

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Фабричная средняя общеобразовательная школа
Структурное подразделение «Точка роста»

Утверждено
Директор МАОУ Фабричной СОШ
_____ Гарбузова О.О.
Приказ №155/1-Д от 29.08.2024

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа Социально- гуманитарной направленности
«Школа выживания»

Для обучающихся с 11-12 лет
Срок реализации программы 1 год

Составил: Мальчикова Н.В
педагог по ОБЖ

г. Туринск, 2024 г.

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1. Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (далее - Закон об образовании); Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р); Приказом Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 г № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности»; Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Минобрнауки России от 18 ноября 2015 №09-3242; Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитано-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»; Уставом муниципального автономного общеобразовательного учреждения МАОУ Фабричная СОШ и иными локальными актами Учреждения.

Направленность (профиль) программы: социально-педагогическая.

Актуальность. Наш мир непредсказуем. Ни один человек на Земле не застрахован от чрезвычайных ситуаций. Статистика утверждает, что подавляющее большинство людей (около 70%), оказавшись в экстремальной ситуации, впадают в ступор, около 20% устраивают истерику и лишь 10% сохраняют самообладание и способны решительно, быстро, а главное, эффективно реагировать на происходящее. Именно эти 10% способны выжить, оказавшись даже в самом безвыходном положении, и, разумеется, любой хотел бы оказаться в их числе. Каждому человеку хочется быть здоровым психически и физически, жить, радоваться жизни, а не думать постоянно об опасностях, угрожающих его здоровью, подстерегающих его буквально на каждом шагу. Выживание бывает не только в дикой природе, но и в коллективе, и просто на улице, скажем, в гололед. Выживание – это умение выйти из критической ситуации с минимально возможными потерями. Для решения подобных вопросов необходим новый подход, определенная перестройка сознания каждого человека. Решительные и грамотные действия в случае реальной угрозы, знание алгоритмов поведения в экстремальной ситуации, умение мгновенно ориентироваться и выйти из сложного положения с минимальными потерями –таковы принципы нового сознания, активно пропагандируемого Министерством РФ по чрезвычайным ситуациям и Министерством здравоохранения. Наиболее уязвимыми в вопросах сохранения физического и психического здоровья перед катастрофами и стихийными бедствиями всегда были и остаются дети. Именно поэтому встал вопрос обучения детей основам действий в чрезвычайных ситуациях различного характера. «Школа выживания» –новое

направление в системе воспитания и дополнительного образования детей, которое опирается на курс ОБЖ и даёт возможность повысить безопасность детей и подростков путём их практической подготовки к действиям в нестандартных, жизненных и экстремальных ситуациях. При этом наибольшее значение имеют моральный дух, физическая выносливость и специальные знания.

Человек, попавший в экстремальные условия должен знать, как взять от природы все возможное и сполна воспользоваться ее дарами; как привлечь к себе внимание спасателей; как без помощи карты и компаса пройти через неизвестную местность и вернуться к цивилизации, если нет надежды на спасателей. Необходимо знать, как помочь себе и другим в случае заболевания или ранения. Экстремальные ситуации оказывают на человека сильное физическое и моральное давление. Уверенность в себе –это результат хорошей подготовки в сочетании со знаниями. Уверенность в себе поможет преодолеть моральные стрессы. Хорошая физическая форма позволит справиться с усталостью и недосыпанием. Чем лучше физическая подготовка, тем выше шансы на спасение. На основании этого была разработана данная программа дополнительного образования, которая является социальным заказом и относится, и относится к социально-педагогической направленности. Программа «Школа выживания» ориентирована на создание у воспитанников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации.

