

Центр образования  
цифрового и гуманитарного профиля «Точка роста»  
структурное подразделение  
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Иртышская средняя общеобразовательная школа  
Омского муниципального района Омской области»

РАССМОТРЕНО  
Педагогическим советом  
Председатель \_\_\_\_\_ А.А. Аксенова  
Протокол № 8  
от «26» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор \_\_\_\_\_ А. А. Аксенова  
Приказ № 276 от «26» августа 2024 г.

**Рабочая программа дополнительного образования технологической направленности**

**«Юный спасатель»**

возраст обучающихся: 11-16 лет  
рок реализации: 1 год (72 часа в год, 2 часа в неделю)

Составил: педагог дополнительного образования,  
Щербина Сергей Андреевич

п. Иртышский

2024 г.

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный спасатель» естественнонаучной направленности. Человек постоянно подвергается воздействию различного рода опасностей: в быту, на производстве, в пути, на отдыхе и в других условиях. Не проходит и дня, чтобы средства массовой информации не сообщили об очередной аварии, катастрофе, стихийном бедствии или криминальном происшествии, повлекшем за собой гибель людей или громадный материальный ущерб. Мы очень часто думаем, что причины наших бедствий скорее в невезении, в трагических стечениях обстоятельств или просто в несчастливых совпадениях. Но каждодневная жизнь свидетельствует об обратном: чаще всего мы сами виноваты в своих несчастиях, когда по тем или иным причинам что-то не учитываем, не предусматриваем, а чаще, просто пренебрегаем элементарными правилами самосохранения. Чтобы быть готовыми к встрече с такими ситуациями, не растеряться в трудную минуту, чтобы не поддаваться панике, необходимо себя, да и других людей подготовить к адаптации в любых экстремальных ситуациях.

Актуальность образования в области охраны безопасности жизнедеятельности детей вызвана социальными потребностями, рождающимися на фоне ухудшающегося качества жизни человека, физического, психологического и социального здоровья, кризиса межнациональных отношений в обществе, в выполнении заказа государства на воспитание детей по новым государственным стандартам в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным Законом Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации». Программа удовлетворяет потребность общества и детей данного возраста и категории.

Современное социально-экономическое положение России выдвинуло ряд проблем, связанных с формированием здоровой, самостоятельной, активной, ответственной личности, способной к социально-значимым преобразованиям в обществе. Одной из проблем является решение вопроса безопасности жизнедеятельности подрастающего поколения. Ведущую роль в формировании у детей и подростков положительного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, привитие навыков самостоятельного и безопасного поведения принадлежит образовательным учреждениям. Процесс формирования мотивов, норм и правил поведения ребенка будет основой для развития у него безопасного стиля поведения, безопасного стиля жизни в обществе. Поэтому нужно научить детей тому, какие опасности могут подстергать их, как надо вести себя, чтобы избежать их, что делать для сохранения своей жизни и здоровья.

Как и все программы, разрабатываемые для детей и подростков, программа «Юный спасатель», в основу которой легла идеология Всероссийского детско-юношеского общественного движения «Школа безопасности», призвана обогатить объем знаний, умений и навыков детей в вопросах выживания в экстремальных условиях, само- и взаимопомощи, популяризовать здоровый и безопасный образ жизни, способствовать их личностному росту и обретению социальной позиции и социальной защиты.

Данная программа многопрофильна и предназначена для ребят, увлекающихся различными направлениями деятельности, она включает в себя: краеведение, туризм, ориентирование, медицину, действия в условиях ЧС природного, техногенного и криминогенного характера, гражданскую оборону, поисково-спасательные работы и т.д.

Учебный план предусматривает теоретическую, физическую, техническую, психологическую и профессиональную подготовку.

Одним из основных показателей реализации программы является участие ребят в различных соревнованиях, слетах и т.д. Ребенок учится понимать необходимость успеха для себя и создавать ситуации успеха для других. Программы соревнований, как правило,

состоящие из большого числа различных конкурсов, представляют собой разнообразие дел, в которых может проявить себя каждый подросток, и являются своеобразным педагогическим проектированием недостающих зон развития каждого ребенка в различных видах деятельности. Участие в соревнованиях позволяет ребенку сформировать адекватную самооценку, развить волевые качества, самоопределиться в мире увлечений и профессий, продемонстрировать свои знания, умения и навыки, воспитать эстетический вкус, развить коммуникативные способности, приобрести навык совместной деятельности.

