

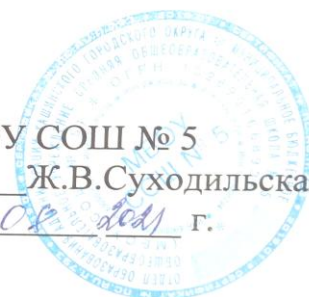
Министерство образования Тверской области
Муниципальное Бюджетное общеобразовательное учреждения
средняя школа № 5 г. Кашин

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» 08 2021 г.,
протокол № 12

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ № 5

 Ж.В.Суходильская
«30» 08 2021 г.



Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
**Социально-педагогической
направленности
«ЮНАРМИЯ»**

Возраст учащихся: 11-17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Анкудинов С.В.,
педагог дополнительного образования

Кашин, 2021

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы
 - 1.1. Пояснительная записка
 - 1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты
 - 1.3. Содержание программы

2. Комплекс организационно педагогических условий
 - 2.1. Календарный учебный график
 - 2.2. Условия реализации программы
 - 2.3. Формы аттестации
 - 2.4. Оценочные материалы
 - 2.5. Методические материалы
 - 2.6. Список литературы

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (общий

1.1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству».
- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Приказ Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края от 19.03.2015 № 535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ».
- Положение о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе МБОУ СОШ № 5 (приказ № 1 от 14.01.2021)

Актуальность:

Программа кружка «Юнармеец» является частью патриотического воспитания. В настоящее время необходимо и важно воспитывать в молодежи такие качества, как патриотизм, любовь к Родине, готовность посвятить свою жизнь служению ей, защите ее завоеваний – все это является одним из основополагающих принципов государственной политики в области образования, закрепленных в Законе «Об образовании».

В целях реализации вышеназванных принципов важнейшая из воспитательных возможностей программы кружка заключается в развитии у воспитанников гражданского отношения к спортивно-оздоровительной стороне жизни, физической культуре, к себе как здоровым и закаленным гражданам общества, готовым к труду и обороне Отечества.

Данная программа помогает выработать быстроту, ловкость, выносливость, находчивость, настойчивость, смелость и мужество, коллективизм и дисциплинированность. Укрепление этих качеств, приобщение к физической культуре происходит одновременно с общественно-политическим, умственным, нравственным и художественно-эстетическим развитием.

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

Обучение включает в себя следующие основные предметы:

Физическая культура, история, обществознание

Вид программы: Модифицированная программа

Программа разработана на основе изучения программ данного направления и «Методических рекомендаций к разработке образовательных программ дополнительного образования военно-патриотических кружков «Юнармия» для общеобразовательных школ и учреждений дополнительного образования детей и молодежи».

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Адресат программы: Программа кружка «Юнармия» ориентирована на обучение подростков 11 –17 лет в количестве 10 – 15 человек.

Срок и объем освоения программы:

__1__ год, __34__ педагогических часа, из них:

- «Базовый уровень» - __1__ год, __34__ педагогических часа;

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательной деятельности: группы разновозрастные.

Режим занятий:

Предмет	Базовый уровень
«Юнармия»	__1__ час в неделю; __34__ часа в год.

1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты

Цель: совершенствование гражданского и патриотического воспитания детей подростков и повышение престижа службы в Российских Вооруженных Силах.

Задачи:

Образовательные (обучающие)

1. Обучение молодежи основам службы в Вооруженных Силах РФ.
2. Формирование у ребят морально-психологических качеств, уважительного отношения к Вооружённым Силам Российской Федерации и военной профессии. Военно-профессиональная ориентация юношей на выбор профессии офицера;

Развивающие

1. Развитие деловых качеств: самостоятельности, ответственности, активности, дисциплинированности.
2. Формирование потребностей в самопознании, самореализации.
3. Расширение кругозора современных детей и подростков, развитие их интеллектуальных, творческих способностей, коммуникативной культуры;

Воспитательные

1. Воспитание патриотических чувств, привитие любви к своей Родине, её культуре и истории, гордости за героическое прошлое;
2. Воспитание качеств коллективизма, товарищества, взаимопомощи. Формирование гражданственности, патриотизма.
3. Воспитание учащихся в духе любви и преданности Отечеству, краю, городу, дому.
4. Воспитание социальной активности; гражданской позиции; культур общения и поведения в социуме; навыков здорового образа жизни.
5. Пропаганда здорового образа жизни.
6. Популяризация физической культуры и спорта среди молодёжи, приобщение её к систематическим занятиям физической культуры и спорту.

