

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Тинская средняя школа №3 имени Владимира Трифионовича Комовича»

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора

СШ№3

_____ Э.Ю. Каренда

31 августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Тинская

им. В.Т. Комовича»

_____ Л.Э. Рыбель

Приказ от 31.08.2023 № 132-о

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Юнармия»

Уровень программы: базовый

возраст детей 10-17лет

Срок реализации 1 год

Педагог дополнительного образования:
Шевченко Денис Александрович

п. Тинской
2023г

Пояснительная записка.

В современном мире ясно прослеживается изменение ценностных ориентаций, отношение к службе в Вооруженных Силах. В подростковой среде авторитет Российской Армии очень низок. Особенно эта ситуация усилилась после вооруженных конфликтов на Северном Кавказе, в Приднестровье. Психологически подростки не подготовлены к экстремальным ситуациям, у них изменилась шкала ценностей, а ведь известно, что человек без жизненных идеалов бесполезен для общества. Чтобы улучшить подготовку подростков к военной службе, прежде всего надо перестроить сознание призывника, вызвать интерес, стремление и положительное отношение к ней. Без патриотического воспитания молодежи у страны нет благополучного будущего.

Для улучшения подготовки подростков к военной службе, поднятия престижа Российской Армии составлена программа «Юнармеец».

Актуальность данной программы заключается в том, что она направлена на дальнейшее формирование патриотического сознания подростков и является одной из основ их духовно-нравственного развития.

Работа по данной программе проводится в соответствии с требованиями Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями; Федерального проекта «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» национального проекта «Образование» с 2021 по 2024 годы; Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года"; Постановления Правительства РФ от 24 июля 2000г. N 551 "О военно-патриотических молодежных и детских объединениях"; Распоряжения Правительства России от 29 ноября 2014 г. №2403-р «Об утверждении Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года»; Федерального закона от 13 марта 1995г. N 32-ФЗ "О днях воинской славы и памятных датах России".

Программа «Юнармеец», прежде всего, перестраивает сознание подростка, формируя у него необходимые установки на предстоящую службу.

Военно-патриотическое воспитание программы направлено на формирование у молодежи духовно-нравственных принципов и гражданской ответственности, любви и преданности своему Отечеству, готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству.

Физкультурно-оздоровительная работа программы направлена на развитие и совершенствование у молодёжи физических качеств – выносливости, силы, быстроты и ловкости. Обучающиеся овладевают навыками преодоления различных препятствий, стрельбы из пневматического оружия.

Основная цель программы – совершенствование гражданского и патриотического воспитания подростков и повышение престижа службы в Российских Вооруженных Силах

Для достижения этой цели необходимо решить следующие **задачи**:

- Воспитание готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству, к выполнению обязанностей по защите Отечества;
- Укрепление здоровья, военно-патриотическое воспитание молодёжи, комплексная подготовка юношей к службе в Вооруженных силах России;
- Развитие физических, духовных и нравственных качеств личности, формирование здорового образа жизни;
- Профессиональная ориентация подростков;
- Закрепление навыков, полученных в процессе обучения в общеобразовательных учреждениях.

Для достижения поставленных задач в ходе занятий выдается теоретический материал (рассказ, объяснение, показ), для обучения, закрепления и проверки усвоения пройденного материала проводятся практические занятия и прием тестов физической подготовленности.

Программа состоит из 7 разделов: основы знаний «Юнармейца», физическая подготовка, огневая подготовка, строевая подготовка, исторические и боевые традиции Отечества, основы безопасности жизнедеятельности, медицинская подготовка.

Срок реализации программы 1 год, в состав группы входят мальчики и девочки в возрасте 10 - 17 лет, количество обучающихся в группе 12 – 25 человек, набор детей в группу – свободный, форма занятий – групповые и индивидуальные, продолжительность занятий – 2 по 90 минут.

При реализации данной программы основываюсь на базовые знания обучающихся, полученные на уроках ОБЖ и физической культуры. Реализация данной программы позволяет подготовить подростков к военной службе в соответствии с требованиями Федеральных законов «Об образовании» и «О воинской обязанности и военной службе».