Программа представляет собой систематизированное и последовательное изложение целей, задач, принципов, направлений, форм, методов и т.д., все направления работы органически связаны между собой.

**Цель:**

Формирование первичных навыков оказания помощи пострадавшим.

**Задачи:**

- Привлечение подростков и молодежи к вопросам личной и коллективной безопасности;
- Обучение практическим навыкам оказанию само и взаимопомощи, умелым и быстрым действиям в любой чрезвычайной ситуации;
- Обучение практическим навыкам и умению пользоваться индивидуальными и коллективными средствами защиты;
- Улучшение физической подготовки и приобщение подростков и молодежи к здоровому образу жизни;
- Защита и пропаганда прав детей, подростков и молодежи, определенных отечественными правовыми нормами;
- Проведение различных тренировок в форме слетов и соревнований по закреплению навыков поведения в экстремальных ситуациях соблюдения здорового образа жизни.

**Адресат программы.**

Программа основана для обучающихся для подготовке их к взрослой жизни, на то, чтобы они реально могли смотреть на мир, научились оценивать обстановку и жизненные ситуации, свои возможности и делать правильный выбор. Данная программа призвана расширить кругозор ребенка и дать ему соответствующую возрасту адекватную картину мира, подготовить его к действиям в экстремальных ситуациях, привить практические навыки оказания пострадавшим первой доврачебной помощи.

Группы формируются из детей школьного возраста 11-16 лет. Для проведения занятий планируется свободный набор в группы в начале учебного года. Состав группы – постоянный, 5-20 человек. Программа построена с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Образовательный процесс осуществляется в традиционной форме.

**Объем и срок освоения программы.**

Программа реализуется в течение 1 года, в объеме 72 часов.

**Планируемые результаты**

**Личностные:**

- формировать стремление к здоровому образу жизни;
- формировать практические навыки и умения поведения в экстремальных ситуациях;
- формировать сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности;

- воспитывать в детях коммуникабельность, чувство коллективизма, сотрудничества, взаимовыручки;
- приобщать учащихся к нормам и ценностям общества, адаптировать к условиям среды;
- формировать патриотизм, гражданственность, чувство ответственности за свою судьбу и судьбу своего поколения.

***Метапредметные:***

- прививать учащимся навыки самостоятельности, самоорганизации, потребности в непрерывном самообразовании и самосовершенствовании;
- развивать творческие и интеллектуальные способности учащихся;
- содействовать профессиональной ориентации учащихся;
- создать условия для подготовки детей к действиям в различных экстремальных ситуациях;
- прививать умения и навыки, позволяющие в условиях экстремальной ситуации не только осуществить грамотные действия по самоспасению, но и оказать помощь попавшим в беду людям.

***Предметные:***

- познакомить учащихся с системой знаний по основным видам спасательных действий человека в экстремальной ситуации;
- совершенствовать умения и навыки, необходимые юному спасателю;
- содействовать приобщению детей к вопросам личной и коллективной безопасности, заинтересованности в предотвращении чрезвычайных ситуаций, оказанию само и взаимной помощи, умелым и быстрым действиям в любой ситуации;
- содействовать в приобретении детьми навыков противодействия опасным и вредным факторам природного, социального и медицинского характера.

**Форма обучения** – очная.

**Форма занятий**- групповая. Занятия в группе проводятся один раз в неделю по два часа. теоретические учебные занятия; практические учебные занятия; тренировочные учебные занятия; учебные экскурсии; спортивные соревнования; учебно-исследовательские конференции и мини-семинары.