Ожидаемые результаты:

	Базовый уровень
Знать	- основные принципы здорового образа жизни; - правила оказания первой медицинской помощи; - основы обороны государства и военной службы; - боевые традиции Вооруженных Сил России, государственные и военные символы Российской Федерации.
Уметь	- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся

	Базовый уровень
	<p>опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;</p> <ul style="list-style-type: none"> - оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях; - выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т.д.); - пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.
Владеть	<ul style="list-style-type: none"> - Навыки по обеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта или при захвате в заложники; - выработке убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни, владению навыками в области гражданской обороны, формированию психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву. - Приобретение спортивных и туристических навыков

1.3. Содержание программы
«ЮНАРМИЯ»
Базовый уровень (1 год обучения)
Учебный план

Таблица 1.3.1

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контрол я
		Всег о	Теор ия	Прак тика	
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	<ul style="list-style-type: none"> • Приобретение спортивных и туристических навыков
2	Военная история России	5	5	0	<ul style="list-style-type: none"> • зачет
2.1	Вооруженные силы и их значение. Конституционный Долг и обязанность гражданина РФ. Государственные Символы РФ (герб, гимн, флаг).	1	1	0	<ul style="list-style-type: none"> •
2.2.	История Вооруженных сил РФ. Дни воинской славы России. Ратные страницы истории. Великие русские полководцы	1	1	0	<ul style="list-style-type: none"> •
2.3	Кашинцы в годы Великой Отечественной войны 1941-1945 гг. Земляки – кашинцы - Герои Советского Союза.	1	1	0	<ul style="list-style-type: none"> •
2.4	Развитие юнармейского движения. Символика Юнармии. Устав движения «Юнармия».	1	1	0	<ul style="list-style-type: none"> •
2.5	Порядок прохождения военной службы. Воинские ритуалы	1	1	0	<ul style="list-style-type: none"> •
3	Физическая подготовка.	6	1	5	<ul style="list-style-type: none"> • Сдача норм ГТО
3.1	Физическая подготовка и её значение для укрепления здоровья юнармейца. Меры обеспечения безопасности при проведении занятий по физической	1	1	0	<ul style="list-style-type: none"> • инструктаж

	подготовке.				
3.2	Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на короткие дистанции Обучение технике бега на средние и длинные дистанции.	1	0	1	•
3.3	Силовая подготовка.	1	0	1	•
3.4	Ускоренное передвижение. Упражнения на растяжку и гибкость	1	0	1	•
3.5	Сдача норм ГТО	2	0	2	•
4	Огневая подготовка	10	3	7	• соревнования
4.1	Виды огнестрельного боевого оружия.	1	1	0	•
4.2	Устройство автомата Калашникова. Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74.	2	1	1	• Инструктаж
4.3	Неполная разборка и сборка АК-74	1	0	1	•
4.4	Пневматическая винтовка. Правила удержания и прицеливания винтовки.	1	1	0	•
4.5	Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя с упором	1	0	1	•
4.6	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя.	1	0	1	•
4.7	Сдача нормативов по стрельбе	3	0	3	•
5	Строевая подготовка.	10	4	6	• зачёт
5.1	Основы строевой подготовки.				•
5.2	Команды строевой подготовки и правила их выполнения	1	1	0	•
5.3	Строй и управление им	1	1	0	•
5.4	Строй и его элементы	1	1	0	•

5.5	Выход из строя и подход к начальнику	1	0	1	•
5.6	Строевая стойка	1	0	1	•
5.7	Повороты на месте	1	0	1	•
5.8	Перестроение в две шеренги	1	0	1	•
5.9	Перестроение в одну шеренгу.	1	0	1	•
5.10	Строевой шаг.	1	0	1	•
6	Заключительное занятие	2	0	2	• Подведение итогов. Участие в «Зарнице»

Содержание учебного плана

1. Тема. Введение

1.1. Введение

Теория: Знакомство с членами военно-патриотического объединения «Юнармейцы». Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Первичное тестирование по определению уровня подготовки обучающихся.

2 Тема. Военная история Российской Федерации

2.1. Вооруженные силы и их значение. Конституционный Долг и обязанность гражданина РФ. Государственные Символы РФ (герб, гимн, флаг).

