

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ЯРОСЛАВСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЯРОСЛАВСКОЙ ОБЛАСТИ РОСТОВСКИЙ  
КОЛЛЕДЖ ОТРАСЛЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Принята на заседании педагогического  
совета

Протокол № 6 от 10.11 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГПОАУ ЯО Ростовского колледжа  
отраслевых технологий

Т.Н. Кудрявцева



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
физкультурно-спортивной направленности

«5-дневные учебные сборы  
с юношами 10-классов общеобразовательных учреждений и обучающимися  
профессиональных образовательных организаций»

Возраст обучающихся: 16-18 лет

Срок реализации программы: 5 календарных дней  
(35 часов)

Авторы-составители:

Бруннер Н.А. – руководитель отдела  
воспитательной работы

Смекалов Ю.В. – руководитель  
учебно-методического отдела

п. Семибратово, 2021 г.

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «5-дневные учебные сборы с юношами 10-классов общеобразовательных учреждений и обучающимися образовательных организаций среднего профессионального образования» имеет физкультурно-спортивную направленность, разработана и реализуется в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.12 г. N273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 №28.
- Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ (с изм. и доп.) «О воинской обязанности и военной службе»;
- Указ Президента Российской Федерации от 31 декабря 2015 года N 68 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 31.12.1999 г.1441(в ред. Постановления Правительства РФ от 15.06.2009 №481) «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 3 февраля 2010 г. № 134 - р «Об утверждении Концепции федеральной системы подготовки граждан РФ к военной службе на период до 2024 г.» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ Министерства обороны РФ и Министерства образования и науки РФ от 24 февраля 2010 г.№ 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах»;
- Приказ министра обороны Российской Федерации от 15 октября 2014 г. № 745 «Об утверждении порядка взаимодействия органов военного управления соединений, воинских частей и организаций Вооруженных Сил Российской Федерации при организации и проведении мероприятий по военно-патриотическому воспитанию граждан Российской Федерации»;
- Положение о Межведомственной комиссии по подготовке граждан Российской Федерации к военной службе (Утверждено Постановлением Правительства Российской Федерации от 30 марта 2010 года № 194) «Об утверждении Концепции федеральной системы подготовки граждан РФ к военной службе на период до 2020 г»;
- Рекомендации Межведомственной комиссии по подготовке граждан Российской Федерации к военной службе и военно-патриотическому воспитанию (Протокол № 8 от 25.12.2011 г.).

Актуальность программы обусловлена современными требованиями к организации учебно-воспитательного процесса в условиях повышения внимания к обеспечению национальной безопасности страны и престижа военной службы, формированию у молодежи идеалов патриотического сознания, что послужило основой для разработки

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «5-дневные учебные сборы с юношами 10-классов общеобразовательных учреждений и обучающимися образовательных организаций среднего профессионального образования».

Обучение граждан начальным знаниям в области обороны и подготовка по основам военной службы предусматривает проведение ежегодных 5-дневных учебных сборов обучающихся из образовательных организаций Ярославской области, которые организуются и проводятся в соответствии с Инструкцией об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального, среднего профессионального образования и учебных пунктах», утвержденной приказом Министерства обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010г. №96/134.

**Отличительными особенностями** программы является идея погружения обучающихся в деятельностную среду, созданную на базе Регионального учебно-методического центра военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард», что обеспечивает возможность организации эффективного учебно-воспитательного процесса с элементами военной службы. Кроме того, приобретение умений и навыков основ военной службы сопровождается процессом формирования идеалов патриотического сознания: служение Родине, верность своему Отечеству и готовность к выполнению гражданского долга, который идет и во внеурочное время, в ходе реализации плана воспитательной работы.

Данная программа предназначена для обучающихся 10 классов организаций, реализующих программы среднего общего образования, а также обучающихся организаций среднего профессионального образования, изучающих курс «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Безопасность жизнедеятельности».

**Возраст обучающихся** 16 – 18 лет (юноши). Характерной особенностью обучающихся данной возрастной категории является стремление к самоутверждению и самореализации, что обосновывает необходимость применения соответствующих форм и методов работы. Применение в ходе реализации программы современных педагогических технологий, использование возможностей цифровых технологий обеспечивает повышение интереса обучающихся к изучаемым темам занятий, индивидуализирует образовательный процесс.

