

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Вологодского муниципального округа
«Майская средняя школа имени А.К.Панкратова»**

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «27» августа 2027 года

«Утверждаю»:
директор МБОУ ВМО
«Майская средняя школа имени А.К. Панкратова»
Попов С.Н.

Приказ № 67
от «27» августа 2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«Зарница»

Уровень программы: _____ *стартовый* _____

Срок реализации программы: _____ *1 год (68ч .)* _____
(общее количество часов)

Возрастная категория: от 12 до 14 лет

Вид программы: _____ *модифицированная* _____

Направленность программы: туристско- краеведческая

Автор – составитель:
Соколовский Артем Викторович,
педагог дополнительного образования

**п. Майский
2025 г.**

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Зарница» составлена на основании нормативных документов:

✓ Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

✓ Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р.

✓ Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 № 52831).

✓ СанПин 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года N 41.

✓ Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. N 09-3242 «О направлении информации» (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ).

✓ Устав МБОУ ВМО «Майская средняя школа имени А.К.Панкратова»

✓ Локальные акты МБОУ ВМО «Майская средняя школа имени А.К.Панкратова»

Современное общество привело к изменению духовных ценностей в среде молодежи. На второй план отошли извечные ценности традиционного русского общества, и поэтому возникает необходимость формирования у молодежи высоких нравственных, морально-психологических качеств, составляющих основу их патриотизма и гражданственности, чувства долга и ответственности за судьбу Отечества.

Гражданское воспитание должно быть направлено в первую очередь на формирование у личности тех черт, которые позволяют ему быть полноценным участником общественной жизни.

Патриотическое воспитание – это формирование у подростков духовно-нравственных и культурно-исторических ценностей, отражающих специфику развития нашего общества и государства, национального самосознания, образа жизни, миропонимания и судьбы Россиян. Воспитание патриотизма выступает неотъемлемой частью всей деятельности по подготовке гражданина к выполнению социальных и государственных функций.

Программа кружка «Зарница» представляет собой современное понимание военно-патриотического воспитания как одного из приоритетных направлений деятельности государственных институтов в условиях реформирования общества, Вооруженных сил РФ.

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.

В своей деятельности члены кружка «Зарница» руководствуются нормативно-правовыми документами:

- Конституцией и законами Российской Федерации;
- Законом «Об образовании»;
- Конвенцией ООН «О правах ребенка»;

Основными принципами деятельности кружка «Зарница» являются:

- принцип добровольности;
- принцип взаимодействия;
- принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей;
- принцип преемственности;
- принцип равноправия и сотрудничества;
- принцип гласности;
- принцип самостоятельности;
- принцип ответственности;
- принцип коллективности;
- принцип ответственности за собственное развитие.

Новизна программы

Новизна программы состоит в том, что основное назначение программы - социальная адаптация учащихся через познание самих себя, человеческих взаимоотношений, необходимости жить в гармонии с самим собой, окружающим миром и природой.

Актуальность проблемы

В условиях становления гражданского общества и правового государства необходимо осуществлять воспитание принципиально нового, демократического типа личности, способной к инновациям, к управлению собственной жизнью и деятельностью, делами общества, готовой рассчитывать на собственные силы, собственным трудом обеспечивать свою материальную независимость. В формирование такой гражданской личности, сочетающей в себе развитую нравственную, правовую и политическую культуру, ощутимый вклад должна внести современная школа.

Детский возраст является наиболее оптимальным для системы гражданско-патриотического воспитания, так как это период самоутверждения, активного развития социальных интересов и жизненных идеалов.

Только через активное вовлечение в социальную деятельность и сознательное участие можно достигнуть успехов в этом направлении.

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

Задачи:

- Воспитание готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству, к выполнению обязанностей по защите Отечества;
 - Укрепление здоровья, военно-патриотическое воспитание молодежи, 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.
- **Направленность программы** – туристско-краеведческая.
- **Уровень программы** – базовый.
- **Адресат программы.** Программа рассчитана на детей 12-14 лет.
- **Форма обучения** – очная.
- **Объем и срок освоения программы.** Программа рассчитана на один год обучения
- 68 часов
- **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.**
Занятия проводятся один раз в неделю. Продолжительность занятия – 45 минут.

II. Планируемые результаты

Реализация программы призвана способствовать:

- развитию целостной системы патриотического воспитания, позволяющей формировать у учащихся высокой общей культуры, патриотических чувств и сознания на основе исторических ценностей России, родного села и района;
- воспитанию у учащихся любви к своей «малой» Родине, родному краю, её замечательным людям;
- формированию ответственного понимания учащимся своего гражданского долга и конституционных обязанностей;
- созданию благоприятных условий для нравственного интеллектуального и физического формирования личности ребенка и подрастающего поколения.

