

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 15 Советского района Волгограда»**

Принято на педагогическом совете
Протокол № 1
от «31» августа 2022 г.

Утверждена
директором МОУ СШ №15
Приказ от 31.08.2022 №01-12/144

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по организации внеурочной деятельности учебного предмета
(учебного курса, учебного модуля)**

«Школа выживания»
программа внеурочной деятельности для детей 13-15 лет
модифицированного типа
(спортивно-оздоровительное направление)

8 класс основного общего образования

Разработчик:
Горбунков Андрей Владимирович

2022-2023 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- Методические рекомендации Минпросвещения России от 05.07.2022 №ТВ-1290/03 по организации внеурочной деятельности;
- СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- основной образовательной программы ООО МОУ СШ № 15.

Обучение курсу «Школа выживания» внеурочной деятельности на уровне основного общего образования направлено на достижение следующих целей:

В направлении личностного развития:

- воспитать чувство ответственности и долга перед Родиной;
- сформировать ответственное отношение к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- сформировать целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики;
- сформировать осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- освоить социальные нормы, правила поведения, роль и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- сформировать коммуникативную компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- сформировать ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоить правила индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правила поведения на транспорте и на дорогах;
- осознать значение семьи в жизни человека и общества, принять ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

В метапредметном направлении:

- самостоятельно определять цели своего развития, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения познавательных задач;

- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- оценивать правильность выполнения познавательной задачи, собственные возможности её решения;
- овладеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в познавательной деятельности;
- определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- организовывать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей;
- формировать и развивать компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ – компетенции);
- формировать и развивать экологическое мышление, применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

В предметном направлении предлагаемая программа нацеливает педагогический процесс на решение следующих познавательных задач:

- усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях;
- о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;
- о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций;
- об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, освоение обучающимися знаний о здоровом образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- развитие качеств личности обучающихся, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание у обучающихся чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- умение обучающихся предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

Содержание курса внеурочной деятельности «Школа выживания» способствует реализации программы духовно-нравственного развития ООП через общеинтеллектуальное направление

Общая характеристика курса

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности в повседневной жизни, оказание первой медицинской помощи, основы безопасного поведения человека в чрезвычайных ситуациях. Предлагаемый объем содержания является достаточным для формирования у обучающихся на втором уровне общеобразовательной школы основных понятий в области безопасности жизнедеятельности.

В ходе изучения курса обучающиеся получают знания о здоровом образе жизни, о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения. Большое значение придается также формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, привитию навыков по оказанию первой медицинской помощи пострадавшим.

8 классы изучают предмет на внеурочных занятиях по курсу «Школа выживания». Все виды занятий формируют у обучающихся систему комплексных социально ориентированных знаний об основах безопасности жизнедеятельности.

Значимость курса заключается в том, что обучающиеся получают систематизированное представление о правилах дорожного движения, пожарной безопасности, о возможных опасностях, учатся их прогнозировать и вырабатывать безопасный алгоритм действий в конкретных условиях обстановки, обучаются оказанию первой помощи, транспортировке пострадавших, правилам поведения при ЧС техногенного характера. Курс «Школа выживания» решает и еще одну немаловажную задачу – он нацелен на пропаганду здорового образа жизни, профилактику вредных привычек: наркомании, токсикомании, алкоголизма, курения, знакомит обучаемых с основами репродуктивного здоровья.

Наиболее приемлемыми для обучающихся на внеурочных занятиях являются следующие приемы и методы работы на занятиях:

-для организации познавательной деятельности обучающихся на занятиях целесообразно использовать разнообразные методы и формы обучения.

*перцептивные: (словесные, наглядные, практические) рассказ, лекция, беседа, семинары демонстрация, практические занятия. Соревнования. Ролевые игры.

*логические: (индуктивные и дедуктивные) логическое изложение и восприятие учебного материала учеником. (анализ ситуации).

*гностический: объяснительно-репродуктивный, информационно поисковый, исследовательский. (реферат, доклад, проектное задание)

-контроля и самоконтроля (устный).

-стимулирования и мотивации.

Фронтальная форма занятий, активно управляет восприятием информации, систематическим повторением и закреплением знаний обучающимися.

Индивидуальная работа в наибольшей мере помогает учесть особенности темпа работы каждого обучающегося.

При реализации программы наиболее предпочтительны следующие формы занятий: занятия - коммуникация, занятия - исследование, занятия - практикум, занятие – экскурсия.

