фактора» на причины возникновения пожаров. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

1. **Безопасность на дорогах. (3 часа)**

Причины дорожно-транспортного травматизма. Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда.

1. **Безопасность на водоемах. (3 часа)**

Водоемы. Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

1. **Экология и безопасность. (2 часа)**

Загрязнение окружающей природной среды понятие о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ. Мероприятия, проводимые на защите здоровье населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

**Раздел II.**

**ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА И БЕЗОПАСНОСТЬ**

**(12 часов)**

1. **Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия. (9 часов)**

Общие понятия о чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера по типам и видам их возникновения.

Потенциально основные объекты экономики. Аварии на радиационных, химически опасных и пожаров – взрывоопасных объектах. Причины их возникновения и возможные последствия. Аварии на гидродинамических объектах. Рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

1. **Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. (3 часа)**

Способы оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Организация защиты населения при авариях на радиационных и химически опасных объектах.

**Раздел III.**

**ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (11 часов)**

1. **Основы здорового образа жизни. (8 часов)**

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни и безопасность, основные составляющие здорового образа жизни. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества и обеспечения их безопасности. Влияние окружающей природной среды на здоровье человека. Вредные привычки и их профилактика.

1. **Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи. (3 часа)**

Общая характеристика различных повреждений и их последствия для здорового человека. Средства оказания первой медицинской помощи. Правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях угарным газом, хлором и аммиаком.

**1.4. Планируемые результаты**

***Личностными результатами*** обучения являются:

• 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.

***Предметными результатами*** обучения являются:

1. В познавательной сфере:

• знания 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.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

• умения 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 вырабатывать 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.

3. В коммуникативной сфере:

• умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

**Раздел № 2**

**2. Комплекс организационно-педагогических условий**

**2.1. Календарный учебный график**

Календарный учебный график как составная часть образовательной программы школы № 24 имени Бориса Рукавицына определяет:

- количество учебных недель – 34

- продолжительность каникул - по 10 дней (осенние, зимние, весенние)

- даты начала и окончания учебных периодов (определяются приказом ДО)

**2.2. Условия реализации**

**Материально – техническое обеспечение**: план работы кабинета ОБЖ школы, тематика занятий кружка ***«***Школа безопасности***»*** , используется УМК под редакцией Смирнова А.Т., Хренникова Б.О,

и др., интернет – ресурсы, дополнительная справочная литература (см. Список литературы), кабинет ОБЖ СОШ № 24 имени Бориса Рукавицына, в кабинете есть необходимое оборудование для выполнения практических работ.

**Информационное обеспечение** – аудио-, видео-, фото-, интернет источники.

**Кадровое обеспечение:** учитель ОБЖ первой категории, педагог дополнительного образования

**2.3. Формы аттестации**

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** грамота, готовая работа, журнал посещаемости, маршрутный лист, материал анкетирования и тестирования, методическая разработка, портфолио

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** - разработка мероприятия (беседа, лекция, экскурсия); творческие дела защита творческих работ, конкурс, олимпиада, портфолио.

**2.4. Оценочные материалы**

**Система критериев и форма контроля**

* беседа;
* фронтальный опрос;
* индивидуальный опрос;
* практикум;
* тестирование.

Педагогический контроль знаний, умений и навыков учащихся осуществляется в несколько этапов и предусматривает несколько уровней.

***Промежуточный контроль.***

Фронтальная и индивидуальная беседа.

Выполнение дифференцированных практических заданий различных уровней сложности.

Решение ситуационных задач, направленное на проверку умений использовать приобретённые знания на практике.

Промежуточный и итоговый контроль предусматривает участие в мероприятиях разного уровня.

***Итоговый контроль:***

Итоговый контроль предусматривает выполнение комплексной работы, включающей выполнение заданий по предложенной схеме. (Закон № 273-ФЗ, ст. 2, п. 9; ст. 47, п.5) ***Первый уровень результатов*** — приобретение школьни­ком социальных знаний (об общественных нормах, устрой­стве общества, о социально одобряемых и неодобряемых фор­мах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значе­ние имеет взаимодействие ученика со своими учителями  как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

***Второй уровень результатов*** — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к со­циальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значе­ние имеет  взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, то есть  в защищенной, дружественной про-социальной среде. Именно в такой близкой социальной сре­де ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

***Третий уровень результатов*** — получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в са­мостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для дру­гих, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязатель­но положительно к нему настроены, юный человек действи­тельно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без ко­торых немыслимо существование гражданина и гражданского общества.