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;
- 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.

III. Содержание программы

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

Вводное занятие: Основы знаний «Зарница» - обучающиеся знакомятся с коллективом, с деятельностью кружка «Зарница» 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 **«Стрелковая 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

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 разведки 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.

IV. Учебно-тематическое планирование

№ п\п	Темы	Количество часов
1.	Основы знаний «Зарница».	4
2.	Физическая подготовка.	2

3.	Огневая подготовка.	12
4.	Строевая подготовка.	14
6.	Основы безопасности жизнедеятельности.	15
7.	Медицинская подготовка	6
	Итого:	68

Содержание программы

1. Общая физическая подготовка.

- 1.1 Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание.
- 1.2 Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.
- 1.3 Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.
- 1.4 Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.
- 1.5 Командные игры.

2. Строевая подготовка.

- 2.1 Обязанности командиров отрядов в организации и управлении строем.
- 2.2 Строевая выучка. Построение в одну, в две шеренги по звеньям.
- 2.3 Сигналы управления строем.
- 2.4 Движение строем, поворот в движении, размыкание и смыкание строя.
- 2.5 Исполнение песни в строю, отдавание воинской чести во время движения отряда.
- 2.6 Выход из строя и поход к начальнику, возврат в строй.

3. Юнармейцы-разведчики.

- 3.1 Ориентирование на местности без карты. Определение направления на стороны горизонта. Измерение расстояний.
- 3.2 Движение по азимуту.
- 3.3 Составление схемы местности и нанесение цели на схему.
- 3.4 Чтение топографических знаков. Изображение местных предметов и рельефа.
- 3.5 Измерение расстояния различными способами.
- 3.6 Организация движения по азимуту.

4. Юнармейцы-санитары.

Главная задача - научить оказывать первую медицинскую помощь при разных ситуациях.

- 4.1 Личная и общественная гигиена.
- 4.2 ПМП при травмах и несчастных случаях.
- 4.3 Понятие раны. Виды ран.
- 4.4 Кровотечения. Виды и признаки, способы временной остановки кровотечения.
- 4.5 Перевязочный материал. Повязки: основные виды, правила.
- 4.6 Ушибы, растяжения связок и ПМП при них. Закрытые и открытые переломы костей, их признаки. ПМП при переломах.
- 4.7 Понятие о шинах. Правила переноса пострадавших на руках, на носилках, с помощью подручных средств.
- 4.8 Понятие об ожогах и обморожениях, ПМП при них. ПМП при тепловом и солнечном ударах, поражении электрическим током. Первая помощь утопающему, способы искусственного дыхания.

4.9 ПМП при инфекционных заболеваниях, меры их предупреждения. Пищевые отравления, ПМП при них.

4.10 Профилактика травматизма. Основные правила техники безопасности.

4.11 Лекарственные травы, их значение, назначение. Основные виды растений родного края, их использование. Умение собирать лекарственные травы.

5. Огневая подготовка.

5.1 Стрельба из пневматической винтовки из положения: лежа, стоя, с колена.

5.2 Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.

5.3 Снаряжение магазина.

5.4 Основы и правила стрельбы.

5.5 Скоростная стрельба.

6. Основы туристической техники.

6.1 Ориентирование в туристическом походе.

6.2 Организация бивуачных работ.

6.3 Разведение костра.

6.4 Работа с палаткой.

6.5 Способы преодоления препятствий во время маршрута.

Количество часов.

Программа рассчитана на 34 часов в год по 1 часу в неделю.

К программе прилагается календарно-тематическое планирование

Ожидаемые результаты

- Повышение уровня физической подготовки учащихся
- Повышение интереса к туризму и спорту
- Приобретение спортивных и туристических навыков
- Развитие чувств патриотизма, гражданственности, ответственности за судьбу России

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КРУЖКА «ЗАРНИЦА»

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	Оборудование	Реализация воспитательного потенциала (виды и формы деятельности)
1	Развитие прыгучести: эстафеты с прыжками. Строевая подготовка: перестроение на	2			Установление доверительных отношений между учащимся и педагогом, способствующих позитивному

	места.				восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника;
2	Знакомство с компасом. Нахождение магнитного азимута.	2			-опыт самостоятельного приобретения новых знаний,
3	Знакомство с материальной частью автомата Калашникова.	2			- опыт ведения здорового образа жизни и заботы о здоровье других людей;
4	Разборка и сборка АК.	2			Организация шефства мотивированных и более успешных учащихся над учащимися только пришедшим на секцию
5	Снаряжение патронами магазина АК	2			
6	Чтение топографических знаков.	2			
7	Ознакомление с пневматической винтовкой. Техника безопасности	2			
8	Огневая подготовка.	2			Использование воспитательных возможностей содержания предмета через демонстрацию примеров ответственного отношения к здоровому образу жизни
9	Огневая подготовка . Выбор точки прицеливания.	2			
10	Ручные гранаты. Ознакомление.	2			