Отличительные особенности общеразвивающей программы состоит в том, что важной составляющей здоровье сберегающей деятельности школы является создание безопасного пространства ребенка, которое подразумевает обучение детей и подростков безопасному поведению в повседневной жизни и рациональным действиям в возможных опасных и чрезвычайных ситуациях. Усвоение программного материала поможет школьникам в случае возникновения чрезвычайной ситуации обходиться без благ цивилизации и даст возможность не только избежать губительных последствий для собственного здоровья, а иногда даже жизни, но и помочь своему «окружению» организовать мероприятия по выходу из данной ситуации. Инновационность программы заключается в том, что обучение организовано по законам проведения научных исследований, строится оно как самостоятельный творческий поиск. В программе есть все, что способно увлечь, заинтересовать, пробудить жажду познания. Ведущей является – инновационная практическая деятельность детей, фиксации и презентации результата. Это способствует развитию креативных способностей обучающихся.

Адресат общеразвивающей программы:

Данная программа предназначена для детей 9-12 лет. Возрастные и психологические особенности обучающихся и их учет в программе: в

кружковые объединения принимаются все желающие, без ограничения и предварительного отбора. Важное значение для создания программы имеют особенности развития психики и познавательной деятельности детей. Интенсивное развитие нервно – психической деятельности, высокая возбудимость, их подвижность и острое реагирование на внешние факторы воздействия, сопровождаются быстрым утомлением, что требует особого отношения к их психике, умелого переключения с одного вида деятельности на другой.

Данная программа предназначена для детей 9-12 лет. Возрастные и психологические особенности обучающихся и их учет в программе: Интенсивное развитие нервно – психической деятельности, высокая возбудимость, их подвижность и острое реагирование на внешние факторы воздействия, сопровождаются быстрым утомлением, что требует особого отношения к их психике, умелого переключения с одного вида деятельности на другой.

В этот период в психике ребёнка происходят существенные изменения. К этому возрасту у него уже сформированы определённые житейские понятия, но продолжается процесс пристраивания сложившихся ранее представлений на базе усвоения новых знаний, новых представлений об окружающем мире. В этом возрасте происходит преобразование не только в познавательной деятельности учащихся, но и в характере их отношения к окружающим людям и к самим себе. Развитие и успешность ребёнка в большей степени будет зависеть не только от получения новых разнообразных знаний, новых сведений, но и от поиска общих закономерностей, и самое главное, от освоения самостоятельных способов добывания этих новых знаний.

Объем и срок освоения общеразвивающей программы.

Формы обучения и виды занятий ведущей формой организации занятий является групповая. Срок реализации программы – 162 часов в год.

Уровень: стартовый

Форма обучения — очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий: Занятия проводятся 2 раз в неделю по два часа, учебный час 45 минут т одно занятие один раз в неделю 30минут.

2. Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель: обучение учащихся способам выживания при чрезвычайных ситуациях, формирование сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, практических навыков и умений (оказание первой помощи), поведения в экстремальных ситуациях, стремления к здоровому образу жизни.

Задачи:

Обучающие:

- формирование системы знаний о правилах поведения в различных ЧС и средствах защиты;

- обучение навыкам автономного существования в природе и в антропогенных условиях;

- обучение правилам и методам оказания первой помощи;

- обобщение и углубление знаний по ОБЖ, географии, биологии.

Воспитательные:

- воспитание норм (мотивов, побуждений) поведения и деятельности, направленных на соблюдение здорового образа жизни и улучшения состояния окружающей среды;

- формирование у воспитанников осознания нравственного и правового долга, чувства ответственности за свое поведение, безопасность поведения и сохранение здоровья собственного и окружающих;

- формированию сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности.

Развивающие:

- развитие интеллектуальных способностей, направленных на целевой, причинный и вероятный анализ, который обучающиеся могут провести при возникновении чрезвычайных и жизненных ситуаций;

- овладение воспитанниками умениями, которые создадут возможность самостоятельно, успешно усваивать новые знания, умения и компетентности, необходимые для дальнейшего совершенствования знаний правил безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях.

- развитие стремления к распространению экологических знаний и личному участию в практических делах по защите окружающей среды;

- формирование организаторских навыков работы в коллективе.