Теория: Понятие «Вооруженные силы». Значение Вооруженных сил.

Необходимость создания Вооруженных сил в Российском государстве. Защита Отечества - конституционный долг и обязанность гражданина Российской Федерации. Государственные символы РФ.

Практика: Разучивание гимна РФ.

2.2. История Вооруженных сил РФ. Дни воинской славы России. Ратные страницы истории. Великие русские полководцы.

Теория: Развитие и становление Вооруженных Сил России в связи с историей Российского государства. Дворянские отряды, как основа вооруженных сил Российского государства в 14-16 веке. Структура и назначения Вооруженных сил Российской Федерации. Отличия внутренних войск от регулярной армии. Несение службы в мирное и военное время. Дни воинской славы России.

Великие русские полководцы: Александр Васильевич Суворов (1730 -1800

гг.), адмирал Федор Федорович Ушаков (1745 - 1817 гг.), генералфельдмаршал Михаил Илларионович Кутузов (1745-1813 гг.), генерал Михаил Дмитриевич Скобелев (1843 - 1882 гг.), адмирал Михаил Петрович Лазарев (1788 -1851 гг.), адмирал Петр Степанович Нахимов (1802 - 1855 гг.), вицеадмирал Степан Осипович Макаров (1849 -1904 гг.).

2.3. Кашинцы в годы Великой Отечественной войны 1941-1945 гг. Земляки – кашинцы - Герои Советского Союза.

Теория: Тяготы войны. Работа жителей Кашинского района в тылу и на фронте. Знакомство с Героями Советского Союза – жителями г. Кашина.

2.4. Развитие юнармейского движения. Символика Юнармии. Устав движения «Юнармия».

Теория: Детские и молодежные движения в Российской империи. Детские и молодежные движения в СССР: пионерская организация, ВЛКСМ. Детские и молодежные движения современной России. Российское Движение Школьников. Символика Юнармии. Устав «Юнармии». Клятва Юнармейца.

2.5. Порядок прохождения военной службы. Воинские ритуалы.

Теория: Повседневное выполнение конкретных воинских обязанностей в Вооруженных Силах Российской Федерации. Закон «О воинской обязанности и военной службе». Воинские звания. Знаки различия по воинским званиям. Прохождение военной службы по контракту. Воинское приветствие. Приведение к военной присяге. Парады. Военная присяга, ее значение для военнослужащего. Содержание военной присяги. Порядок приведения к присяге. Просмотр отрывков из фильма «Военная присяга». Краткая история боевых знамен страны с древности до наших дней. Боевые Знамена Вооруженных сил РФ. Значения знамен. Символы знамен.

3. Тема. Физическая подготовка

3.1. Физическая подготовка и её значение для укрепления здоровья юнармейца. Меры обеспечения безопасности при проведении занятий по физической подготовке.

Теория: Значение физической подготовки для укрепления здоровья юнармейца и воинской службы. Инструкция по соблюдению мер безопасности при осуществлении занятий в спортивных залах, на спортивных площадках, а также во время участия в соревнованиях, слётах, акциях и др.

3.2. Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на короткие дистанции. Обучение технике бега на средние и длинные дистанции.

Практика: Обучение технике бега на короткие дистанции под руководством опытных тренеров.

3.3. Силовая подготовка.

Практика: Силовая подготовка под руководством опытных тренеров

3.4. Ускоренное передвижение. Упражнения на растяжку и гибкость

Практика: Обучение технике бега на средние и длинные дистанции под руководством опытных тренеров.

3.5. Сдача норм ГТО.

4.Тема. Огневая подготовка.

4.1. Виды огнестрельного боевого оружия.

Теория: Классификация огнестрельного оружия. Боеприпасы.

4.2. Устройство автомата Калашникова.

Теория: Устройство и работа АК-74. Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74.

Практика: Изучение материальной части автомата, смазки, чистки механизмов. Снаряжение и разряжение магазина автомата Калашникова. Порядок разборки и сборки автомата. Ошибки при разборке и сборке автомата Калашникова.

4.3. Неполная разборка и сборка АК-74.

Практика: Тренировка по неполной сборке и разборке автомата. Неполная сборка и разборка автомата на время.

4.4. Пневматическая винтовка.

Теория: Меры безопасности при огневой подготовке. Боевые свойства, назначение и устройство малокалиберной винтовки.