Объем реализуемой программы 5 календарных дней, 35 учебных часов, включая практические занятия и тренинги. Продолжительность учебного дня – 7 часов, продолжительность 1 академического часа – 45 минут.

Форма обучения - очная.

**Особенности организации обучения.** Состав каждой группы постоянный, количество обучающихся в группе до 25 человек. Набор обучающихся в группы проводится через направление обучающихся для прохождения учебных сборов на базе Регионального учебно-методического центра военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» приказами по образовательным организациям среднего общего образования и среднего профессионального образования Ярославской области.

В ходе реализации программы изучаются: размещение и быт военнослужащих, организация караульной и внутренней служб, элементы строевой, огневой, тактической, физической и военно-медицинской подготовок, а также вопросы радиационной, химической и биологической защиты войск.

В учебном процессе за пределами учебного времени проводятся мероприятия по военно-профессиональной ориентации, а также мероприятия, направленные на развитие

гражданской активности, чувства ответственности, сотрудничества и взаимодействия, умение работать в команде.

Учебные сборы проводятся на базе Регионального учебно-методического центра военно-патриотического воспитания молодежи «Авангард» (Ярославская обл., Ростовский район, п. Семибратово).

## **2. Цель и задачи программы**

**Цель** программы - формирование морально-психологических и физических качеств обучающихся, необходимых для прохождения военной службы; совершенствование военно-патриотического воспитания обучающихся и повышение мотивации к военной службе.

### **Задачи программы:**

- закрепление теоретических знаний, полученных на занятиях по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности», «Безопасность жизнедеятельности», приобретение практического опыта, необходимого обучающимся для быстрой адаптации к военной службе;

- изучение основ безопасности военной службы, устройства и правил обращения с боевым ручным стрелковым оружием, основ тактической, медицинской, строевой подготовки, вопросов радиационной, химической и биологической защиты войск и населения;

- воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и ее вооруженным силам, готовности к защите Отечества, коллективизма и товарищества.

- реализация потребностей подростков в интеллектуальном, культурном, физическом и нравственном развитии, получении первичных знаний и навыков военного дела, необходимых для прохождения военной службы по призыву и контракту, выбора профессии и продолжения дальнейшего обучения.

Программа предполагает совместную деятельность педагогического коллектива и общественных организаций по реализации всех направлений патриотического воспитания обучающихся.

Планируемые результаты реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы являются:

- знание теоретических основ безопасности военной службы, устройства и правил обращения с боевым ручным стрелковым оружием, основ тактической, медицинской, строевой подготовки, вопросов радиационной, химической и биологической защиты войск и населения;

- владение техникой строевого шага, экипировки средств индивидуальной защиты, стрельбы из стрелкового оружия, оказания первой медицинской помощи;

- формирование чувства патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и ее вооруженным силам.

### 3. Структура и содержание программы.

#### Учебный план (таблица расчёта часов для проведения учебных сборов)

№ п/п	Тема занятия	Количество часов					Общее количество часов
		1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	
1	Основы обеспечения безопасности военной службы	1					1
2	Общевоинские уставы		1			1	2
3	Тактическая подготовка	1	1	1	1	1	5
4	Огневая подготовка	1	2	1	2	1	7
5	Радиационная, химическая и биологическая защита		1	1	1	1	4
6	Строевая подготовка	1		1	1	1	4
7	Физическая подготовка	2	2	2	1	1	8
8	Военно-медицинская подготовка	1		1	1	1	4
<b>Итого</b>		<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>35</b>

Возможны изменения по количеству часов внутри каждого раздела при условии, если общее количество часов остается в прежнем объёме – 35 часов.

#### Календарный учебный график

Календарный учебный график реализации программы утверждается на основании следующий параметров:

- продолжительность реализации программы: 5 дней,
- общее количество часов: 35 часов.

#### Содержание программы

Перед началом учебного процесса для всех вновь прибывших участников сбора проводится вводное занятие по ознакомлению с расположением УМЦ «Авангард», а также проводится инструктаж по мерам безопасности во время учебных занятий и повседневной деятельности на территории центра, местах проживания, обучения, приёма пищи.