**3. Содержание общеразвивающей программы
Учебный (тематический) план**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1 РАЗДЕЛ. Человек, среда его обитания, безопасность человека					
1.	Вводное занятие. Что такое безопасность?	2	1	1	Викторина
2.	Азбука туризма	4	2	2	Наблюдение
3.	Туристические биваки. Виды костров.	5	2	3	
4.	Туристические биваки. Виды костров.	5	3	2	
5.	Виды узлов	4	2	2	
6.	Виды узлов	4	2	2	
7.	Виды узлов	2	1	1	Тест
8.	Виды палаток и их установка	6	3	3	
9.	Виды палаток и их установка	6	3	3	Наблюдение
10.	Интернет игра «СпасЭкстрим» https://www.spas-extreme.ru/	4	2	2	
11.	Интернет игра «СпасЭкстрим» https://www.spas-extreme.ru/	4	2	2	
12.	Интернет игра «СпасЭкстрим» https://www.spas-extreme.ru/	4	2	2	
2 РАЗДЕЛ. Основы оказания первой помощи					
13.	Виды ЧС. Виды травм и поражений. ПП	4	4		
14.	Основные правила оказания первой помощи (далее - ПП).	6	3	3	
15.	Основные правила оказания первой помощи (далее - ПП).	6	3	3	задания по карточкам
16.	Правила наложения повязок. Перевязочные средства.	6	3	3	
17.	Оказание первой помощи при механических повреждениях костей.	6	2	4	Опрос

	Разновидности переломов.				
18.	Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.	6	3	3	
19.	ПП пострадавшему без признаков жизни. Помощь при отеке легких.	6	3	3	Опрос
20.	Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца.	6	3	3	
21.	Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца.	6	3	3	Тест
22.	Признаки клинической смерти.	6	3	3	
23.	Признаки клинической смерти.	6	3	3	
24.	Экстренная помощь пострадавшему в состоянии комы. Транспортировка пострадавшего	6	3	3	
25.	Помощь при утоплении. ПП пострадавшему без признаков жизни. Помощь при отеке легких.	6	2	4	Кроссворд
26.	Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.	10	4	6	
27.	Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею. Стадии асфиксии. Отработка навыков извлечения инородного тела на манекене	4	2	2	Контрольная работа
3 РАЗДЕЛ. Опасные ситуации в природной среде					

28.	Безопасность при встрече с дикими животными	4	4		
29.	Опасные растения и травы	4	2	2	
30.	Съедобные и несъедобные грибы	4	2	2	
31.	Укусы насекомых и оказание первой помощи.	4	2	2	Тест
Итоговое занятие «Помоги себе и другу»					
32.	Практические занятия по изученным темам	6		6	
ИТОГО		162	79	83	

Содержание учебного плана

1 РАЗДЕЛ. Человек, среда его обитания, безопасность человека

Теория. Вводное занятие. Азбука туризма. Туристические биваки.

Виды костров. Виды узлов. Виды палаток и их установка. Интернет игра «СпасЭкстрим» <https://www.spas-extreme.ru/>. Соревновательная деятельность. Подведение итогов.

Практика. Азбука туризма. Виды костров. Виды узлов. Внеклассное мероприятие по безопасности. Соревновательная деятельность. Подведение итогов.

2 РАЗДЕЛ. Основы оказания первой помощи.

Теория. Вводное занятие. Основы оказания первой помощи при кровотечениях. Методы и средства оказания первой помощи. Первоочередные меры при ранениях и травмах. Проведение сердечно-легочной реанимации. Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею. Стадии асфиксии (удушения). Наиболее частые ошибки при оказании первой помощи.

Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути. Правила транспортировки. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.

Практика. Методы и средства оказания первой помощи. Первоочередные меры при ранениях и травмах. Проведение сердечно-легочной реанимации. Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути. Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею. Стадии асфиксии (удушения). Наиболее частые ошибки при оказании первой помощи.