Практика: Правила нахождения на огневом рубеже. Правила стрельбы из положений лежа и сидя. Изучение процессов, происходящих при производстве выстрела, законов внешней и внутренней баллистики. Правила удержания и прицеливания винтовки.

4.5. Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя с упором.

Практика: Отработка навыков стрельбы из пневматической винтовки из положения стоя с упором.

4.6. Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя.

Практика: Отработка навыков стрельбы из пневматической винтовки из положения сидя.

4.7. Сдача нормативов по стрельбе.

Практика: Зачёт по стрельбе (соревнования).

5. Тема. Строевая подготовка.

5.1. Основы строевой подготовки.

Теория: Виды строя, передвижение в строю, перестроение из одношереножного строя в двухшереножный строй, смыкание и размыкание в одношереножном строю. Строевые приемы: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю. Передвижение в составе знаменной группы.

Практика: Отработка строевой подготовки подразделения. Отработка строевых приемов: «направо», «налево», «кругом» в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю. Отработка строевой подготовки знаменной группы. Разучивание строевой песни.

5.2. Команды строевой подготовки и правила их выполнения

Теория: Алгоритм выполнения строевых упражнений в передвижении (индивидуально и в составе подразделения). Повороты направо, налево, кругом при передвижении строя. Подача и выполнение команд в строю. Выход из строя и подход к командиру. Ответ на приветствие командира. Переход с походного шага на строевой шаг. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину», «влево», «вправо» при передвижении строя.

Практика: Отработка строевых приемов. Движение шагом. Движение бегом. Строевой шаг, походный шаг. Повороты в движении: «направо», «налево», «кругом – марш». Развернутый строй одношереножный, двушереножный, развернутый строй отделения и взвода. Перестроения из одношереножного в двушереножный строй. Размыкание влево, вправо. Отработка строевой песни при передвижении.

5.3. *Строй и управление им.*

Теория: Понятия: строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина и глубина строя.

Практика: Строевой шаг. Изучение и закрепление строевых приёмов.

5.4. *Строй и его элементы.*

Теория: Шеренга строя и виды (одношереножный и т. д.)

Практика: Построение в шеренгу, в 2 шеренги, в 3 шеренги.

5.5. *Отдание воинской чести без оружия.*

Теория: Отдание воинской чести на месте. Отдание воинской чести при движении.

Практика: Выход из строя и возвращение в строй. Отдание воинской чести на месте и в движении.

5.6. *Выход из строя и подход к начальнику.*

Практика: Отработка навыков выход из строя и подход к начальнику.

5.7. *Строевая стойка.*

Практика: Изучение и закрепление методики одиночной строевой подготовки. Строевая стойка. Изучение и закрепление строевых приёмов.

5.8. *Повороты на месте.*

Практика: Отработка строевых приемов: «направо», «налево», «кругом» индивидуально.

5.9. *Перестроение в две шеренги.*

Практика: Отработка строевых приемов перестроения в две шеренги.

5.10. *Перестроение в одну шеренгу.*

Практика: Отработка строевых приемов перестроения в одну шеренгу.

5.11. *Строевой шаг.*

Практика: Отработка строевой песни при передвижении. Зачётное занятие.

6. Тема. Заключительное занятие.

Участие в военно-патриотической игре «Зарница»

2.Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

(заполнить с учетом срока реализации ДООП)

Таблица 2.1.1.

Количество учебных недель	36
Количество учебных дней	177
Продолжительность каникул	с 01.06.2021 г. по 31.08.2021 г.
Даты начала и окончания учебного года	с 14.09.2020 по 31.05.2021 г.
Сроки промежуточной аттестации	(по УП)
Сроки итоговой аттестации (при наличии)	(по УП)

2.2. Условия реализации программы

Таблица 2.2.1.

Аспекты	Характеристика (заполнить)
Материально-техническое обеспечение	<i>-кабинет ОБЖ - компьютер – 1шт. - проектор – 1шт. - звуковая система – 1 шт. - масса-габаритные макеты АК-74 – 4 ед. - масса-габаритные макеты АК-103 – 2 ед.</i>
Информационное обеспечение	<i>-аудио материалы - видеофильмы - фото и м/м презентации - интернет источники</i>
Кадровое обеспечение	<i>Педагог дополнительного образования</i>

2.3. Формы аттестации

Формами аттестации являются:

- Зачет
- Творческая работа
- Соревнования
- Конкурс
- Выставка
- Фестиваль
- Слёт

2.4. Оценочные материалы

Таблица 2.4.1.