**2.5. Методические материалы**

* **особенности организации образовательного процесса** – очно; **методы обучения** - словесные (мини – лекции, беседы); наглядные (демонстрация слайдов, иллюстраций); репродуктивные (воспроизводящие); проектные (замысел – реализация - рефлексия); частично – поисковые, исследовательские и практические , создание компьютерной презентации, решение творческих задач и т.д.) проблемные (педагог ставит проблему и решает ее вместе с детьми).
* **формы организации образовательного процесса:** индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая;
* **формы организации учебного занятия** - беседа, защита проектов, конкурс, мастер-класс, «мозговой штурм», олимпиада, практическое занятие, презентация,
* **педагогические технологии** - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология исследовательской деятельности, технология проектной деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающая технология;
* **дидактические материалы** – раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, задания и т.п.

**Показатели эффективности достижения планируемых результатов**  ***По окончании обучения учащиеся должны знать и уметь*:**  предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам; принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций; действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности; пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

– обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного,

техногенного и социального характера;

- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных;

- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;

- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни

***Учебный план***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№ п/п*** | ***Наименование***  ***разделов и тем*** | ***Всего часов*** | ***Количество часов*** | |
| ***Теория*** | ***практика*** |
|  | **Раздел 1.Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.** | **11** |  |  |
| 1 | Тема 1. Пожарная безопасность | 3 | 2 | 1 |
| 2 | Тема 2. Безопасность на дорогах | 3 | 2 | 1 |
| 3 | Тема 3. Безопасность на водоемах | 3 | 2 | 1 |
| 4 | Тема 4. Экология и безопасность | 2 | 1 | 1 |
|  | **Раздел 2. Черезвычайные ситуации техногенного характера и безопасность** | **12** |  |  |
| 5 | Тема 5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия | 9 | 6 | 3 |
| 6 | Тема 6. Организация защиты населения от ЧС техногенного характера | 3 | 2 | 1 |
|  | **Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | **11** |  |  |
| 7 | Тема 7.Основы здорового образа жизни | 8 | 7 | 1 |
| 8 | Тема 8. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи | 3 | 1 | 2 |
|  | **Итого:** | 34 | 23 | 11 |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Темы занятий** | **Содержание занятия** | **Практическая работа** | **Дата** |
| **Раздел 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни – 11 часов** | | | | |
| 1.1 | Пожары в жилых и общественных зданиях, их причина и последствия. | Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. | Пожар, горение, причины, классификация, условия возникновения пожара |  |
| 1.2 | Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения | Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. | условия возникновения пожара |  |
| 1.3 | Права. Обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожаре. | Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. | Права и обязанности |  |
| 1.4 | Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизм людей. | Причины ДТТ | Причина ДТП, травматизм |  |
| 1.5 | Организация дорожного движения. Обязанности пешеходов и пассажиров. | Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда | Общие обязанности водителя. |  |
| 1.6 | Водитель. Формирование качеств безопасного водителя. | Водитель. Формирование качеств безопасного водителя. | Общие обязанности водителя. |  |
| 1.7 | Безопасное поведение на водоемах в различных условиях. | Водоемы. Особенности состояние водоемов в различное время года. | водоем |  |
| 1.8 | Безопасный отдых у воды. | Безопасный отдых у воды. | Безопасный отдых |  |
| 1.9 | Оказание помощи терпящим бедствие на воде. | Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде. | само- и взаимопомощь |  |
| 1.10 | Загрязнение окружающей природной среды и здоровье человека. | Загрязнение окружающей природной среды. Понятие о ПДК загрязняющих веществ. | Экология и экологическая система, экологический кризис. Значение взаимоотношений человека и биосферы, |  |
| 1.11 | Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке. | Мероприятия, проводимые по защите здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой. | Основные объекты, влияющие на загрязнение биосферы, атмосфера, литосфера  Сведения об уровнях загрязнения регионов России. |  |
| **Раздел 2. Черезвычайные ситуации техногенного характера и безопасность – 12 часов** | | | | |
| 2.12 | Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера | Общие понятия о Ч.С. техногенного характера по типам и видам их возникновения. Потенциально опасные объекты экономики. |  |  |
