

Ростовская область Тарасовский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Ерофеевская основная общеобразовательная школа

«Утверждаю»
И.о. Директора МБОУ Ерофеевской ООШ
_____ /Алферова М.В./
Приказ № 86 от 29.08.2024г.

Рабочая программа

по внеурочной деятельности

Моя безопасность

Уровень общего образования: основное общее

Классы 8-9

Количество часов: 34

Учитель Алферов Н.Н.

2024-2025 уч. год

Аннотация к рабочей программе Курса внеурочной деятельности «Моя безопасность»

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Моя безопасность» (8-9 классы) разработана в соответствии с требованиями ФГОС и ФОП основного общего образования и Положением «О рабочих программах учебных предметов, учебных курсов (в том числе внеурочной деятельности), учебных модулей в соответствии с требованиями ФГОС и ФОП основного общего образования» и является частью основной образовательной программы основного общего образования.

Рабочая программа ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания и в рабочей программе воспитания МБОУ Ерофеевская ООШ. Обучение курса направлено на ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у

подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения; прочное усвоение обучающимися основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования; возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни; выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности; реализацию оптимального баланса межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

Научной базой курса внеурочной деятельности является общая теория безопасности, исходя из которой он должен обеспечивать формирование целостного видения всего комплекса проблем безопасности, включая глобальные, что позволит обосновать оптимальную систему обеспечения безопасности личности, общества и государства, а также актуализировать для обучающихся построение адекватной модели индивидуального безопасного поведения в повседневной жизни, сформировать у них базовый уровень культуры безопасности жизнедеятельности..

Целью изучения курса внеурочной деятельности «Моя безопасность» на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

- способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;
- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;
- знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности и защита Родины» входит в обязательную предметную область «Физическая культура и основы безопасности и защиты Родины»,

Срок реализации программы – учебный год (8-9 классы)

Количество учебных часов, на которые рассчитана программа

	8-9 классы
--	------------

Кол-во учебных недель 34	34
Кол-во часов в неделю 1	1
Кол-во часов в год 34	34

Для реализации программы используются учебники, допущенные к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, приказом Минпросвещения от 21.09.2022 № 858:

- Основы безопасности жизнедеятельности, 8кл. Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льянская Л.И., Маслов М.В./ Под редакцией С.Н. Егорова, 9 кл. . Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льянская Л.И., Маслов М.В./ Под редакцией С.Н. Егорова Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

Электронные образовательные ресурсы, допущенные к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования приказом Минпросвещения от 02.08.2022 № 653:

<http://www.edu.ru>

<http://school.edu>

<http://www.emercom.gov.ru>

<http://mon.gov.ru/> <http://www.km.ru>

<http://www.uroki.ru>

<http://www.1september.ru>

В программу включены содержание, планируемые результаты (личностные, метапредметные, предметные), тематическое планирование с учетом рабочей программы воспитания и возможностью использования электронных (цифровых) образовательных ресурсов, оценочные материалы.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Моя безопасность» разработана в соответствии с федеральным компонентом государственного стандарта основного общего образования.

Настоящая программа обеспечивает: ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения; прочное усвоение обучающимися основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования; возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни; выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности; реализацию оптимального баланса межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

В Программе содержание курса «Моя безопасность» структурно представлено четырьмя модулями (тематическими линиями):

модуль № 1 «Безопасность в быту»;

модуль № 2 «Безопасность на транспорте»;
модуль № 3 «Безопасность в общественных местах»;
модуль № 4 «Безопасность в природной среде».

ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «МОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»

Целью изучения курса внеурочной деятельности «Моя безопасность» на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

- способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;
- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;
- знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Изучение курса внеурочной деятельности предусматривается в 8-9х классах по 1 часу в неделю в течении года. Всего на изучение курса отводится 34 часа.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Модуль № 1 «Безопасность в быту»: основные источники опасности в быту и их классификация; защита прав потребителя, сроки годности и состав продуктов питания;
бытовые отравления и причины их возникновения, классификация ядовитых веществ и их опасности; признаки отравления, приёмы и правила оказания первой помощи; правила комплектования и хранения домашней аптечки; бытовые травмы и правила их предупреждения, приёмы и правила оказания первой помощи; правила обращения с газовыми и электрическими приборами, приёмы и правила оказания первой помощи; правила поведения в подъезде и лифте, а также при входе и выходе из них; пожар и факторы его развития; условия и причины возникновения пожаров, их возможные последствия, приёмы и правила оказания первой помощи; первичные средства пожаротушения;
правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними, ответственность за ложные сообщения; права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности; ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомыми людьми; меры по предотвращению проникновения злоумышленников в дом, правила поведения при попытке проникновения в дом посторонних; классификация аварийных ситуаций в коммунальных системах жизнеобеспечения; правила подготовки к возможным авариям на коммунальных системах, порядок действий при авариях на коммунальных системах.