	Техника безопасности.				
11	Метание гранат из траншей и окопов	2			Использование воспитательных возможностей содержания предмета через демонстрацию примеров ответственного отношения к здоровому образу жизни
12	Правила оказания первой медицинской помощи	2			
13	Бивуак. Установка палатки. Правила и техника разведения костра.	2			
14	Совершенствование быстрого построения в шеренгу и колонну по одному.	2			
15	Знакомство с компасом. Нахождение магнитного азимута.	2			
16	Разборка и сборка АК.	2			
17	Снаряжение патронами магазина АК	2			
18	Чтение топографических знаков.	2			
19	Чтение топографических карт	2			
20	Огневая подготовка.	2			
21	Огневая подготовка . Выбор точки прицеливания.	2			
23	Огневая подготовка.	2			

	Стрельба из положения лежа.				
24	Огневая подготовка. Стрельба из положения стоя.	2			
25	Метание ручных осколочных и противотанковых гранат	2			
26	Метание гранат из траншей и окопов	2			
27	Метание гранат из положения лежа	2			
28	Правила оказания первой медицинской помощи	2			
29	Остановка всех видов кровотечений	2			
30	Строевая подготовка. Перестроение в движении из колонны по 1 в колонну по 4 способом дробления и сведения.	2			
31	Практические занятия в строю. Сомкнутый строй.	2			
32	Строевая подготовка. Шеренга. Одна, две шеренги.	2			
33	Практические занятия в строю. Разомкнутый строй	2			
	Итого:68 часов				

Методическое обеспечение и материально-техническое обеспечение программы:

Автомат, АК-74(учебный макет), пневматическое ружье, компас, топографические карты, муляж ручной гранаты, воинское и походное снаряжение

1. Научно-методический журнал «Классный руководитель»
2. Дни воинской славы России. Москва, ООО Глобус, 2007
3. Аронов А.А. Воспитывать патриотов: Кн. для учителя. - М.: Просвещение, 1989 г.
4. Буров А.И. Искусство и военно-патриотическое воспитание школьников: (сборник сочинений). - М.: Просвещение, 1975 г.
5. Валеев Р.А., Зайцев А.А., Зайцева В.Ф. Военно-патриотическая работа с подростками в молодежных организациях России // Проблемы воспитания патриотизма. - Вологда.: ВИРО, 2004.
6. Васютин Ю.С. Военно-патриотическое воспитание: теория, опыт. - М.: Издательство Мысль, 1984 г.
7. Гаврилов Ф.К., Кожин Г.А. Военно-спортивные игры. - М.: Изд-во ДОСААФ, 1996 г.
8. Жуков И.М. Военно-патриотическое воспитание старшеклассников. - М.: Педагогика, 1982 г.
9. Каунас А.Я. Сборник статей. Начальная военная подготовка и военно-патриотическое воспитание. - М.: «Швиеса», 1976 г.
10. Конжиев Н.М. Система военно-патриотического воспитания в общеобразовательной школе. - М.: Просвещение, 1978 г.
11. Лукашов П.Д. Военно-спортивные игры на местности. Пособие для учителей. - М.: Просвещение, 1978 г.
12. Ребята растут патриотами. Из опыта военно-патриотического воспитания школьников, / Под редакцией Н.И. Монахова. - М.: Просвещение, 1971 г.
13. Военно-патриотическое воспитание молодежи в современных условиях: Сборник научных трудов //АН СССР, 1975 г.
14. Становов Н.М. Военно-патриотическое воспитание призывной молодежи: Сборник статей. - М.: Издательство ДОСААФ, 1975 г.
15. Тетушкина Л.Н. Уроки воспитания патриотизма. ОБЖ №8, 2005 г.
16. Хромов Н.А. Основы военной службы. ОБЖ, №8, 2005 г.

17. Чиняков М.Н. Уроки патриотизма. ОБЖ, №8, 2005 г.
18. «Патриот отечества» №9, 2004 г.
19. Тупикин Е.А., Евтеев В.А. «Основы безопасности жизнедеятельности» 2007 г.
20. Методический и практический журнал «Воспитание и обучение» №6, 2007 г.
21. Научно-методический журнал «Воспитание школьников» №2, 2003 г.
22. Справочник руководителя Образовательного учреждения №08 август 2005 г.
23. Целовальникова А. Патриотами не рождаются, ими становятся. ОБЖ №11, 2006 г.
24. Стрельников В. Исторический опыт патриотического воспитания. ОБЖ №1, 2006 г.

