

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
УСТЬ-ОРДЫНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА № 2 ИМ. И.В.БАЛДЫНОВА

669001, п.Усть-Ордынский, ул.Ленина, 1, тел. (39541) 3-15-05

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по ВР

 Богомолова И.К.

« 30 » августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора ОУ

№ 118

Ихиньров Л.А.

« 31 » августа 2022 г.



## ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Спортивно-оздоровительной направленности

Название	«Школа здоровья и безопасности»
Срок реализации	1 год
Адресат программы (возраст учащихся)	8 классы (13-14 лет)
Количество часов в год	34
Количество часов в неделю	1

Разработчик(и) программы:

Манданов А.В.

учитель ОБЖ

(ФИО, должность)

п. Усть-Ордынский, 2022 г.

### **Пояснительная записка.**

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни.

Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

Программа «Школа здоровья и безопасности» разработана на основе Фундаментального содержания общего образования и требований к результатам общего образования представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования, в соответствии с требованиями Федерального компонента Государственного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011), на основе положений Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года (Указ Президента России от 12 мая 2009 г № 537), Федеральными законами Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности, Федерального перечня учебников рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе образовательных учреждений, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2015-2020 учебный год.

Актуальность данной программы обусловлена потребностью человека, общества и государства в здоровьесберегающем образовании. Многие годы человек проводит в стенах образовательных учреждений, возрастает количество детей с ограниченными возможностями здоровья и вторичными проявлениями различных нарушений; увеличивается количество детей со 2,3,4 группами здоровья.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа здоровья и безопасности» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья.

Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

### **Практическая значимость программы.**

Содержание данной программы направлено на становление ценностного отношения учащихся к здоровью и здоровому образу жизни, на формирование навыков сохранения и укрепления здоровья через полученные представления и знания об особенностях своего организма, о закономерностях его функционирования и правилах здорового образа жизни.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся на ступени начального общего образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования;
- Типовое положение об общеобразовательном учреждении.
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы.

### **Сроки реализации программы курса.**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа здоровья и безопасности» предназначена для обучающихся 8 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение занятия \_\_\_ часа в неделю, 34 часа в год.

### **Цели программы клуба «Школа здоровья и безопасности»:**

формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;

развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;

обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

### **Задачи:**

-формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

-формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;

-выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

**Цели и задачи достигаются через средства и методы обучения:** рассказ, беседа, иллюстрация, игры, информационно-коммуникативные технологии, групповая работа, практическая, индивидуальный подход к ребёнку, конкурс рисунков, листовок, экскурсий, соревнований.

### **Планируемые образовательные результаты обучающихся.**

#### **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, 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.

**Виды деятельности:**

- игровая;
- совместно-распределительная;
- творческая;

-трудовая, практическая.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Школа здоровья и безопасности» обучающиеся должны знать:

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- особенности влияния вредных привычек на здоровье школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит;
- определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;

отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

### **Материально-техническая база:**

- натуральные пособия (реальные объекты живой и неживой природы,): овощи, фрукты, солнце, вода, аптечка, строение глаза, виды грибы, зубные щетки, и др.;
- изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы): картины русских художников; плакаты: «Мое тело», «Правильно чистим зубы», «Комплекс упражнений утренней гимнастики», «Первая помощь при порезе», «Пропаганда здорового образа жизни», «Этикет», «Правильная осанка», «Гимнастика для глаз», «Хорошие манеры»; схемы: витаминная тарелка, профилактика инфекционных заболеваний и др.;
- измерительные приборы: весы, часы.

Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: компьютер, мультимедийный проектор, DVD, и др.

**Календарно-тематическое планирование на 1 четверть «Школа здоровья и безопасности»**

Название занятия	Основное содержание	Виды деятельности	Материалы и оборудования
День знаний. День солидарности в борьбе с терроризмом.	Понятие «терроризм», исторические факты, обсуждение проблемы, пути решения, быть внимательным	показ презентации «Трагедия в Беслане», обсуждение	презентация
Школа безопасности. Тема: «Улица и мы».	Поселок –это место жизни человека. об положительной и отрицательной стороне жизнедеятельности человека в современном городе, разбор возможных опасные ситуации, причины их возникновения	Повторение правил безопасного поведения дорогах. Викторина «Улица полна неожиданностей»	наглядный материал
Правила поведения в школе, на прогулке, в общественные места.		обсуждение школьных правил	презентация
Профилактика простудных заболеваний.	опасные факторы влияния компьютера на организм человека, обобщение теоретических сведений о влиянии компьютера на здоровье человека;  ответы на вопросы учащихся,  высказывания учащихся о своём здоровье,  отношения учащихся к своему	просмотр презентации, решения поставленных проблем.	презентация, задания