Тема	Кол-во часов	Содержание темы	Критерии освоения
<b>Раздел: Основы обеспечения безопасности военной службы (1 час)</b>			
<b>Т-1. Основы обеспечения безопасности военной службы.</b>	<b>1</b>	- основные мероприятия по обеспечению безопасности повседневной деятельности и во время прохождения военной службы в подразделениях ВС; - ознакомление курсантов с требованиями безопасности во время учебных занятий и	<b>Знать:</b> - меры безопасности во время прохождения военной службы; - обязанности военнослужащего по соблюдению требований безопасности военной службы и по предупреждению заболеваний, травм и поражений; - требования безопасности во время

		<p>пребывания на территории УМЦ «Авангард».</p>	<p>учебных занятий и пребывания на территории УМЦ «Авангард».</p> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять требования безопасности во время учебных занятий и пребывания на территории УМЦ «Авангард».</li> </ul>
<b>Раздел: Общевоинские уставы (2 часа)</b>			
<b>Т-1. Общевоинские уставы.</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- структура вооруженных сил РФ;</li> <li>- классификация подразделений;</li> <li>- воинские звания;</li> <li>- права и обязанности военнослужащего, административная и уголовная ответственность;</li> <li>- внутренний распорядок дня и регламент служебного времени;</li> <li>- заступление в суточный наряд по роте, обязанности дежурного, дневального (практическое выполнение);</li> <li>- порядок и правила несения караульной службы (практическое выполнение).</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- общую структуру вооруженных сил РФ;</li> <li>- воинские звания.</li> <li>- основные права и обязанности военнослужащего;</li> <li>- порядок и правила несения караульной службы.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различать воинские звания;</li> <li>- обращаться к командиру по званию;</li> <li>- заступать на караульную службу;</li> <li>- ориентироваться в нормативных актах регламентирующих права и обязанности военнослужащего.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в обращении к командиру по званию.</li> </ul>
<b>Раздел: Тактическая подготовка (5 часов)</b>			
<b>Т-1. Ориентирование на местности.</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- чтение географических карт;</li> <li>- ориентирование с помощью компаса по сторонам света;</li> <li>- определение условных обозначений на карте;</li> <li>- выполнение элементов съёмки местности</li> <li>- определение места положения с использованием средств по геолокации.</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стороны света;</li> <li>- условные обозначения местности на карте, обозначение военных объектов, подразделений;</li> <li>- способы определения собственного места положения (карта, компас, геолокация).</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- читать географические карты, определять стороны света, расстояния по карте;</li> <li>- определять азимут по карте с помощью компаса.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в определении азимута по карте, используя компас.</li> </ul>
<b>Т-2. Наблюдение и маскировка.</b>	<b>1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обязанности наблюдателя;</li> <li>- предварительное определение места наблюдения по карте;</li> <li>- особенности выбора места наблюдения на местности и его занятие;</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обязанности наблюдателя;</li> <li>- особенности выбора места наблюдения;</li> <li>- способы маскировки.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- оборудование и маскировка;</li> <li>- оснащение наблюдаемого поста;</li> <li>- скрытный отход с места наблюдения.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать условия местности для маскировки;</li> <li>- определять объект наблюдения.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в маскировке места наблюдения.</li> </ul>
<b>Т-3. Передвижение на поле боя.</b>	<b>1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные требования безопасности к передвижению на поле боя, самоокапывания;</li> <li>- основные способы передвижения на поле боя;</li> <li>- определение места и скрытное расположение на нём для наблюдения и ведения огня;</li> <li>- самоокапывание и маскировка;</li> <li>- определение сектора обстрела (45 градусов для АК, 120 градусов для ПК), как самостоятельно, так в составе подразделения;</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные требования безопасности к передвижению на поле боя и самоокапывания;</li> <li>- основные способы передвижения на поле боя;</li> <li>- особенности и правила самоокапывания на поле боя;</li> <li>- общие способы маскировки, используя особенности местности.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передвигаться на поле боя с оружием;</li> <li>- определить место расположения для наблюдения и ведения огня;</li> <li>- определить сектор обстрела.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в передвижении на поле боя;</li> <li>- в определении сектора обстрела из АК-74.</li> </ul>
<b>Т-4. Тактика ведение боя против бронированных целей противника.</b>	<b>1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- техника безопасности по применению учебных средств поражения целей метательным оружием (мишеней);</li> <li>- моторизированные, бронированные объекты целей, определение видов и уязвимых мест поражения целей;</li> <li>- тактика и методика уничтожения бронированных целей противника (практическое задание).</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные виды бронетехники (танк, БМП, БТР);</li> <li>- основные способы поражения бронетехники (танк, БМП, БТР);</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различать между собой: танк, БМП, БТР;</li> <li>- определять общие уязвимые места поражения бронетехники;</li> <li>- определять вид оружия для поражения бронетехники.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в определении вида оружия для уничтожения бронированных целей условного противника.</li> </ul>
<b>Раздел: Огневая подготовка (7 часов)</b>			
<b>Т-1. Назначение и тактико-технические характеристики АК-74.</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- техника безопасности обращения с оружием;</li> <li>- история появления автоматического стрелкового оружия;</li> <li>- тактико-технические</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные тактико-технические характеристики;</li> <li>- общее устройство АК-74;</li> <li>- основные правила техники безопасности обращения с оружием;</li> </ul>