Содержание разделов программы.

Вводное занятие: Основы знаний «Юнармейца» - обучающиеся знакомятся с коллективом, с деятельностью кружка «Юнармеец» с правилами техники безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке.

В разделе «**Физическая подготовка**» с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых поводится физическая подготовка направленные на развитие физических качеств: сила, быстрота, ловкость, скоростная и силовая выносливость. С использованием различных средств и методов физического воспитания.

В разделе «**Огневая подготовка**» с обучающимися проводятся занятия, в процессе которых обучающиеся знакомятся с материальной

частью автомата Калашникова, Назначением, боевыми свойствами, общим устройством и принципом работы автомата. Выполняют неполную разборку и сборку АКМ-74. Знакомятся с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.

Выполняют стрельбу по мишеням.

В разделе «**Строевая подготовка**» обучающиеся знакомятся и изучают на практике строевые приёмы на месте и в движении и с оружием (автоматом АКМ-74) согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации.

В разделе «**Исторические и боевые традиции Отечества**» обучающиеся знакомятся с Государственной и военной символикой, днями воинской славы России, Символами воинской чести, основными битвами ВОВ, городами – героями ВОВ, Вооруженными Силами Российской Федерации, историей, символами и геральдикой ЯНАО.

В разделе «**Основы безопасности жизнедеятельности**» обучающиеся знакомятся с правилами безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях; с ЧС аварийного характера в жилище и на транспорте, криминального характера. Опасными природными факторами и защитой от их влияния. Способами подачи сигналов бедствия, способами разведения огня и приготовления пищи, ориентированием и поиском маршрута движения на местности, преодолением рельефных и водных препятствий. Обучающиеся изучают современные средства поражения, мероприятия ГО по защите населения: средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, приборы радиационной и химической разведки. На практике отрабатывают навыки одевания и пребывания в противогазе и костюме химической защиты.

В разделе «**Медицинская подготовка**» обучающиеся знакомятся и изучают на практике правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях (ссадины, порезы, укусы животных; вывихи переломы, обморожения; первая помощь утопающему). Первая помощь при ранениях и травмах (виды ран, помощь, повязка на голову и грудь), первая помощь при переломах конечностей. Первая помощь при несчастном случае: остановка кровотечений, повязки на живот, и промежность, верхние и нижние конечности.

Планируемые результаты.

Контроль за ЗУН обучающихся осуществляется на практических занятиях в следующих формах: собеседование, выполнения контрольных упражнений.

По окончании курса данной программы, обучающиеся должны **знать**:

- Технику безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке;
- Материальную часть автомата Калашникова;
- Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова;

- Специфику физической подготовки;
 - Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74;
 - Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами;
 - Правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки;
 - Государственную и военную символику;
 - Дни воинской славы России;
 - Структуру Вооруженных Сил Российской Федерации;
 - Историю, символы и геральдику ЯНАО;
 - Символы воинской чести;
 - Правила оказания первой медицинской помощи при различных видах травм;
 - Правила безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях;
 - Опасные природные факторы и защиту от их влияния;
 - Современные средства поражения;
 - Мероприятия ГО по защите населения;
 - Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;
 - Приборы радиационной и химической разведки и правила пользования ими.
- Должны уметь:
- Выполнять неполную разборку и сборку АКМ-74;
 - Правильно прицеливаться и прицельно вести стрельбу по мишени;
 - Выполнять строевые приемы на месте и в движении по одному и в отделеии согласно Строевому уставу Вооруженных Сил Российской Федерации;
 - Выполнять перевязку при различных видах травм, останавливать кровотечение различными способами, накладывать шины при различных переломах;
 - Одевать противогаз и костюм химической защиты;
 - Применять различные туристические узлы, в зависимости от ситуаций;
 - Применять различные способы преодоления естественных препятствий в пешем и лыжном походах;
 - Ориентироваться на местности с помощью карты и компаса.