Достижению целей программы курса будет способствовать использование элементов современных образовательных технологий:

-активные методы обучения;

-игровые технологии;

-исследовательская технология обучения;

-технология развития критического мышления на уроках;

-метод проектов;

-технологии уровневой дифференциации;

-информационно-коммуникационные технологии.

Место курса «Школа выживания» в плане внеурочной деятельности

Обучению курсу «Школа выживания» внеурочной деятельности отводится 1 час в неделю, что при 34 учебных неделях составляет 34 часа

Программа курса внеурочной деятельности «Школа выживания» реализуется через следующую форму организации деятельности: объединение.

Год обучения	кол-во часов в неделю	кол-во учебных недель	всего часов за учебный год
8 класс	1	34	34
			34 часа за курс

**Личностные, метапредметные результаты освоения
курса «Школавыживания» внеурочной деятельности**

Личностными результатами программы внеурочной деятельности является формирование следующих компетенций:

- определять и высказывать под руководством педагога самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

Определять и формулировать цель познавательной деятельности на занятиях спомощью педагога.

Проговаривать последовательность действий на занятии.

Учить высказывать своё предположение (версию), учить работать по предложенному педагогом плану.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе познания нового материала.

Учиться совместно с педагогом и другими обучающимися давать эмоциональнуюоценку деятельности класса на занятиях.

Средством формирования этих действий служит технология оцениванияобразовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свойжизненный опыт и информацию, полученную на занятиях.

Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместнойработы всего класса.

Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей(предметных, рисунков, схематических рисунков).

Коммуникативные УУД:

Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

Слушать и понимать речь других.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следоватьим.

Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Привлечение родителей к совместной деятельности.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья;

Социальная адаптация обучающихся, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром;

Умение систематически наблюдать за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Количество часов		Дата	
		теория	практика	план	факт
1	Основы безопасности личности, общества и государства	24 часа			
	Безопасность дорожного движения	8 часов			
1	Правила дорожного движения их история. Краткая характеристика современного транспорта. Дорожные знаки, указатели, регулировка.	1			
2	ПДД. Места перехода проезжей части. Движение вдоль дорог. Движение в одиночку, группами, колоннами.	0,5	0,5		
3	Поведение пешеходов на перекрестке. Виды перекрестков. Дорожные ситуации - «ловушки» опасные для пешеходов	1			
4	Устройство велосипеда, его снаряжение и техническое обслуживание.	0,5	0,5		
5	Правила для велосипедистов	1			
6	Практическое занятие вождения на велосипеде.		1		
7	Решение ситуационных задач по ПДД.	1			
8	Решение ситуационных задач по ПДД. Оценивание скорости, пути, направление движения машин.	1			
	Правила пожарной безопасности	8 часов			
9	Огонь – друг и враг человека. Меры предосторожности при обращении с огнем.	1			
10	Три составляющих огня. Причины и поражающие факторы огня. Группы возгораемости материалов.	1			
11	Правила пожарной безопасности	1			
12	Противопожарный режим дома и в школе.	1			
13	Потенциальные опасности на кухне. ППБ при использовании газовых и электрических плит.	1			
14	Занятие - практикум «Твои действия при пожаре».		1		
15	Практическое занятие «эвакуация из горящего здания».		1		
16	Противопожарное оборудование.	0,5	0,5		
	Безопасность в ЧС техногенного характера	6 часов			
17	История аварий и катастроф, их причины.	1			

	Потенциально опасные объекты, характерные для региона проживания.				
18	Поражающие факторы взрыва. Взрывы в жилых домах. ПБП при взрывах.	1			
19	Опасные химические вещества и опасные объекты.	1			
20	Последствия химических аварий, воздействие на человека.	1			
21	ПБП при химических авариях. Герметизация помещения.	1			
22	Средства индивидуальной защиты. Эвакуация.	0,5	0,5		
23	Краткая характеристика экологической обстановки в России. Экология Волгограда.	1			
24	Обеспечение экологической безопасности при проживании на территории со сложной экологией.	1			
	Оказание первой помощи и здоровый образ жизни	10 часов			
	Основы медицинских знаний, оказание первой помощи	5 часов			
25	Оказание первой помощи при несчастных случаях на дороге. Остановка кровотечений.	1			
26	Первая помощь при химических и термических ожогах.	1			
27	Первая помощь при отравлениях бытовой химией.	1			
28	Оказание первой помощи при носовом кровотечении.	1			
29	Первая помощь при закрытых травмах. Транспортировка пострадавших	1			
	Основы здорового образа жизни	5 часов			
30	Составляющие здорового образа жизни.	1			
31	Факторы укрепления и разрушения здоровья.	1			
32	Вредные привычки и их профилактика.	1			
33	Наркомания и токсикомания.	1			
34	Тестирование Итоговый урок «Основы ЗОЖ».		1		

Содержание курса «Школа выживания» внеурочной деятельности

Основы безопасности личности, общества и государства, 24ч.