| 2.13 | Аварии на радиационно-опасных объектах и их возможные последствия. | Аварии на радиационно опасных объектах. Причина их возникновения и возможные последствия. Аварии на гидротехнических объектах | Радиоактивность, радиационно опасные объекты, ионизирующее излучение, РОО |  |
| 2.14 | Обеспечение радиационной безопасности населения | Основные поражающие факторы при авариях  Правила поведения населения при радиоактивных авариях. | Основные способы оповещения, мероприятия для подготовки к эвакуации, рекомендации при проживании в загрязненной зоне. |  |
| 2.15 | Аварии на химически опасных объектах и их возможнее последствия | Классификация АХОВ по характеру воздействия на человека.  Последствия и причины аварий на ХОО, зона химического заражения, токсодоза | Понятия: аварийно -химически опасные вещества и ХОО (химически –опасные объекты) |  |
| 2.16 | Обеспечение химической защиты населения | Обеспечение химической защиты населения | Основные правила поведения при авариях на ХОО |  |
| 2.17 | Пожары на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия. | Пожары на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия. | Причины взрывов, признаки взрывоопасных объектов, взрыв, взрывоопасный объект |  |
| 2.18 | Обеспечение защиты населения от последствий взрывопожароопасных объектах. | Обеспечение защиты населения от последствий взрывопожароопасных объектах. | Основные причины возникновения пожаров и взрывов |  |
| 2.19 | Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия. | Аварии на гидротехнических объектах. Причины, вызывающие гидродинамические аварии | Гидродинамическая аварии, классификация гидродинамических сооружений |  |
| 2.20 | Обеспечение защиты населения от аварий на гидротехнических сооружениях | Возможные первичные и вторичные последствия гидродинамических аварий | Меры предосторожности, которые необходимо соблюдать при возвращении в затопленное жилище. |  |
| 2.21 | Оповещение о ЧС техногенного характера. | Способы оповещения населения о ЧС техногенного характера. | Схема действия в Ч.С, вызванных крупными производственными авариями на блажащих предприятиях. |  |
| 2.22 | Эвакуация населения | Организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах. | Эвакуация, план эвакуации учреждения,  средства индивидуальной защиты |  |
| 2.23 | Мероприятия по инженерной защите населения от ЧС техногенного характера. | Организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах. | Организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах. |  |
| **Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 11 часов** | | | | |
| 3.24 | Общие понятия о здоровье как основной ценности человека. | Общие понятия о здоровье как основной ценности человека. | Здоровье, ЗОЖ |  |
| 3.25 | Индивидуальное здоровье, его физическая, духовная и социальная сущность. | Индивидуальное здоровье, его физическая, духовная и социальная сущность. | Общие понятия о ЗОЖ |  |
| 3.26 | Репродуктивное здоровье - составная часть здоровья человека и общества. | Репродуктивное здоровье - составная часть здоровья человека и общества. | Репродуктивное здоровье |  |
| 3.27 | Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. | Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. | ЗОЖ |  |
| 3.28 | Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний | Здоровый образ жизни и профилактика основных заболеваний | Неинфекционные заболевания |  |
| 3.29 | Вредные привычки и их влияние на здоровье | Вредные привычки и их влияние на здоровье | Привычка, вредная привычка |  |
| 3.30 | Профилактика вредных привычек | Профилактика вредных привычек | Химическая зависимость (алкоголизм, наркомания, табакокурение) |  |
| 3.31 | Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности | Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности | Здоровье, иллюзия, бред, демография |  |
| 3.32 | Первая медицинская помощь пострадавшим и ее значение | Общая характеристика различных повреждений и их последствия для здоровья человека. | Основные правила оказания ПМП, признаки жизни, признаки смерти |  |
| 3.33 | Первая медицинская помощь при отравлении АХОВ | Правила оказания ПМП при отравлении угарным газом, хлором и аммиаком. | Основные правила оказания ПМП, признаки жизни, признаки смерти |  |
| 3.34 | Первая медицинская помощь при травмах | Средства оказания первой медицинской помощи при травмах | Обморожение, обморок, ожог. Степени ожога,  симптомы обморочного состояния. эпидермис |  |

**3. Список литературы**

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: сборник элективных курсов / ав.сост. А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова, Е.Г. Хаустова. – Волгоград: Учитель, 2009. – 219 с
2. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 10 кл. общеобразоват. учреждений / М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А. Т. Смирнов, Москва, Астрель. АСТ 2008, под редакцией Воробьева Ю.Л.
3. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 10 кл. общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — М. : Просвещение, – 288 с.: ил.
4. Уголовный кодекс РФ.
5. Формирование ключевых компетенций в области изучения основ безопасности жизнедеятельности: учебно-методическое пособие для учителя. – Абакан: Хакасское книжное издательство, 2010. – 300 с.