	здоровью.		
День гражданской обороны.	знакомство учащихся с историей возникновения Гражданской обороны в России, функциями Гражданской обороны, системой мер Гражданской обороны, с руководителями ГО, с задачами ГО, с сигналами ГО и действиями населения в военное и мирное время.	беседа, опрос, анкетирование	проектор, презентация, обучающий фильм «Действие населения по сигналам ГО», индивидуальные ватно-марлевые повязки, плакаты по теме ГО, общевойсковой защитный комплект (ОЗК)
Компьютер и его влияние на человека.	1.Оргмомент.	показ презентации, разбор факторов ответы на вопросы учащихся, высказывания учащихся о своём здоровье, отношения учащихся к своему здоровью.	презентация.
Трезвость – норма жизни (занятие с медперсоналом)	1 Оргмомент. 2.Понятие «Трезвость» и «Пьянство». 3.Причины и следствие двух состояний человека. 4.Итог занятия	беседа с элементами дискуссии.	Презентация «Я выбираю здоровый образ жизни».
О правилах поведения в каникулы.	повторение с обучающимися правила поведения на воде, в лесу, на дороге, один дома; об умении ориентироваться в различных жизненных ситуациях.	Обсуждение правил, решение жизненных задач.	Памятка «Поведение в каникулы».

**Календарно-тематическое планирование в клубе  
«Школа безопасности и здоровья» на 2 четверть**

Название занятия	Основное содержание	Виды деятельности	Материалы и оборудование
Правила поведения в школе, на прогулке, в общественных местах при новой коронавирусной инфекции.	Культура поведения в общественных местах; разбор ситуаций поведения детей в общественных местах (в кино, библиотеке, магазине, во дворе, на улице, в школьной раздевалке, столовой).	прочтение правил, обсуждение правил беседа	инструкции правил «Правила поведения в школе».
Служба 01 (опасные и чрезвычайные ситуации)	1.Орг.момент 2.Что такое «чрезвычайная ситуация». 3.Разбор ситуаций 4.Подведение итогов	рассказ, показ слайдов. обсуждения	листы бумаги, карандаши, альбом.
Витаминная страна	1.Оргмомент. 2.Понятие «витамины». 3.В каких продуктах находятся 4. Какую роль выполняют витамины 5.Польза или вред наносят человеку 6.Подведение итогов	обсуждение темы, опрос, анкетирование	Презентация «Витамины»
Польза и вред смартфонов	1.Оргмомент	обсуждение темы,	Презентация «Смартфоны и дети»

(совместно с медперсоналом школы)	2. Понятие «смартфон». 3.Определение пользы и вреда смартфонов 4.Подведение итогов	вопросы детей	
Наше питание. Белки ,жиры и углеводы.	1.Оргмомент. 2.Понятие «питание»,» белки «, «жиры, «углеводы» 3.О роли их в жизни человека.	Рассуждение, ответы на вопросы.	Презентация «Наше питание»
Правила поведения в эпидемическом очаге заражения.	обсуждение каждого правила с примерами из жизни.	показ видеоролика с правилами, обсуждение темы	Видео ролик
Правила безопасного поведения во время зимних каникул. Фейерверки и пиротехника. Друзья или враги?	1.Оргмомент 2.Повторение правил безопасного поведения. 3. Обсуждение опасных ситуаций. 4.Выводы	Беседа-диспут анкетирование, просмотр фильма	просмотр видео «Безопасные каникулы».
<b>Календарно-тематическое планирование в клубе «Школа здоровья и безопасности» на 3 четверть</b>			
Название занятия	Основное содержание	Виды деятельности	Материалы и оборудование
Безопасное поведение в школе	1. Оргмомент 2.Правила школы	Беседа с элементами обсуждения.	Инструктажи по технике безопасности