		<p>характеристики АК-74;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устройство и принцип действия АК-74;</li> <li>- работа частей и механизмов АК при зарядании и стрельбе;</li> <li>- выполнение неполной разборки и сборки АК-74;</li> <li>- снаряжение магазина патронами;</li> <li>- уход за стрелковым оружием, хранение и сбережение.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные требования хранения и ухода за оружием.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять неполную разборку и сборку АК-74;</li> <li>- снаряжать магазин патронами;</li> <li>- выполнять чистку оружия.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- по сборке и разборке АК-74;</li> <li>- по снаряжению магазина патронами.</li> </ul>
<b>Т-2. Основные виды стрелкового и метательного вооружения.</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные виды стрелкового и метательного вооружения;</li> <li>- пулемёт Калашникова, ручной противотанковый гранатомёт, ручные гранаты, штык-нож;</li> <li>- изучение устройства и принципа действия фугасных, броневой и кумулятивных снарядов;</li> <li>- виды мин, особенности их применения;</li> <li>- техника безопасности при выполнении практических заданий (упражнений);</li> <li>- имитация стрельбы из РПГ по бронированным целям противника;</li> <li>- метание учебных (имитационных) гранат по мишеням.</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные виды вооружения пехотинца (АК-74, ПМ, штык-нож, ручные гранаты);</li> <li>- устройство и принцип действия фугасных, брони пробиваемых и кумулятивных снарядов;</li> <li>- виды мин, особенности их применения.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различать основные виды вооружения пехотинца;</li> <li>- метать учебные гранаты по предполагаемым целям противника.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- метать учебные гранаты по предполагаемым целям противника.</li> </ul>
<b>Т-3. Выполнение упражнений начальных стрельб.</b>	<b>3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- техника безопасности при выполнении учебных стрельб;</li> <li>- правила и техника прицеливания из АК-74;</li> <li>- команды подаваемых при проведении стрельб и порядок их выполнения;</li> <li>- выполнение упражнения стрельбы по мишеням из положения лёжа, сидя с колена, стоя.</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технику безопасности при стрельбе;</li> <li>- правила выполнения упражнений при стрельбе лёжа и стоя;</li> <li>- команды подаваемых при проведении стрельб и порядок их выполнения.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пользоваться прицельной планкой АК-74;</li> <li>- переводить прицельную планку для стрельбы на разные расстояния прицеливания;</li> <li>- выполнять упражнение стрельбы в положении лёжа, стоя;</li> <li>- выполнять команды при проведении стрельб;</li> <li>- производить доклад о готовности к</li> </ul>