а). Безопасность дорожного движения, 8ч.

б). Правила пожарной безопасности, 8ч.

в). Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера, 6ч.г). Экологическая безопасность, 2ч.

Оказание первой помощи и здоровый образ жизни. 10ч.

а). Основы медицинских знаний и оказание первой помощи. 5ч.

б). Основы здорового образа жизни. 5ч.

Кол- во часов	Содержание материала	Характеристика основных видов деятельности обучающегося (на уровне учебных действий)
1. Основы безопасности личности, общества и государства (24 часа).		
	Безопасность дорожного движения, 8ч.	

1/1	Правила дорожного движения их история. Краткая характеристика современного транспорта. Дорожные знаки, указатели, регулировка.	Знать правила дорожного движения, дорожные знаки, указатели, знаки регулировки.
1/2	ПДД. Места перехода проезжей части. Движение вдоль дорог. Движение в одиночку, группами, колоннами.	Знать правила безопасного поведения на дороге, места переходов проезжей части. Правила движения группами, колоннами, в одиночку.
1/3	Поведение пешеходов на перекрестке. Виды перекрестков. Дорожные ситуации - «ловушки» опасные для пешеходов	Знать правила поведения пешеходов на перекрестке, виды перекрестков. Получают представление о дорожных ситуациях - «ловушках» опасных для пешеходов.
1/4	Устройство велосипеда, его снаряжение и техническое обслуживание.	Знать устройство велосипеда. Получают представление о техническом обслуживании.
1/5	Правила для велосипедистов.	Знать правила для велосипедистов
1/6	Практическое занятие вождения на велосипеде.	Приобретают навыки, связанные с ездой на велосипеде.
1/7	Решение ситуационных задач по ПДД.	Решают ситуационные задачи по правилам дорожного движения.
1/8	Решение ситуационных задач по ПДД. Оценивание скорости, пути, направление движения машин.	Решают ситуационные задачи по правилам дорожного движения, задачи по определению скорости и пройденного пути.
	Правила пожарной безопасности, 8ч.	
1/9	Огонь – друг и враг человека. Меры предосторожности при обращении с огнем.	Знать меры предосторожности при пользовании огнем в различных ситуациях.
1/10	Три составляющих огня. Причины и поражающие факторы огня. Группы возгораемости материалов.	Получают представление о группах возгораемости материалов. Изучают причины и поражающие факторы пожаров.
1/11	Правила пожарной безопасности	Изучают правила пожарной безопасности.
1/12	Противопожарный режим дома и в школе.	Рассматривают меры пожарной безопасности дома и в школе.
1/13	Потенциальные опасности на кухне. ППБ при использовании газовых и электрических плит.	Рассматривают потенциальные опасности в доме, изучают ППБ при использовании газовых и электрических плит.
1/14	Занятие - практикум «Твои действия при пожаре».	Отрабатывают практические навыки « Мои действия при пожаре»
1/15	Практическое занятие «эвакуация из горящего здания».	Отрабатывают практические навыки по эвакуации из горящего здания.
1/16	Противопожарное оборудование.	Изучают различные виды противопожарного оборудования, правила пользования огнетушителями различных видов.
	Безопасность в ЧС техногенного характера, 6ч.	
1/17	История аварий и катастроф, их причины. Потенциально опасные объекты, характерные для региона проживания.	Изучают причины техногенных ЧС, классификацию. Получают представление о потенциально опасных объектах Новокузнецка.