Модуль № 2 «Безопасность на транспорте»: правила дорожного движения и их значение, условия обеспечения безопасности участников

дорожного движения; правила дорожного движения и дорожные знаки для пешеходов;

«дорожные ловушки» и правила их предупреждения;

световозвращающие элементы и правила их применения; правила

дорожного движения для пассажиров;

обязанности пассажиров маршрутных транспортных средств, ремень безопасности и правила его применения; порядок действий пассажиров при различных происшествиях в маршрутных транспортных средствах, в том числе вызванных террористическим актом; правила

поведения пассажира мотоцикла;

правила дорожного движения для водителя велосипеда и иных индивидуальных средств передвижения (электросамокаты, гироскутеры, моноколёса, сигвеи и т. п.), правила безопасного использования мототранспорта (мопедов и мотоциклов); дорожные знаки для водителя велосипеда, сигналы велосипедиста; правила подготовки велосипеда к пользованию.

Модуль № 3 «Безопасность в общественных местах»: общественные места и их характеристики, потенциальные источники опасности в общественных

местах; правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними;

массовые мероприятия и правила подготовки к ним, оборудование мест массового пребывания людей; порядок действий при беспорядках в местах массового пребывания людей;

порядок действий при попадании в толпу и давку;

порядок действий при обнаружении угрозы возникновения пожара; порядок

действий при эвакуации из общественных мест и зданий; опасности

криминогенного и антиобщественного характера в общественных местах,

порядок

действий при их возникновении; порядок действий при обнаружении бесхозных (потенциально опасных) вещей и предметов, а

также в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников; порядок действий при взаимодействии с правоохранительными органами.

Модуль № 4 «Безопасность в природной среде»: чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация;

правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними; порядок действий при укусах диких животных, змей, пауков, клещей и насекомых; различия съедобных и ядовитых грибов и растений, правила поведения, необходимые для

снижения риска отравления ядовитыми грибами и растениями; автономные условия, их особенности и опасности, правила подготовки к длительному

автономному существованию; порядок действий при автономном существовании в природной среде; правила ориентирования на местности, способы подачи сигналов бедствия;

общие правила безопасного поведения на водоёмах, правила купания в подготовленных и неподготовленных местах; порядок действий при обнаружении

тонущего человека; правила поведения при нахождении на

плавсредствах;

правила поведения при нахождении на льду, порядок действий при обнаружении человека в полынье.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения курса внеурочной деятельности «Моя безопасность», должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе:

усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;

усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной; формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов; формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира; формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем

взаимопонимания; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками,

старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности; формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее

проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде; осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни,

уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи; формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения курса внеурочной деятельности «Моя безопасность», должны отражать:

умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищенности, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности

жизнедеятельности, собственные возможности ее решения;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии, устанавливать

причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы; умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач; умение 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; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение; формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим; формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По курсу внеурочной деятельности «Моя безопасность»:

- 1) сформированность культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства;
- 2) сформированность социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;
- 3) сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;
- 4) понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств;
- 5) сформированность чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга – защите Отечества;
- 6) знание и понимание роли государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального (в том числе террористического) характера;
- 7) понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);
- 8) овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- 9) освоение основ медицинских знаний и владение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;
- 10) умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей;
- 11) освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания;
- 12) овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы).

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «МОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»

Модуль № 1 «Безопасность в быту»:

знать права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности; знать о правилах вызова экстренных служб и ответственности за ложные сообщения;

безопасно действовать при пожаре в жилых и общественных зданиях, в том числе правильно использовать первичные средства пожаротушения.

Модуль № 2 «Безопасность на транспорте»: классифицировать виды опасностей на транспорте (наземный, подземный, железнодорожный, водный, воздушный); соблюдать правила дорожного движения, установленные для пешехода, пассажира, водителя

велосипеда и иных средств передвижения; предупреждать возникновение сложных и опасных ситуаций на транспорте, в том числе

криминогенного характера и ситуации угрозы террористического акта; безопасно действовать в ситуациях, когда человек стал участником происшествия на транспорте (наземном, подземном, железнодорожном, воздушном, водном), в том числе вызванного террористическим актом.