V. Форма аттестации:

Тест.

VI. Учебный план 2024-2025 учебный год

Пояснительная записка

Учебный план определяет перечень, трудоёмкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных занятий, формы промежуточной аттестации обучающихся.

Учебный план предусматривает реализацию программы в полном объеме. В случае пропусков занятий обучающимися предполагается самостоятельное изучение учебного материала (по согласованию с родителями (законными представителями)).

Расписание занятий составляется с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и возрастных особенностей обучающихся.

Занятия дополнительного образования организуются после уроков с перерывом не менее 20-минут. Продолжительность занятий составляет 45 минут.

Освоение программы сопровождается промежуточной аттестацией обучающихся. Промежуточная аттестация проводится в конце учебного года (май).

Форма промежуточной аттестации – тест. Общее количество занятий по программе – 34 часа

Направленность	Название курса	Количество часов в неделю	Общее количество часов	Форма промежуточной аттестации

Туристско-краеведческая	«Зарница»	2	68	тест
-------------------------	-----------	---	----	------

VII. Календарный учебный график

Начало занятий – 2 сентября 2023 года.

Окончание занятий – 31 мая 2024 года.

Период обучения – 34 недели (68 часов), с сентября по май.

Сроки прохождения промежуточной аттестации – май.

VIII. Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально-технические условия школы обеспечивают возможность достижения обучающимися результатов, предусмотренных дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой и соответствуют санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Проведение занятий обеспечивается необходимым оборудованием.

Уровень квалификации педагога, реализующего образовательную программу, соответствует требованиям, предъявляемым к педагогу дополнительного образования. Педагог компетентен в соответствующих предметных областях знаний и методах обучения, с гуманистической позицией, позитивной направленностью на педагогическую деятельность, высокой общей культурой. У него сформированы основные компетенции, необходимые для обеспечения реализации требований, предъявляемых к программам платных образовательных услуг, в том числе умения создавать условия для успешной деятельности, осуществлять самостоятельный поиск и анализ информации с помощью современных информационно-поисковых технологий, разрабатывать программы учебных предметов, методические и дидактические материалы.

IX. Оценочные материалы

Вопросы итогового теста

Вопрос 1

Как называется наступательное движение войск?

Отступление

Оборона

Атака

Вопрос 2

Как называется торжественное прохождение войск?

Наступление

Парад

Вывод

Вопрос 3

Когда началась Великая Отечественная война?

1 сентября 1939г.

9 мая 1941г.

22 июня 1941г.

Вопрос 4

Как называется военная больница?

Госпиталь

Клиника

Медицинский пункт

Вопрос 5

Как называется участок местности для испытания боевого оружия?

Стадион

Космодром

Полигон

Вопросы по ссылке <https://cdod.stavropolschool.ru/>

Х. Методические материалы

Основные формы организации

1. Индивидуальные.
2. Групповые.

Формы обучения учащихся

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

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 веревки, репшнур, карабины, палатки разных конструкций, компасы, топографические карты, спортивный инвентарь: мячи набивные, баскетбольные, волейбольные, гири, гантели, штанга, силовые тренажеры, противогазы, костюм химической защиты, стадион.

Подростки участвуют во многих разнообразных видах деятельности: в учебно-образовательном труде, в общественной культурно-массовой работе, в физкультурно-спортивной деятельности.

Дидактические материалы

1. Учебные плакаты:

- Автомат Калашникова;
- Первая медицинская помощь;
- Спортивная карта;
- Ориентирование в походе;
- Мишени.

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

3. Образцы туристического снаряжения (личного и группового).

XI. Список используемой литературы

1. А.М.Катунов, Е.Н. Цветаева Военно-патриотическое воспитание учащихся. М. «Просвещение» 1988г.
2. Учебное пособие 5-11 кл. Основы безопасности жизнедеятельности Смоленск 1995г. Вентанаграф
3. Начальная военная подготовка. Москва Издательство ДОСААФ СССР 1983г.
4. Наставление по стрелковому делу. Военное издательство Министерства обороны СССР. Москва 1969г.
5. <http://spo.1septemder.ru>
6. <https://my.1september.ru/preview/free/2013-01/obj/index.html>
7. <http://fizkultira.ucoz.com/>

8. Видеофильм Основы противопожарной безопасности.
9. Видеофильм Травматизм. Правила оказания первой помощи.