1/18	Поражающие факторы взрыва. Взрывы в жилых домах. ПБП при взрывах.	Получают представление о поражающих факторах взрыва, особенностях взрыва. Изучают ПБП при взрывах.
1/19	Опасные химические вещества и опасные объекты.	Рассматривают опасные химические вещества и опасные объекты.
1/20	Последствия химических аварий, воздействие на человека.	Получают представление о последствиях химических аварий и их влиянии на человека.
1/21	ПБП при химических авариях. Герметизация помещения.	Изучают ПБП при химических авариях, учатся герметизировать помещение.
1/22	Средства индивидуальной защиты. Эвакуация.	Изучают средства индивидуальной защиты и подготовку к эвакуации.
1/23	Краткая характеристика экологической обстановки в России. Экология Кузбасса.	Получают представление о экологической обстановке в России. Изучают экологию Кузбасса.
1/24	Обеспечение экологической безопасности при проживании на территории со сложной экологией.	Знать основные правила обеспечения экологической безопасности при проживании на территории со сложной экологией.
2.Оказание первой помощи и здоровый образ жизни,10 ч		
	Основы медицинских знаний, оказание первой помощи, 5ч.	
1/25	Оказание первой помощи при несчастных случаях на дороге. Остановка кровотечений.	Учатся оказывать первую помощь. Рассматривают различные способы остановки кровотечений
1/26	Первая помощь при химических и термических ожогах.	Учатся правильно оказывать первую помощь при химических и термических ожогах.
1/27	Первая помощь при отравлениях бытовой химией.	Учатся правильно оказывать первую помощь при бытовых отравлениях.
1/28	Оказание первой помощи при носовом кровотечении.	Учатся правильно оказывать первую помощь при носовом кровотечении.
1/29	Первая помощь при закрытых травмах. Транспортировка пострадавших	Учатся правильно оказывать первую помощь при закрытых травмах. Изучают виды транспортировки пострадавших.
	Основы здорового образа жизни, 5ч.	
1/30	Составляющие здорового образа жизни.	Изучают составляющие здорового образа жизни, их значение для долголетия человека.
1/31	Факторы укрепления и разрушения здоровья.	Изучают факторы укрепляющие и разрушающие здоровье человека.
1/32	Вредные привычки и их профилактика.	Рассматривают профилактику вредных привычек
1/33	Наркомания и токсикомания.	Рассматривают вред для здоровья человека наркомании и токсикомании
1/34	урок. Тестирование Итоговый « Основы ЗОЖ».	Работают с тестами.
Итого		Всего 34ч.

1. Основы безопасности, личности, общества и государства (24 часа).

Безопасность дорожного движения (8ч).

Правила дорожного движения, их история. Краткая характеристика современного транспорта. Дорожные знаки, указатели, регулировка. ПДД. Места перехода проезжей части. Движение вдоль дорог. Движение в одиночку, группами, колоннами. Поведение пешеходов на перекрестке. Виды перекрестков. Дорожные ситуации – «ловушки» опасные для пешеходов.

Устройство велосипеда, его снаряжение и техническое обслуживание. Правила ДД для велосипедистов. Практические занятия по вождению велосипеда.

Правила пожарной безопасности (8ч.)

Огонь друг и враг человека. Меры предосторожности при обращении с огнем. Три составляющих огня. Причины и поражающие факторы огня. Группы возгораемости материалов. Правила пожарной безопасности. Противопожарный режим дома и в школе. Потенциальные опасности на кухне. ППБ при использовании газовых и электрических плит. Противопожарное оборудование. Практические занятия по действиям при пожаре и эвакуации из горящего здания.

1.3 Безопасность в ЧС техногенного характера (6ч.)

История аварий и катастроф, их причины. Потенциально опасные объекты, характерные для региона проживания. Поражающие факторы взрыва. Взрывы в жилых домах. ПБП при взрывах. Опасные химические вещества и опасные объекты. Последствия химических аварий, воздействие на человека. ПБП при химических авариях. Герметизация помещения. Средства индивидуальной защиты. Эвакуация

Краткая характеристика экологической обстановки в России. Экология Кузбасса.

Обеспечение экологической безопасности при проживании на территории со сложной экологией

2. Правила оказания первой медицинской помощи и здоровый образ жизни (10ч.)

2.1 Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи

Оказание первой помощи при несчастных случаях на дороге. Остановка кровотечений. Первая помощь при химических и термических ожогах. Первая помощь при отравлениях бытовой химией. Оказание первой помощи при носовом кровотечении. Первая помощь при закрытых травмах. Транспортировка пострадавших. Первая помощь при закрытых травмах. Транспортировка пострадавших

2.2 Основы ЗОЖ

Составляющие здорового образа жизни. Факторы укрепления и разрушения здоровья. Вредные привычки и их профилактика. Наркомания и токсикомания. Тестирование « Основы ЗОЖ».

Требования к уровню подготовки обучающихся Знать/понимать основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;

правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;

оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отравлениях опасными химическими веществами и бытовой химией, отморожениях, ушибах, кровотечениях, закрытых травмах;

пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;

действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

Знать основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;

Уметь:

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах; соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте; пользования бытовыми приборами и инструментами;

проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта;

обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи;

проводить герметизацию жилища;

уметь пользоваться простейшими противопожарными средствами;