Модуль № 3 «Безопасность в общественных местах»: распознавать и характеризовать ситуации криминогенного и антиобщественного характера (кража, грабёж, мошенничество, хулиганство, ксенофобия); знать

правила информирования экстренных служб;

безопасно действовать при возникновении пожара и происшествиях в общественных местах;

безопасно действовать в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников; безопасно действовать в ситуациях криминогенного и антиобщественного характера.

Модуль № 4 «Безопасность в природной среде»: раскрывать смысл понятия экологии, экологической культуры, значение экологии для устойчивого

развития общества; помнить и выполнять правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической

обстановке; объяснять правила безопасного поведения на водоёмах в различное время года;

безопасно действовать в случае возникновения чрезвычайных ситуаций геологического происхождения (землетрясения, извержения вулкана), чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи), гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами, снежные лавины), природных пожаров (лесные, торфяные, степные); характеризовать правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде;

безопасно действовать при автономном существовании в природной среде, учитывая вероятность потери ориентиров (риска заблудиться), встречи с дикими животными, опасными насекомыми, клещами и змеями, ядовитыми грибами и растениями; знать и применять способы подачи сигнала о помощи.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
		Всего
1	Модуль "Безопасность в быту"	4
2	Модуль "Безопасность на транспорте"	10
3	Модуль "Безопасность в общественных местах"	4
4	Модуль "Безопасность в природной среде"	16
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34

№ п/п	Тема урока	Количество часов
1	Пожарная безопасность в быту	2
2	Первичные средства пожаротушения	
3	Безопасность пассажира	2
4	Безопасность водителя	2
5	Безопасные действия при дорожно-транспортных происшествиях	2
6	Безопасность пассажиров на различных видах транспорта	2
7	Первая помощь при чрезвычайных ситуациях на транспорте	2
8	Пожарная безопасность в общественных местах	2
9	Безопасные действия в ситуациях криминогенного и антиобщественного характера	2
10	Безопасные действия при автономном существовании в природной среде	2
11	Пожарная безопасность в природной среде	2
12	Безопасное поведение в горах	2
13	Безопасное поведение на водоёмах	2
14	Безопасные действия при угрозе наводнения, цунами	2
15	Безопасные действия при урагане, буре, смерче, грозе	2
16	Безопасные действия при угрозе землетрясения, извержения вулкана	2
17	Экология и её значение для устойчивого развития общества	2
Итого по программе:		34

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Основы безопасности жизнедеятельности, 8кл. Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льянская Л.И., Маслов М.В./ Под редакцией С.Н. Егорова, 9 кл. . Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льянская Л.И., Маслов М.В./ Под редакцией С.Н. Егорова Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. • Основы безопасности жизнедеятельности, 8кл. Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льянская Л.И., Маслов М.В./ Под редакцией С.Н. Егорова, 9 кл. . Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льянская Л.И., Маслов М.В./ Под редакцией С.Н. Егорова Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение» 2024
2. Поляков В.В., Кузнецов М.И., Марков В.В. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. - М.: Дрофа, 2009- 2013
3. Поляков В.В., Кузнецов М.И., Марков В.В. и др. Основы безопасности жизнедеятельности
4. Грушка Л.В., Сулимов А.С., Лушников Р.Д.. Основы безопасности жизнедеятельности. Сборник ситуационных задач. В 2-х частях. 8-9 класс. М.: Просвещение, 2022
5. Волович, В. Г. Как выжить в экстремальной ситуации / В. Г. Волович. - М: Знание, 2021.
6. Гостюшин, А. В. Энциклопедия экстремальных ситуаций / А. В. Гостюшин. - М.: Зеркало, 2022.
7. Гражданская оборона / под ред. генерала армии А. Т. Алтунина. -М.: Воениздат, 2021.
8. Лифлянский, В. Г. и др. Лечебные свойства пищевых продуктов / В. Г. Лифлянский, В. В. Закревский, М. Н. Андропова. - М.: Терра, 2023.
9. Поляков, В. В. Безопасность человека в экстремальных ситуациях / В. В. Поляков, Е. А. Сербаринов. - М, 2021.
10. Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах. -М.: Воениздат, 2023.
11. Проблемы безопасности при чрезвычайных ситуациях. - М: ВИМИТ, 2023.
12. Справочник лекарственных растений. - М., 2022.
12. Справочные данные о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и экологического происхождения. - Ч. 2. - М.: МЧС, 2021.
13. Чрезвычайные ситуации и защита от них / сост. А. Бондаренко. - М., 2019

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Российское образование" Федеральный портал»	http://www.edu.ru
Российский общеобразовательный портал	http://school.edu
МЧС России	http://www.emercom.gov.ru
Министерство образования и науки РФ	http://mon.gov.ru/
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	http://www.km.ru
Образовательный портал «Учеба»	http://www.uroki.ru
Издательский дом «1 сентября»	http://www.1september.ru