3 РАЗДЕЛ. Опасные ситуации в природной среде

Теория. Безопасность при встрече с дикими животными.

Укусы насекомых и защита от них.

Практика. Безопасность при встрече с дикими животными

Укусы насекомых и защита от них.

4. Планируемые результаты

Личностные результаты

- наличие у воспитанников осознания нравственного и правового долга, чувства ответственности за свое поведение, безопасность поведения и сохранение здоровья собственного и окружающих;

- сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности;

- готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.

Метапредметные результаты

– самостоятельно, успешно усваивают новые знания, умения и компетентности, необходимые для дальнейшего совершенствования знаний правил безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях.

- умеют самостоятельно определять цели своего учения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умеют организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

Предметные результаты

- знают основные правила поведения в различных ЧС;
- знают средства защиты в различных ЧС;
- знают основные правила оказания первой помощи.
- знают методы и средства оказания первой помощи.
- знают первоочередные меры при травмах и ранениях.
- знают основные симптомы при нарушении функции дыхания, кровообращения.
- умеют правильно оценивать чрезвычайную ситуацию;
- соблюдают правила пожарной и безопасности;
- умеют пользоваться первичными средствами пожаротушения;
- могут оказать первую помощь в случаях обморока и начала развития комы, опасных для жизни кровотечений и переломов костей, истинного и бледного утопления, попадание инородного тела в дыхательные пути;
- умеют проводить непрямой массаж сердца и искусственную вентиляцию легких, накладывать повязки и перевязки;
- умеют проводить транспортную иммобилизацию.

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1 РАЗДЕЛ. Человек, среда его обитания, безопасность человека						
1.			групповая	2	Вводное занятие. Что такое безопасность?	Викторина
2.			групповая	4	Азбука туризма	Наблюдение
3.			групповая	5	Туристические биваки. Виды костров.	
4.			групповая	5	Туристические биваки. Виды костров.	
5.			групповая	4	Виды узлов	
6.			групповая	4	Виды узлов	Тест
7.			групповая	2	Виды узлов	
8.			групповая	6	Виды палаток и их установка	Наблюдение
9.			групповая	6	Виды палаток и их установка	
10.			групповая	4	Интернет игра «СпасЭкстрим» https://www.spas-extreme.ru/	
11.			групповая	4	Интернет игра «СпасЭкстрим» https://www.spas-extreme.ru/	
12.			групповая	4	Интернет игра «СпасЭкстрим» https://www.spas-extreme.ru/	
2 РАЗДЕЛ. Основы оказания первой помощи						
13.			групповая	4	Виды ЧС. Виды травм и поражений. ПП	
14.			групповая	6	Основные правила	

					оказания первой помощи (далее - ПП).	
15.			групповая	6	Основные правила оказания первой помощи (далее - ПП).	задания по карточкам
16.			групповая	6	Правила наложения повязок. Перевязочные средства.	
17.			групповая	6	Оказание первой помощи при механических повреждениях костей. Разновидности переломов.	Опрос
18.			групповая	6	Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.	
19.			групповая	6	ПП пострадавшему без признаков жизни. Помощь при отеке легких.	Опрос
20.			групповая	6	Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца.	
21.			групповая	6	Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца.	Тест
22.			групповая	6	Признаки клинической смерти.	
23.			групповая	6	Признаки клинической смерти.	
24.			групповая	6	Экстренная помощь	

					пострадавшему в состоянии комы. Транспортировка пострадавшего	
25.			групповая	6	Помощь при утоплении. ПП пострадавшему без признаков жизни. Помощь при отеке легких.	Кроссворд
26.			групповая	10	Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.	
27.			групповая	4	Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею. Стадии асфиксии. Отработка навыков извлечения инородного тела на манекене	Контрольная работа
3 РАЗДЕЛ. Опасные ситуации в природной среде						
28.			групповая	4	Безопасность при встрече с дикими животными	
29.			групповая	4	Опасные растения и травы	
30.			групповая	4	Опасные растения и травы	
31.			групповая	4	Съедобные и несъедобные грибы	
32.			групповая	4	Укусы насекомых и защита от них	Тест
33.			групповая	4	Укусы насекомых и оказание первой	

					помощи	
Итоговое занятие «Помоги себе и другу»						
34.			групповая	6	Практические занятия по изученным темам	Викторина игра

2. Условия реализации общеразвивающей программы.