### Учебно- тематический план

№ п/п	ТЕМА	Кол-во часов
1	Инструкция по технике безопасности. Введение. Организационные вопросы	1
	<b>Ориентирование</b>	<b>3</b>
2	Ориентирование и топография.	1
3	Ориентирование и топография	1
4	Изображение рельефа на карте	1
	<b>Краеведение</b>	<b>9</b>
5	Родной край, его природные особенности	1
6	Родной край, его природные особенности	1
7	История, известные земляки	1
8	Туристские возможности родного края	1
9	Основные сведения о климате, растительном и животном мире	1
10	Транспортные магистрали	1
11	Памятники истории, культуры и природы родного края.	1
12	Порядок выполнения краеведческих заданий на маршруте.	1
13	Порядок выполнения краеведческих заданий на маршруте.	1
	<b>Основы автономного существования человека в природных условиях</b>	<b>5</b>
14	Особенности автономного существования в различных климатогеографических условиях.	1
15	Чрезвычайные, экстремальные и аварийные ситуации.	1
16	Чрезвычайные, экстремальные и аварийные ситуации	1
17	Первоочередные действия потерпевших бедствие	1
18	Первоочередные действия потерпевших бедствие	1
	<b>Жизнеобеспечение человека.</b>	<b>9</b>
19	Групповое и личное туристское снаряжение	1
20	Привалы и ночлеги.	1
21	Порядок работы по развешиванию и свертыванию лагеря	1

22	Основные типы костров и их назначение	1
23	Питание в походе	1
24	Питание в походе	1
25	Правила хранения продуктов	1
26	Меры безопасности	1
27	Меры безопасности	1
	<b>Доврачебная помощь</b>	<b>8</b>
28	Личная гигиена туриста	1
29	Личная гигиена туриста	1
30	Профилактика различных заболеваний	1
31	Профилактика различных заболеваний	1
32	Личная аптечка.	1
33	Личная аптечка	1
34	Правила оказания доврачебной помощи при тепловом и солнечном ударах, при ожогах	1
35	Правила оказания доврачебной помощи при тепловом и солнечном ударах, при ожогах	1
	<b>Техника преодоления естественных препятствий</b>	<b>7</b>
36	Виды естественных препятствий	1
37	Основные правила движения группы.	1
38	Основные правила движения группы	1
39	Техника вязания узлов.	1
40	Техника вязания узлов.	1
41	Меры предосторожности	1
42	Меры предосторожности	1
	<b>Действия в ЧС техногенного характера</b>	<b>9</b>
43	Классификация ЧС техногенного характера	1
44	Основные причины техногенных аварий и катастроф.	1
45	Основные причины техногенных аварий и катастроф	1
46	Пожары и взрывы, их виды	1

47	Пожары и взрывы, их виды	1
48	Химические вещества и опасные объекты.	1
49	Средства индивидуальной защиты, их виды.	1
50	Средства индивидуальной защиты, их виды	1
51	История создания спасательных служб в России и мере.	1
	<b>Действия при ЧС криминогенного характера</b>	<b>8</b>
52	Населенный пункт как источник социальной опасности	1
53	Населенный пункт как источник социальной опасности	1
54	Зоны повышенной криминогенной опасности.	1
55	Зоны повышенной криминогенной опасности	1
56	Обеспечение безопасности личности и имущества	1
57	Обеспечение безопасности личности и имущества	1
58	Приемы самозащиты и самообороны	1
59	Приемы самозащиты и самообороны	1
	<b>Поисково-спасательные работы.</b>	<b>5</b>
60	Основы безопасного ведения поисково-спасательных работ.	1
61	Определение опасных и безопасных зон.	1
62	Виды носилок и волокуш	1
63	Виды сигналов бедствия	1
64	Международная кодовая таблица сигналов	1
	<b>Общая спортивно-оздоровительная подготовка</b>	<b>8</b>
65	Краткие сведения о строении и функциях организма человека	1
66	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	1
67	Общая физическая подготовка.	1
68	Значение регулярной ОФП в укреплении здоровья	1
69	Специальная физическая подготовка	1
70	Значение специальной физической подготовки в развитии различных групп мышц.	1
71	Выполнение школьных нормативов	1

75	Выполнение школьных нормативов	1
	<b>Итого</b>	<b>72</b>

## Содержание программы

### **Введение.**

**Теория:** инструктаж по ТБ, решение организационных вопросов, краткий обзор программы, требования к учащимся, проведение стартовой диагностики.