	<p>3.Разбор каждого правила.</p> <p>4.Подведение итогов</p>		
<p>Особенности правильного питания подростков. (с приглашением медсестры школы)</p>	<p>1.Оргмомент.</p> <p>2.Понятие «Питание».</p> <p>3.Рацион школьника э</p> <p>4.Школьное меню в столовой и дома.</p> <p>5.Практическая работа (составление меню на день из доступных продуктов)</p> <p>6.Итог</p>	<p>Рассказ медсестры школы, просмотр презентации,</p> <p>самостоятельная работа</p>	<p>Презентация, видеоролик»В моде здоровый образ жизни»</p>
<p>Сквернословие и подросток</p>	<p>1.Оргмомент;</p> <p>2. История понятие «Сквернословие»; об истории возникновения сквернословия, причины распространения в обществе; влияние на духовное и физическое здоровье человека.</p> <p>4.Анкетирование</p> <p>5.Вопросы</p> <p>6. Подведение итогов</p>	<p>Диспут, анкетирование</p>	<p>Презентация «Сквернословие»</p>
<p>Зимние болезни и как с ними бороться.</p>	<p>1.Оргмомент.</p> <p>2.Понятие «Простуда».</p> <p>3.Меры профилактики.</p> <p>4.Растения, помогающие выздоровлению.</p> <p>5.Обращение к врачу.</p> <p>6.Итог</p>	<p>Разбор причин заболевания человека, способов выздоровления</p>	<p>Презентация «Зимние болезни»</p>

День Защитника Отечества (Военно-патриотическая игра)	1.Оргмомент 2.Приветствие команд. 3.Конкурсы 4.Подведение итогов	Спортивное соревнование на несколько команд	Презентация
Витаминное голодание (приглашение медсестры школы)	1.Оргмомент 2. Понятие «витаминное голодание», «иммунитет» 3.Как повысить свой иммунитет 4.Подведение итогов	Беседа-рассуждение	Презентация «Витамины».
Правила безопасного поведения в быту.  Чем опасен электрический ток?	1.Оргмомент. 2.Что такое ток. 3.Польза Электрического тока в быту. 4.Бытовые предметы 5.Обсуждение	Рассказ,  разбор ситуации	Презентация «Электрический ток в быту».
Чтоб огонь не причинил вреда ( подготовка занятия для малышей)	1Оргмомент. 2 Подготовка сценария. 3. Об опасных ситуациях. 4.Подведение итогов	Разбор заданий,  беседа по вопросам, отгадывание загадок.	Блокнот ,ручка
Молоко и молочные продукты.	1.Оргмомент. 2.Разбор состава молока и молочных продуктов 3.Польза и вред молока 4.Подведение итогов	Беседа по вопросам. Самостоятельная работа (тест) Викторина «Счастливый случай».	Доска, мультимедийная установка
Весенние каникулы	1Оргмомент. 2 Беседа о поведении детей в каникулы. 3. Об опасных ситуациях. 4.Подведение итогов	Беседа-рассуждение	Презентация «Весенние каникулы».

**Календарно-тематическое планирование в клубе «Школа безопасности» на 4 четверть.**

Название занятия	Основное содержание	Виды деятельности	Материалы и оборудование
------------------	---------------------	-------------------	--------------------------

Безопасное поведение в школе.	Повторение правил безопасного поведения в школе.	Беседа с элементами обсуждения.	Инструктажи по технике безопасности
Весенний авитаминоз	1.оргмомент 2.Понятие «авитаминоза». 3.Пути решения. 4.Подведение итогов	Обсуждение темы и нахождение пути решения	Спортивный инвентарь, футбольное поле.
Спортивный Турнир(4 группа и 5 группа)	Оргмомент. 2.Приветствие команд. 3.Игра пионербол 4.Подведение итогов	Участие детей в командной игре.  командная игра с соблюдением правил и времени	Спортивный инвентарь ,футбольное поле.
К Всемирному Дню здоровья. «Веселая спортландия»	1.Оргмомент. 2.Приветствие команд. 3.Игра -дистант 4.Подведение итогов	Участие детей в командных конкурсах	Задание в группе школы
Оказание первой медицинской помощи при ударе молнией, при укусах насекомых и змей.	1.Оргмомент 2.Понятия «Удар молнией». 3.Примеры из жизни. 4.Оказание помощи 5. Подведение итогов.	Проведение практического занятия В стенах школьного медпункта	Наглядные пособия по теме.
Смузи,коктели-это напитки полезные для подростка	1.Оргмомент 2.Понятие «Смузи» и «коктели» 3.Просмотр изготовления напитков 4.Полезные св-ва напитков	Разбор состава напитков из фруктов, овощей, доказательство их полезных свойств. Практическая работа.	Видео изготовления коктейлей
Оказание помощи при укусах насекомых и змей	1.Оргмомент 2.Понятия «Укусы». 3.Примеры из жизни. 4.Оказание помощи 5. Подведение итогов.	Разбор правил, Ситуации.	Презентация «Оказание помощи при укусах насекомых и змей»