Материально-техническое обеспечение.

Необходимым условием полноценной реализации программы является материально-техническое оснащение:

1. плакаты, сюжетные картинки, иллюстрации;
2. Кабинет специальной подготовки.
3. Компьютер для педагога
4. Проектор
5. Аптечка индивидуальная АИ-2
6. Сумка медицинская
7. Набор имитационных ран
8. Набор шин для иммобилизации
9. Бинты марлевые медицинские
10. Индивидуальный перевязочный пакет
11. Макет-тренажер для проведения НМС и ИВЛ
12. Носилки медицинские мягкие
13. Жгут резиновый.

Для проведения занятий по туризму:

туристское снаряжение: компасы, рюкзаки, спальники, спальные коврики (карематы), па-латки, котлы, тросики костровые, тренога костровая складная, топор, пила, складное ведро, складная фляга, тент. Для проведения практических занятий: специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабины, репшнуры.

Информационное обеспечение

1. Специальная и методическая литература; атласы и карты.
2. «Отработка учащимися навыков пользования простейшими средствами защиты органов дыхания».
3. Министерство внутренних дел РФ <http://www.mvd.ru>
4. МЧС России <http://www.emercom.gov.ru>
5. Министерство здравоохранения и соцразвития РФ <http://www.minzdrav-rf.ru>
6. Министерство образования и науки РФ <http://mon.gov.ru/>
7. Русский образовательный портал <http://www.gov.ed.ru>
8. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
9. Портал компании «Кирилл и Мефодий» <http://www.km.ru>
10. Образовательный портал «Учеба» <http://www.uroki.ru>

11. Журнал «Вестник образования» <http://www.vestnik.edu.ru>
12. Сайт детской безопасности СПАС-ЭКСТРИМ
13. Образовательный портал «Учеба» <http://www.uroki.ru>
14. Журнал «Вестник образования» <http://www.vestnik.edu.ru>

Кадровое обеспечение

Реализация Программы обеспечивается педагогическими работниками и другими специалистами, имеющими соответствующее среднее профессиональное образование или высшее образование без предъявления требований к стажу работы по специальности.

Лица, не имеющие специальной подготовки или стажа работы, установленных в разделе «Требования к квалификации» ЕКСД, но обладающие достаточным практическим опытом и выполняющие качественно и в полном объеме возложенные на них должностные обязанности, по рекомендации аттестационной комиссии назначаются на соответствующие должности так же, как и лица, имеющие специальную подготовку и стаж работы.

3. Формы аттестации и оценочные материалы

Планируемые результаты, в соответствии с целью программы, отслеживаются и фиксируются в формах:

1. Аттестация производится через устный опрос, тестирование, обсуждения фильмов, коллективный анализ работы, викторину.
2. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: материал тестирования, аудиозапись, видеозапись, методическая разработка и журнал посещаемости.
3. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: диагностическая карта, конкурсы, открытое занятие.

Оценочные материалы

С целью выявления соответствия уровня полученных учащимися знаний, умений и навыков прогнозируемым результатам дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы проходит текущий контроль по итогам каждого раздела, по окончании изучения программы – итоговая аттестация.