### **Ориентирование и топография.**

**Теория:** понятие о топографической карте. Условные знаки. Ориентирование по горизонту, азимуту. Компас. Работа с компасом. Измерение расстояний. Способы ориентирования. Ориентирование по местным предметам. Понятие о масштабе карты. Оформление карт, их отличительные свойства. Группы условных знаков. Изображение рельефа на карте. Типичные формы рельефа. Стороны горизонта. Понятие азимута и его определение. Устройство компаса. Действия с компасом. Понятие ориентиров. Способы измерения расстояний на карте и на местности. Способы ориентирования с помощью карты. Виды ориентиров. Сохранение направления движения. Движение по азимуту, по легенде. Определение сторон горизонта по светилам и местным предметам. Порядок действий в случае потери ориентировки.

**Практика:** Определение масштаба и расстояния по карте. Копирование участков маршрута на кальку. Чтение и изображение топографических знаков. Определение рельефа по карте. Измерение и построение азимутов. Ориентирование карты по компасу. Выполнение прямой и обратной засечки. Движение по азимуту с помощью компаса. Измерение расстояний на карте и на местности. Определение ориентиров движения, способы привязки к местности, точки стояния. Сохранение направления движения. Определение сторон горизонта по светилам и местным предметам. Определение направленности выхода в случае потери ориентировки.

### **Краеведение.**

**Теория:** Родной край, его природные особенности, история, известные земляки. Туристские возможности родного края. Основные сведения о климате, растительном и животном мире родного края. Транспортные магистрали. Основные сведения по истории и культуре родного края. Памятники истории, культуры и природы родного края. Порядок выполнения краеведческих заданий на маршруте.

**Практика:** Разработка маршрута по интересным местам своего края. Выполнение краеведческих заданий на маршруте. Изучение краеведческих объектов. Общественно-полезная работа во время учебно-тренировочных сборов.

### **Основы автономного существования человека в природных условиях.**

**Теория:** Понятие о выживании и автономном существовании в природе. Особенности автономного существования в различных климатогеографических условиях. Основные причины вынужденного автономного существования в природе. Чрезвычайные, экстремальные и аварийные ситуации. Первоочередные действия потерпевших бедствие.

**Практика:** Определение особенностей автономного существования в различных климатогеографических условиях. Меры по предотвращению чрезвычайных, экстремальных и аварийных ситуаций. Алгоритм действий потерпевших бедствие.

### **Жизнеобеспечение человека.**

**Теория:** Групповое и личное туристское снаряжение. Организация бивуака. Основные требования к месту привала бивуака. Привалы и ночлеги. Порядок работы по развешиванию и свертыванию лагеря. Основные типы костров и их назначение. Меры безопасности при обращении с огнем и заготовке дров. Питание в походе. Основные требования к продуктам, используемым в походе. Правила хранения продуктов. Принцип составления меню и списка продуктов.

**Практика:** Составление перечня группового и личного снаряжения с учетом походных условий. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за снаряжением. Выбор места для бивуака, привала. Установка палатки и размещение в ней вещей. Разведение костра и заготовка дров. Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов. Приготовление на костре каши и супа.

### **Доврачебная помощь.**

**Теория:** Личная гигиена туриста: гигиена тела, одежды, обуви. Профилактика различных заболеваний. Сущность закаливания и систематических занятий спортом. Медицинская аптечка: состав, хранение аптечки при транспортировке. Назначение и дозировка препаратов. Личная аптечка. Использование лекарственных растений. Основные приемы оказания доврачебной помощи. Правила оказания доврачебной помощи при тепловом и солнечном ударах, при ожогах. Оказание помощи утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Наложение повязок.

**Практика:** Комплекс упражнений утренней зарядки. Подбор состава медицинской аптечки. Применение медицинских препаратов. Оказание доврачебной помощи. Способы обеззараживания воды.

#### **Техника преодоления естественных препятствий.**

**Теория:** Виды естественных препятствий. Общие характеристики естественных препятствий. Техника и тактика их преодоления. Основные правила движения группы. Правила поведения в населенных пунктах. Узлы. Основные виды туристических узлов. Техника вязания узлов. Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий: значение дисциплины, правильной оценки своих сил и умений.