Календарный учебный график

№ п\п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Общее	Теория	Практика
1.	Раздел 1. Основы знаний «Юнармейца».	1		
2.	Тема1. Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой		1	-

	подготовке.			
3.	Раздел 2. Физическая подготовка.	34		
4.	Тема1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.		-	2
5.	Тема2. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.		1	2
6.	Тема3. Круговая тренировка общефизической направленности.		-	6
7.	Тема4. Круговая тренировка на развитие силы.		-	8
8.	Тема5. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.		-	8
9.	Тема6. Круговая тренировка повышенной интенсивности.		-	7
10.	Раздел 3. Огневая подготовка.	40		
11.	Тема1. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.		2	-
12.	Тема2. Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.		2	18
13.	Тема3. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.		2	16
14.	Раздел 4. Строевая подготовка.	44		
15.	Тема1. Строевая стойка. Повороты на месте.		1	4
16.	Тема2. Строевой шаг.		1	9
17.	Тема3. Повороты направо - налево в движении.		1	4
18.	Тема4. Поворот кругом в движении.		1	3
19.	Тема5. Строевые приемы в движении в отделении.		1	19
20.	Раздел 5. Исторические и боевые традиции Отечества.	12		
21.	Тема1. Государственная и военная символика.		2	
22.	Тема2. Дни воинской славы России.		2	

23.	Тема3. Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.		2	
24.	Тема4. Символы воинской чести.		2	
25.	Тема5. Вооруженные Силы Российской Федерации.		2	
26.	Тема6. История, символы и геральдика ЯНАО.		2	
27.	Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности.	9		
28.	Тема1. Безопасность и защита человека в ЧС		2	1
29.	Тема2. ЧС локального характера в природе и безопасность.		2	1
30.	Тема3. Гражданская оборона.		1	2
31.	Раздел 7. Медицинская подготовка	12		
32.	Тема1. Первая медицинская помощь при различных видах травм.		4	8
	Итого:	152	34	118

Календарно-тематическое планирование

№ п\п	Дата		Название тем
	план	факт	
1			Знакомство с деятельностью кружка «Юнармеец». Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
2			Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности. Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
3			Определение уровня физических качеств. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
4			Определение уровня физических качеств. Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
5			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
6			Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения. Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
7			Техника движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
8			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
9			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
10			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
11			Круговая тренировка общефизической направленности. Разборка и сборка АКМ 74. Гражданская оборона.
12			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки. Гражданская оборона.
13			Круговая тренировка общефизической направленности. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
14			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки. Первая медицинская помощь при различных видах травм.
15			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74. Вооруженные Силы Российской Федерации.
16			Круговая тренировка общефизической направленности. Строевые упражнения. Стрельба из

			пневматической винтовки.
17			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74. Вооруженные Силы Российской Федерации.
18			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки. Первая медицинская помощь при различных видах травм.
19			Круговая тренировка общефизической направленности. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
20			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки. Первая медицинская помощь при различных видах травм.
21			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74. История, символы и геральдика ЯНАО.
22			Круговая тренировка общефизической направленности. Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
23			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74. История, символы и геральдика ЯНАО.
24			Круговая тренировка на развитие силы. Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
25			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74. Безопасность и защита человека в ЧС.
26			Круговая тренировка на развитие силы. Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
27			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74. Безопасность и защита человека в ЧС.
28			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки. ЧС локального характера в природе и безопасность.
29			Круговая тренировка на развитие силы. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
30			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки. ЧС локального характера в природе и безопасность.
31			Круговая тренировка на развитие силы. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
32			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
33			Круговая тренировка на развитие силы. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
34			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
35			Круговая тренировка на развитие силы. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
36			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
37			Круговая тренировка на развитие силы. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.

38		Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки. Первая медицинская помощь при различных видах травм.
39		Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
40		Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
41		Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
42		Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
43		Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74. Первая медицинская помощь при различных видах травм.
44		Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
45		Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
46		Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
47		Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
48		Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
49		Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
50		Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
51		Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
52		Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
53		Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
54		Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
55		Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74. Первая медицинская помощь при различных видах травм.