4. Методические материалы

Формы организации образовательного процесса посменны на каждом занятии – индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Методические характеристики	1. «Основы правила выживания»	2. «Оказание первой помощи»	3. «Воспитательная работа»
Форма занятий	презентация, практическое	презентация, беседа, практика,	практическое занятие, беседа

	занятие, беседа, комбинированное занятие, практическое занятие.	комбинированное занятие.	
Методы обучения и воспитания	- словесный и наглядный, практический. -убеждение, поощрение	-упражнение, стимулирование; игровой, дискуссионный	-словесный и наглядный, практический
Приемы и методы организации образовательного процесса	объяснительно-иллюстративны, индивидуальный	индивидуальны, поисковый	коллективный, объяснительно-иллюстративный
Формы организации учебного занятия	презентация, игра, беседа, практическое занятие	беседа, дискуссия, игра, наблюдение	игра, дискуссия, упражнение, наблюдение
Педагогические технологии	технология модульного обучения – построение образовательного процесса по модулям; технология развивающего обучения – развитие всей целостной совокупности качеств личности; технология игровой деятельности – игровая форма занятий создается при помощи игровых приемов и ситуаций, которые выступают как средство побуждения, стимулирование обучающихся к учебной деятельности; технология развития критического мышления – создание учебных проблемных ситуаций; технология здоровьесберегающего обучения – гимнастика для глаз, перерывы, физ. минутки.		
Формы подведения итогов	тест, наблюдение, рисунки, кроссворд.	наблюдение, тестирование, упражнение, дидактическая игра, задание по карточкам.	практическое задание, игра, выпуск листовок, выполнение заданий по карточкам
Дидактический материал, техническое оснащение занятий	раздаточный материал, источники информации, презентации	презентации, раздаточный материал, памятки	раздаточный материал, источники информации

Методические пособия

1. Амосов К. Спасательные средства и оборудование маломерного судна Методические указания. Для преподавателей ОБЖ. [Текст] / К.Амосов 1973. —14 с.
2. Галанов, А.Б., Методические материалы по профилактике терроризма и экстремизма. Учебно-методическое пособие. [Текст]/А.Б. Галанов и др.— Уфа: Издательство ИРО РБ, 2012. —190 с.
3. Бубнов, В.Г., Основы медицинских знаний [Текст]/В.Г.Бубнов, Н.В.Бубнова -Москва: Астрель, 2005. —315 с.
- 4.Латчук, В.Н.Правильные ответы на вопросы учебника "Основы безопасности жизнедеятельности. "[Текст]/В.Н.Латчук, В.К. Миронов, С.К. Миронов-Москва:Дрофа, 2007 г.-17с.
- 5.Маслов А.Г., Константинов Ю.С. Программа обучения детей жизненным навыкам в системе дополнительного образования. –М.: МТО-ХОЛДТНГ, 2001. –96 с.

Атласы и карты:

1. Туристская карта «Байкальская пешеходная тропа Листвянка –бухта Песчаная», Иркутск, 20142. Чертилов А. К. Туристическая карта-схема «Байкальская железная дорога», Иркутск, 20043.
2. Атлас «Южное Прибайкалье», Иркутск, 20084.Атлас «Озера Байкал. Прошлое. Настоящее. Будущее», Иркутск, 20124.

4. Список литературы

- 1.Баленко, С. В. Учебник выживания спецназа ГРУ: Опыт элитных подразделений. —8-е ИЗДАНИЕ[Текст]/ С.В. Баленко. —Москва: Эксмо: Яуза, 2013. —768 с.
- 2.Верещагин, С. На подножном кормуСправочное пособие. [Текст] /С.Верещагин, Сыктывкар, 2009. –130 с.
- 3.Волович, В.Г.Человек в экстремальных условиях природной среды.[Текст]/Волович В.Г.2-е изд., испр. и доп. -Москва: Мысль, 1983. -224 с.13
- 4.Волович, В.Г.С природой один на один.[Текст]/В.Г Волович.-Москва: Воениздат, 1989. –352 с.
- 5.Вольхин С.Н. Основы защиты от терроризма[Текст]/Сергей Вольхин, Виктор Ляшко, Андрей Снегирев, Вячеслав Щербаков Москва: Дрофа, 2007. —128 с.
- 6.ГОСТ Р 22.0.02—2016 -БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ. Термины и определения Издание официальное.-ВНЕСЕН Техническим комитетом по стандартизации ТК 071 «Гражданская оборона, предупреждение и ликвидация чрезвычайных ситуаций», 2016. –12с.
- 7.Гостюшин, А. Энциклопедия экстремальных ситуаций [Текст] /А.Гостюшин -Москва: Зеркало, 1994. —252 с.
- 8.Гринин, А. С. Экологическая безопасность. Защита территории и населения при чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие. [Текст]/А. С. Гринин, В. Н. Новиков -Москва: ФАИР-ПРЕСС, 2000. -336 с.: ил.