**Практика:** Использование самостраховки для преодоления несложных естественных препятствий. Вязание узлов: ткацкий, прямой, проводник, восьмерка, булинь.

#### **Действия в ЧС техногенного характера.**

**Теория:** Классификация ЧС техногенного характера. Основные причины техногенных аварий и катастроф. Понятие об опасности и определение опасных факторов. Возможные последствия. Пожары и взрывы, их виды. Условия и причины возникновения пожаров и взрывов. Виды развития обстановки на пожаре. Возможные последствия. Химические вещества и опасные объекты. Характеристика и классификация АХОВ. Аварии с угрозой выброса АХОВ. Поражающие факторы и возможные последствия при авариях с выбросом АХОВ. Средства индивидуальной защиты, их виды. Классификация противогазов. Устройство и правила применения противогазов. История создания спасательных служб в России и мире.

**Практика:** Источники и виды опасных и вредных факторов производственной среды, причины их возникновения. Порядок действий при угрозе ЧС техногенного характера. Правила поведения при пожаре и угрозе взрыва. Правила поведения и действия населения при авариях на химически опасных объектах. Правила надевания противогаза ГП-7, выполнение норматива по надеванию.

#### **Действия при ЧС криминогенного характера.**

**Теория:** Населенный пункт как источник социальной опасности (нарушение межличностных связей, скопление людей и материальных ценностей). Зоны повышенной криминогенной опасности. Обеспечение безопасности личности и имущества. Роль информационного фактора в обеспечении безопасности личности и имущества. Оценка и прогнозирование опасных ситуаций. Приемы самозащиты и самообороны. Удары ногой и рукой.

**Практика:** Правила поведения в зонах повышенной опасности (вокзалы, места скопления людей) и в уединенных местах (переулки, парки и т.д.). Психологический тренинг по действиям в криминогенной ситуации. Меры безопасности при нахождении в толпе. Отработка приемов самозащиты и самообороны.

#### **Поисково-спасательные работы.**

**Теория:** Основы безопасного ведения поисково-спасательных работ. Четкое руководство ПСР, создание рабочей обстановки. Определение опасных и безопасных зон. Изготовление транспортных средств. Виды носилок и волокуш. Применение различных транспортных средств при эвакуации по дорогам, по тропам и без троп. Виды сигналов бедствия. Подача сигналов бедствия. Международная кодовая таблица сигналов.

**Практика:** Подготовка места проведения поисково-спасательных работ. Организация взаимодействия участников работ. Изготовление носилок и волокуш. Международная кодовая таблица сигналов.

#### **Общая спортивно-оздоровительная подготовка.**

**Теория:** Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. Общая физическая подготовка. Значение регулярной ОФП в укреплении здоровья и подготовке к соревнованиям и УТВ. Специальная физическая подготовка. Значение специальной физической подготовки в развитии различных групп мышц.

**Практика:** Осуществление самоконтроля. Выполнение школьных нормативов по физической подготовке с превышением их на 10-15%. Комплекс упражнений на развитие выносливости.

**Итоговое занятие.**

Подведение итогов обучения

## **Контрольно- оценочные средства**

Основной формой оценивания планируемых результатов программы являются мероприятия соревновательного характера, а также итоговое тестирование.

Зачетные индивидуально – командные игровые соревнования по правилам оказания первой медицинской помощи.

- организация тестирования и контрольных опросов;
- проведение викторин, смотров знаний;
- организация игр-тренингов;
- анализ результатов деятельности.

## **Условия реализации программы**

Данная программа может быть эффективно реализована при взаимодействии нескольких факторов:

### ***Научно-теоретическое обеспечение:***

- тестирование, анкетирование различных слоев общества в плане воспитания подрастающего поколения (социальный заказ);
- диагностика потребностей, интересов учащихся;
- использование результатов исследования с целью оптимизации и корректировки программы с учетом новых явлений и тенденций в современном обществе.

### ***Организационно-методическое обеспечение:***

- дополнительная общеразвивающая программа «Спасатель»;
- нормативно-правовая документация;
- методические пособия и рекомендации по организации деятельности в рамках программы.