56			Круговая тренировка повышенной интенсивности. Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
57			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
58			Круговая тренировка повышенной интенсивности. Строевые упражнения.
59			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
60			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
61			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74. Первая медицинская помощь при различных видах травм.
62			Круговая тренировка повышенной интенсивности. Строевые упражнения.
63			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
64			Круговая тренировка повышенной интенсивности. Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
65			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
66			Круговая тренировка повышенной интенсивности. Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
67			Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74. Первая медицинская помощь при различных видах травм.
68			Круговая тренировка повышенной интенсивности. Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
69			Государственная и военная символика. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
70			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки. Первая медицинская помощь при различных видах травм.
71			Дни воинской славы России. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
72			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки. Первая медицинская помощь при различных видах травм.
73			Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.
74			Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
75			Символы воинской чести. Строевые упражнения. Разборка и сборка АКМ 74.

76		Строевые упражнения. Стрельба из пневматической винтовки.
Итого: 76 занятий		

Условия реализации программы

Для обучения предоставлен 1 кабинет снабжен учебниками, методическими материалами.

Кабинет

- компьютер;
- принтер;
- мультимедиапроектор;
- противогазы;
- дидактический материал;
- тесты.

Формы аттестации и оценочные материалы

Вид контроля	Цель	ЗУН	Форма	Сроки
Промежуточный	Определить физическую подготовленность обучающихся	Знание своего уровня физической подготовки.	Тесты физической подготовки Собеседование, контрольные упражнения физической подготовки, выполнение контрольных нормативов.	
Промежуточный	Определить знания обучающихся по знанию техники движений со снарядами и на тренажерах и оценку величины отягощения.	Знание техники движений со снарядами и на тренажерах и собственной оценки величины отягощения.	Собеседование, контрольное упражнение.	

Фронтальный	Определить знания обучающихся по технической подготовке и уровень физической подготовки.	Умение выполнять упражнения со снарядами и на тренажерах. Знание собственной оценки величины отягощения и своего уровня физической подготовки.	Собеседование, контрольные упражнения физической подготовки, выполнение контрольных нормативов.	
Промежуточный	Определить знания обучающихся по материальной части автомата Калашникова.	Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата	Собеседование, контрольное упражнение.	
Промежуточный	Определить знания обучающихся по последовательности неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.	Уметь последовательно выполнять неполную разборку и сборку автомата. Знать меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.	Собеседование, контрольное упражнение.	
Фронтальный	Определить знания по практическому применению правил прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.	Знать правила прицеливания. Уметь выполнять прицельную стрельбу по мишени из пневматической винтовки.	Собеседование, контрольное упражнение	
Промежуточный	Определить знания обучающихся по Государственной и военной символике, Днях воинской славы России, о Символах воинской чести, о Вооруженных Силах Российской Федерации, об истории, символах и	Знание Государственной и военной символики; Дней воинской славы России; Основные битвы ВОВ и города – герои ВОВ; символов воинской чести; структуры и видов ВС РФ; Истории, символов и геральдики ЯНАО.	Собеседование, тесты, викторины.	

	геральдике ЯНАО.			
Промежуточный	Определить знания обучающихся по безопасности и защите человека в ЧС и в ЧС локального характера в природе.	Знать правила безопасного поведения в ЧС криминального характера. Опасные природные факторы, автономия: её виды и причины, туристическое снаряжение.	Собеседование, тесты, викторины.	
Промежуточный	Определить знания обучающихся в ЧС локального характера и безопасность.	Знать разновидности ЧС, их причины, правила безопасного поведения; туристическое снаряжение и различные виды узлов; сигнальные средства и способы подачи сигналов бедствия. Уметь пользоваться туристическим снаряжением; ориентироваться на местности по местным признакам; преодолевать различные препятствия с использованием туристического снаряжения.		
Промежуточный	Определить знания обучающихся по разделу Гражданская оборона.	Знать современные средства поражения и мероприятия ГО по защите населения. Уметь пользоваться индивидуальными средствами защиты органов дыхания и кожи (противогаз, костюм химзащиты), приборами радиационной и химической разведки. Уметь пользоваться первичными средствами		