			стрельбе и окончании стрельбы. <b>Иметь практический опыт:</b> - по выполнению упражнения по стрельбе из АК-74 из положения: стоя, лёжа.
<b>Раздел: Радиационная, химическая и биологическая защита (4 часа)</b>			
<b>Т-1. Основные виды средств радиационного, химического и биологического поражения.</b>	<b>2</b>	- основные виды средств радиационного, химического и биологического поражения их поражающие факторы; - способы защиты от поражающих факторов; - способы действия личного состава в условиях радиационного, химического и биологического заражения.	<b>Знать:</b> - основные виды средств радиационного, химического и биологического поражения их поражающие факторы. <b>Уметь:</b> - определить способы защиты от поражающих факторов.
<b>Т-2. Средства индивидуальной защиты и пользование ими.</b>	<b>2</b>	- техника безопасности при выполнении практических заданий по экипировки ОЗК, противогаза; - виды средств индивидуальной защиты от воздействия поражающих факторов средств радиационного, химического и биологического оружия; - действия при команде «Газы»; - практическое выполнение нормативов по экипировке общевойсковой защитный комплект (ОЗК).	<b>Знать:</b> - правила и способ экипировки в общевойсковой защитный комплект (ОЗК); - правила и способы одевания противогаза; - действия при команде «Газы». <b>Уметь:</b> - экипироваться в общевойсковой защитный комплект (ОЗК). <b>Иметь практический опыт:</b> - в одевании противогаза; - в экипировке в общевойсковой защитный комплект (ОЗК).
<b>Раздел: Строевая подготовка (4 часов)</b>			
<b>Т-1. Строевые приёмы и движения без оружия.</b>	<b>2</b>	- техника безопасности при выполнении строевых приемов как самостоятельно, так и в составе подразделения; - выполнение команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Разойдись», «Головные уборы снять (одеть)»; - повороты на месте; - движение строевым шагом; - выполнение воинского приветствия на месте и в движении; - выход из строя и возвращение в	<b>Знать:</b> - команды: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Разойдись», «Головные уборы снять (одеть)». <b>Уметь:</b> - выполнять команды: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы снять (одеть)»; - выполнять движение строевым шагом. <b>Иметь практический опыт:</b> - в выполнении строевых приёмов.

		строй; - подход к командиру.	
<b>Т-2. Строевые приёмы и движения в составе подразделения (взвода).</b>	2	- выполнение в составе подразделения построений, перестроений, поворотов, движений с переменной направлением; - выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении; - ответ на поздравление.	<b>Знать:</b> - строевые приёмы движения в составе подразделения. <b>Уметь:</b> - выполнять в составе подразделения построение, перестроение, повороты, движение с переменной направлением; - выполнять воинское приветствие в строю на месте и в движении. <b>Иметь практический опыт:</b> - в выполнении строевых приёмов в составе подразделения.
<b>Раздел: Физическая подготовка (8 часов)</b>			
<b>Т-1. Основы самообороны.</b>	2	- техника безопасности при выполнении упражнений по рукопашному бою; - элементы рукопашного боя; - приёмы рукопашного боя против противника; - приёмы защиты от холодного оружия; - приёмы рукопашного боя, используя АК-74.	<b>Знать:</b> - требования по технике безопасности при выполнении упражнений; - общие элементы рукопашного боя (элементы ударов, захватов); - основные приёмы защиты рукопашного боя (захват, бросок, уход от удара); <b>Уметь:</b> - применить приёмы на практике. <b>Иметь практический опыт:</b> - в выполнении элементов рукопашного боя.
<b>Т-2. Основы походной подготовки.</b>	2	- техника безопасности при выполнении упражнений по туристической подготовке; - наведение верёвочных переправ (подвесная, параллельные, маятник); - выполнение переправы вещмешков и самостоятельной переправы с использованием туристического оснащения (обвязки, карабины, веревок).	<b>Знать:</b> - требования по технике безопасности при выполнении упражнений; - способы переправы через природные и иные препятствия; - основные узлы и правила наведения переправы. <b>Уметь:</b> - вязать узлы для наведения переправы; - наводить переправы через природные и иные препятствия; - переправляться по наведённой переправе. <b>Иметь практический опыт:</b> - в наведении подвесной переправы; - в переправлении по наведённой переправе.
<b>Т-3. Бег на дистанции, полоса препятствий.</b>	2	- техника безопасности при выполнении упражнений по	<b>Знать:</b> - требования по технике безопасности