### ***Материально-техническое обеспечение:***

- наличие материально-технической базы и эффективное ее использование во время прохождения программы;
- наличие необходимого для занятий снаряжения и инвентаря.

Для проведения занятий необходимо:

- ✓ для проведения теоретических занятий необходим кабинет, оборудованный для занятий детей, доска, мультимедийная система.
- ✓ для практических занятий необходим спортивный зал, а так же занятия проводятся на открытом воздухе - воспитанники для занятий должны иметь, тетрадь, цветные карандаши, ручку, транспорт и т.д.
- ✓ для организации многодневных походов необходим полный комплект снаряжения и оборудования.

## Список литературы

### *Нормативно-правовое обеспечение:*

-Федеральный закон от 29.12.2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

-Приказы Министерства образования и науки Российской Федерации:

от 18 декабря 2012 года № 1060 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 года № 373».

### *Для преподавателя:*

1. Буянов В.М., Нестеренко Ю.А. Первая медицинская помощь: Учебник для учащихся медицинских училищ и колледжей. – М.: Медицина, 2000. – 222 с.
2. Величко В.Н., Цикулин А.Е. Основы доврачебной помощи. - М., 1996.
3. Куколевский Г.М. Здоровье и физическая культура /М.: МЕДИЦИНА, 2000
4. Мачулин Е.Г. Организация оказания медицинской помощи пострадавшим с травмам в чрезвычайной ситуации. – Мн., 2000.
5. Радионова О.М., Башкиров А.А. Первая доврачебная помощь /М.: РУДН, 2004.

### *Для обучающихся:*

1. Домашний доктор. Лечебные домашние средства. Под редакцией Деборы Ткач. Москва, 2002г.
2. Бэрри Дэвис «Основы выживания в экстремальной ситуации». М, 2003.
3. И.Д. Зверев. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека. Пособие для учащихся. Москва, "Просвещение", 2010г.
4. Г.И. Косицкий, Д.Н. Дьяконова. Резервы нашего организма. Москва, "Просвещение", 2011г.
5. Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. Разработчики В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М, «Издательство НЦ ЭНАС», 2003г.
6. И.В. Милюкова, Т.А. Евдокимова Лечебная физкультура. Новейший справочник. Санкт-Петербург. Москва, 2003. 16. И.П. Подласый «Педагогика». М, 2003.
7. Руководство по медицинской службе гражданской обороны. Редакция А.И. Бурназяна. Москва, "Медицина", 1983г.
8. Справочник медицинской сестры по уходу. Редакция Н.Р. Палеева. Москва, "Медицина", 2009г.

### *Справочная:*

1. Алтынов П.И. Краткий справочник школьника /М.: Дрофа, 2004/
2. Величенко В.М., Юмашева Г.С. Первая доврачебная помощь /М.: Медицина, 2006
3. Задворная О.Л., Гурьянова М.Х. Справочник медицинской сестры I-II том /М.: Новая Волна, 2004
4. Садикова Н.Б. Современный справочник медицинской сестры /Мн.: Современный литератор, 2004
5. Складорова Т.А., Дычало И.Н. Младшая медицинская сестра /Ростов - на -Дону: Феникс, 2004

### *Интернет-ресурсы*

1. Медицинский портал. Травматизм, причины травматизма, <http://www.eurolab.ua/encyclopedia/traumatology/48535/>.
2. Сайт «Первая помощь». URL : <http://www.1st-aid.ru>.

3. Справочник по оказанию первой помощи (Школа Первой Помощи. Проект «Пространство безопасности»). URL : [http://www.allsafety.ru/first\\_aid/index.htm](http://www.allsafety.ru/first_aid/index.htm).
4. Пособия по оказанию медицинской помощи. URL : <http://ihelpers.narod.ru/>  
[http://www.kchs.tomsk.gov.ru/med\\_pom.htm](http://www.kchs.tomsk.gov.ru/med_pom.htm).
5. Научная электронная библиотека eLibrary. URL : <http://elibrary.ru>.
6. ЭБС СибЮИ ФСКН России [www.sibli.ru](http://www.sibli.ru).
7. ЭБС znanium.com.