		пожаротушения.		
Фронтальный	Определить знания по практическому применению приемов оказания медицинской помощи при ранениях.	Знать правила и уметь оказывать первую медицинскую помощь при ранениях и травмах: виды ран, помощь, осложнения, повязки на голову, грудь, живот, промежность, верхние и нижние конечности. Знать правила асептики и антисептики. Знать правила остановки кровотечения и уметь останавливать все виды кровотечения. Уметь накладывать шины при различных переломах.	Собеседование, контрольное упражнение	

Методические материалы.

В ходе занятий применяются методы: объяснительный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический. В ходе практических занятий обучающиеся выполняют практические задания по пройденным темам, сначала под наблюдением преподавателя, а затем самостоятельно. После выполнения задания производится разбор ошибок.

Для реализации данной программы требуются учебные макеты автомата Калашникова, пневматические винтовки, туристическое снаряжение (обвязки, страховочные верёвки, репшнур, карабины, палатки разных конструкций, компасы, топографические карты, медицинские носилки, лыжное снаряжение, спортзал, плакаты по ориентированию и технике преодоления препятствий), спортивный инвентарь: мячи набивные, баскетбольные, волейбольные, гири, гантели, штанга, силовые тренажеры, противогазы, костюм химической защиты, приборы ДП – 5В и ВПХР (войсковой прибор химической разведки).

Дидактические материалы.

1. Учебные плакаты:

- Автомат Калашникова;
- Поисково-спасательные работы;
- Транспортировка пострадавшего;
- Первая медицинская помощь;
- Укладка рюкзака;
- Спортивная карта;
- Ориентирование в походе;
- Топографические условные знаки.

2. Условные знаки топографических карт и карт для спортивного ориентирования.

3. Образцы туристического снаряжения (личного и группового).

Литература для педагога.

1. Журнал «Вестник Молодежной политики», №11, 2005 год.

2. Перов А.П., Воробьев М.С. «Организация и содержание работы оборонно-спортивного лагеря для молодёжи», Учебно-методическое пособие, Тюмень УЦ «Аванпост» 2000 год.

3. А.Т. Смирнов, В.А. Васнев «Основы военной службы», Учебное пособие, М. «Дрофа» 2004 год.

4. Безопасность жизнедеятельности: Сборник нормативных документов по подготовке учащихся молодежи в области защиты от чрезвычайных ситуаций. М., АСТ, 1998 год.

5. На службе Отечеству. Об истории Российского государства и его вооруженных силах, традициях, морально-психологических и правовых основах военной службы: Книга для чтения по общественно-государственной подготовке солдат (матросов), сержантов (старшин) ВС РФ/ Под ред. В.А. Золотарёва, В.В. Марущенко. 3-е изд. М.: Русь-РКБ, 1999.

6. Наставление по стрелковому делу. М.: Воениздат, 1985.

7. Наставление по физической подготовке. М.: Воениздат, 1987.
8. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. М.: Воениздат, 2004.
9. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий «Прикладная физическая подготовка. 10-11 классы» Москва «Владос пресс» 2003 г.
10. Ю.В. Козлова, В.В. Ярошенко «Туристический клуб школьников» Пособие для учителя. Москва Творческий центр «Сфера» 2004 г.
11. Журнал ОБЖ: Основы безопасности жизни. 1998 – 2001. №1 – 12.

Литература для детей.

1. Ю.К. Сорокин «Атлетическая подготовка допризывника», М. «Советский спорт» 1990г.
2. Основы медицинских знаний учащихся: Учебник для средних учебных заведений / Под ред. М.Н. Гоголева. М. Просвещение 1991.
3. Смирнов А.Т., Васне В.А., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: Учебник. М. Просвещение, 2002.
4. Куприн А.М. «Занимательная картография» Книга для учащихся 6-8 классов средней школы. М. 1989г.
5. Фесенко Б.И. «Книга молодого ориентировщика» М. 1997г.