9. Губанов, В. М. Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них. [Текст]/В. М. Губанов, Л. А. Михайлов, В. П. Соломин Москва: Дрофа, 2007г. -288 с.
10. Гуменюк В.И. Средства индивидуальной защиты [Текст] /В.И. Гуменюк - СПб.: СПбГПУ, 2007. —102 с.
11. Евдокимов, В.И. Безопасность в чрезвычайных ситуациях: библиогр. указ. отеч. книжных изданий (2000–2011 гг.) [Текст]/ Всерос. центр экстрен. и радиац. медицины им. А.М. Никифорова МЧС России. –СПб. : Политехника сервис, 2013. –200 с. –(Полезная библиография ; вып. 17).
12. Ильин, А.А. Школа выживания в природных условиях . [Текст]/А.А. Ильин. –Москва: Эксмо-Пресс, 2001. –384 с.
13. Калюжный, Е.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни Учебное пособие.[Текст]/Е.А. Калюжный—Арзамас: АГПИ, 2009. —284 с.
14. Коструб, А. А. Медицинский справочник туриста [Текст]/А. А.Коструб, 2-е изд., перер. и доп. -Москва: "Профиздат", 1990. –256 с.
15. Махов, С. Стратегия личной безопасности: учебно-методическое пособие [Текст]/Махов С. -Орел: Межрегиональная академия безопасности и выживания, 2014. -164 с.
16. Настинова, Г.Э., Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]/Г.Э.Настинова, С.Б.Сангаджиева, К.Е. Бадмаева -Элиста: Джангар, 2010 —101 с.
17. Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей [Текст]: Федеральный закон от 22 августа 1995 г. № 151-ФЗ// Собрание законодательства. –2003. -№ 31. –Ст. 3150.
18. Способы автономного выживания человека в природе [Текст]/ред. Л. А. Михайлова СПб: Питер, 2008 г. -272 стр.
19. Сычев, Ю.Н. БЖД: учебно-практическое пособие [Текст]/Ю.Н. Сычев, Московский государственный университет экономики, статистики и информатики. —Москва, 2005. —226 с.
20. Тимофеева, С. С.Безопасность жизнедеятельности [Текст]: словарь терминов и определений от А до Я : учеб.-справ. пособие / С. С.Тимофеева, С. П. Какаулин ; М-во образования и науки РФ, Федер. агентство по образованию, ИрГТУ. -Иркутск : Изд-во Иркутского государственного технического университета, 2007. -144 с.
21. Тимофеева, С. С.Экология : Учеб. пособие / С.С.Тимофеева, Ю.В.Шешуков. -Иркутск : Изд-во ИрГТУ, 2001. -171 с. : ил, табл. -Библиогр.: с. 169 (12 назв.). -Прил.: с. 130–161.
22. Ткаченко, И. В.Шпаргалка по основам безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие.[Текст]/Ткаченко И. В., Жидкова О. И., —Москва: ТК Велби, 2005. —48 с.
23. Юртушкин, В.И. Чрезвычайные ситуации: защита населения и территорий: учебное пособие [Текст]/В.И. Юртушкин. —2-е изд., перераб. и доп. —Москва: КНОРУС, 2011. —368 с.