Правила поведения в летние каникулы.	повторение с обучающимися правила поведения на воде, в лесу, на дороге, один дома; умение ориентироваться в различных жизненных ситуациях.	Диспут	Памятка «Правила для всех»
--------------------------------------	--	--------	----------------------------

## Методическое обеспечение.

1. Касаткин В.Н. Междисциплинарная программа «Здоровье» для средних образовательных учреждений/ Разработана группой авторов под руководством д.м.н. Касаткина В.Н. Утверждена Минобразованием России, Минздравом России, президентами РАО, РАМН.
  2. Безруких М.М. Разговор о правильном питании. / Под ред. М.М.Безруких - М.: Олма Медиа Групп, 2008.
  3. Борисова Н.В., Федорова Н.В. Об отношении педагогов к здоровьесберегающим технологиям// Народная школа. – 2004. – №1.
  4. Жигулев А.М. Русские народные пословицы и поговорки./Под ред. А.М. Жигулева – Удмуртия, 2000г.
  5. Лаптев А.К. Тайны пирамиды здоровья./ Под ред. А.К. Лаптева - М., 2002 г.
  6. Обухова Л. А., Лемяскина Н. А. Школа докторов природы или 135 уроков здоровья./ Под ред. Л. А. Обухова, Н. А. Лемяскина. – М.: ВАКО, 2005г.
  7. Павлова М.А. Формирование здорового образа жизни у школьников./ Под ред. М.А.Павловой – Волгоград: Учитель, 2009.
  8. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы./ Под ред. Н.К. Смирнова – М.: АРКТИ, 2003 г.
  9. Шатохина Л.Ф. Обучение здоровью: Методические рекомендации по организации учебного процесса./ Под ред. Л.Ф. Шатохиной – М.: Полимед, – 2005 г.
  10. Шатохина Л.Ф. Проектный метод в обучении здоровью./ Под ред. Л.Ф. Шатохиной – М., 2005 г.
  11. Электронное пособие «Классные часы в начальной школе». - издательство «Учитель», сайт:  
<http://www.forumuch.flybb.ru/>
  12. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учеб. для общеобразоват. организаций/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – М.: Просвещение, 2014.
  2. Дорожное движение: безопасность пешеходов, пассажиров, водителей: 5-9 кл.: пособие для учащихся/ А.Л. Рыбин, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.
  3. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 кл.: поуроч. разработки/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – М.: Просвещение, 2008.
  4. Основы безопасности жизнедеятельности: сб. заданий для проведения экзамена в 9 кл.: пособие для учителя/ А.Т. Смирнов, М.В. Маслов, Б.И. Мишин; под общ. ред. А.Т. Смирнова. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2008.
  5. Латчук В.Н., Марков В.В., Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 кл.: Дидактические материалы. М.: Дрофа; ДИК, 2000.
  6. Учебник спасателя/ С.К. Шойгу, М.И. Фалеев, Г.Н. Кириллов и др.; под общ. ред. Ю.Л. Воробьева. – 2-е изд., перераб. и доп. – Краснодар: «Сов. Кубань», 2002 (электронная версия).
  7. Чрезвычайные ситуации. Энциклопедия школьника/ Под редакцией С.К. Шойгу – М., 2004 (электронная версия).
  8. Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания: Изд. 2-е, испр., доп. и перераб. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.
  9. Ильичев А.А. Большая энциклопедия городского выживания. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, Изд-во ЭКСМО-МАРКЕТ, 2000.
- Информационный портал ОБЖ и БЖД