Показатели качества реализации ДООП	Методики
Уровень развития творческого потенциала учащихся	Методика «Креативность личности» Д. Джонсона
Уровень развития социального опыта учащихся	Тест «Уровень социализации личности» (версия Р.И.Мокшанцева)
Уровень сохранения и укрепления здоровья учащихся	«Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений» под ред. М.М. Безруких
Уровень теоретической подготовки учащихся	Разрабатываются МБОУ СОШ № 5 самостоятельно
Уровень удовлетворенности родителей предоставляемыми образовательными услугами	Изучение удовлетворенности родителей работой образовательного учреждения (методика Е.Н.Степановой)
Оценочные материалы (указать конкретно по предметам в соответствии с формами аттестации)	-

2.5. Методические материалы

Методы обучения:

- Словесный
- Наглядный
- Объяснительно-иллюстративный
- Репродуктивный
- Игровой

Формы организации образовательной деятельности:

- Индивидуальная
- Индивидуально-групповая
- Групповая
- Практическое занятие
- Открытое занятие
- Тренинг

Педагогические технологии:

- Технология индивидуального обучения
- Технология группового обучения
- Технология коллективного взаимодействия
- Технология модульного обучения
- Здоровьесберегающая технология

Дидактические материалы:

- Раздаточные материалы
- Инструкции
- Технологические карты

2.6. Список литературы

1. Конвенция о правах ребенка. (Нью-Йорк, 20 ноября 1989 г.)
2. Конституция Российской Федерации. Принята всенародным голосованием 12.12.1993г.
3. Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации. Федеральный закон от 24.07.1998 г. N 124-ФЗ (с изменениями от 20 июля 2000 г.).
4. Закон "Об образовании" от 10.07.1992 г. N 3266-1.
5. О концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде. Приказ Минобразования РФ от 28 февраля 2000 г. N 619.
6. О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков. Письмо Минобразования России от 26.01.2000 № 22-06-86.
7. О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами. Письмо Минобрнауки России от 18 апреля 2008 г. N АФ-150/06.
8. Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях" Постановление от 29 декабря 2010 г. N 189.
9. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (ФГОС ООО). Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897.
10. О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы. Указ Президента РФ от 1 июня 2012г. № 761.
11. Смирнов А.Т. , Хренников Б.О. « Основы безопасности жизнедеятельности»: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2012;
12. Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 5 - 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Астрель-АСТ, 2008;
13. Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 5 - 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
14. Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Ижевский П.В.. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
15. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
16. Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;
17. Смирнов А.Т. , Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2004.

Список литературы (дополнительной)

1. Андрейчук В.И. Как себя защитить. – Л.: ГДОИФК. 1990.
2. Бабанский Ю.К. Методы обучения в современной школе. – М.: Провящение, 1985.
3. Витренко Н.С., Костров А.М., Подготовка учащихся общеобразовательных школ по гражданской обороне: Учебное пособие по гражданской обороне. – М.: Энергоатомиздат, 1986.
4. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды. – М. Мысль, 1983.
5. Гостюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. -М: Зеркало, 1994.
6. На службе Отечеству: Кн. для чтения по общественно государственной подготовке солдат(матросов), сержантов(старшин) Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: Русь РКБ, 1998.
7. Никифоров Ю.Б. Аутотренинг + физкультура. – М.: Советский спорт, 1989.
8. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. – М: Воениздат 1994.
9. Орлов Б.Н. и др. Ядовитые животные и растения СССР.-М.: Высшая школа, 1990.
10. Основы медицинских знаний учащихся: Пробный учебник для средних учебных заведений / Под редакцией М.И. Гоголева. – М.: Просвещение, 1991.
11. Первая доврачебная помощь: Учебное пособие. –М.: Медицина, 1989.
12. Сорокин Ю.К. Атлетическая подготовка допризывника. –М.: Советский спорт, 1990.
13. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие для преподавателей. СПб., 1992.
14. Топоров И.К. Окружающий мир и Основы безопасности жизнедеятельности. Учеб для учащихся 10-11 кл. –М.: Просвящение, 1999.
15. Цивилюк Г.Е. Азы личной безопасности. –М: Просвящение, 1997.
16. Чеурин Г.С. Школа экологического выживания: Пособие по курсу ОБЖ. – Алматы. Рауан. 1994.