		<p>преодолению полосы препятствий и бега на дистанции;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствование и контроль упражнения в беге на 100м, 1 км.;</li> <li>- преодоление полосы препятствий.</li> </ul>	<p>при выполнении упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технику бега (движение рук, ног, ритм дыхания);</li> <li>- способы преодоления армейской полосы препятствий.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- преодолевать армейскую полосу препятствий.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в преодолении армейской полосы препятствия.</li> </ul>
<b>Т-4. Общефизическая подготовка.</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- техника безопасности при выполнении упражнений по общефизической подготовке;</li> <li>- совершенствование упражнений на гимнастических снарядах и контроль упражнения в подтягивании на перекладине.</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- требования по технике безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- правила и технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах;</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в выполнении общефизических упражнений.</li> </ul>
<b>Раздел: Военно-медицинская подготовка (4 часа)</b>			
<b>Т-1. Основы сохранения здоровья военнослужащих.</b>	<b>1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- правила личной и общественной гигиены;</li> <li>- наиболее характерные причины и признаки ранений и травм, острых отравлений и поражений, требующих оказания неотложной помощи.</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила личной и общественной гигиены;</li> <li>- основные признаки ранений и травм.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдать требования личной и общественной гигиены;</li> <li>- определять основные признаки ранений и травм.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соблюдении требований личной и общественной гигиены;</li> <li>- в определении основных признаков ранений и травм.</li> </ul>
<b>Т-2. Неотложные реанимационные мероприятия.</b>	<b>2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- техника безопасности при выполнении упражнений по оказанию первой медицинской помощи;</li> <li>- порядок и способы оказания первой помощи раненым и пораженным;</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- требования по технике безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- порядок и способы оказания первой помощи раненым и пораженным;</li> <li>- правила использования пакета</li> </ul>

		<p>- привитие практических навыков в оказании первой помощи при ранениях, травмах, острых отравлениях и поражениях с использованием табельных и подручных средств.</p>	<p>перевязочного индивидуального, подручных средств для оказания первой помощи.</p> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- накладывать жгут;</li> <li>- перевязывать раны;</li> <li>- накладывать шины.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в наложении жгута;</li> <li>- в перевязке раны.</li> </ul>
<p><b>Т-3. Эвакуация раненых с поля боя.</b></p>	<p><b>1</b></p>	<p>- техника безопасности при выполнении упражнений по транспортировке раненых;</p> <p>- способы выноса раненых с поля боя;</p> <p>- способы извлечения раненых из боевых машин, оборонительных сооружений;- погрузка раненых на санитарный и общевоинской транспорт.</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- требования по технике безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- основные способы выноса раненых с поля боя;</li> <li>- особенности транспортировки раненых с повреждениями в области живота, позвоночника.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать подручные средства для изготовления носилок;</li> <li>- изготавливать обвязки для извлечения раненых из боевых машин;</li> <li>- непосредственно транспортировать раненого к месту оказания медицинской помощи.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в изготовлении носилок из подручных средств;</li> <li>- переноска пострадавшего на носилках.</li> </ul>

Планируемые уровни освоения учебного материала соответствуют ознакомительному и репродуктивному.

- 1- **ознакомительный** (узнавание ранее изученных объектов);
- 2- **репродуктивный** (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством).

#### 4. Контрольно-измерительные материалы.

##### Критерии оценки результатов учебных сборов

Индивидуальная оценка каждого курсанта складывается из оценок, полученных за выполнение каждого норматива:

- «отлично»(5), если не менее 50 процентов нормативов выполнено на «отлично», остальные – на «хорошо»;
- «хорошо»(4), если не менее 50 процентов нормативов выполнено на «отлично» и «хорошо», остальные – не ниже «удовлетворительно»;
- «удовлетворительно»(3), если не более чем по одному из нормативов получена оценка «неудовлетворительно»;
- «неудовлетворительно»(2), если по нормативам получены две и более оценки «неудовлетворительно».

Общая оценка за учебные сборы выставляется:

- «отлично» (5), если оценки, полученные по тактической и огневой подготовке – «отлично», а по строевой – не ниже «хорошо», при примерном или удовлетворительном поведении;
- «хорошо» (4), если оценки, полученные по тактической и огневой подготовке – не ниже «хорошо», а по строевой – не ниже «удовлетворительно», при примерном или удовлетворительном поведении;
- «удовлетворительно» (3), если не более чем по одному разделу учебной программы получена оценка «неудовлетворительно» при примерном или удовлетворительном поведении;
- «неудовлетворительно» (2), если по двум и более разделам учебной программы получены оценки «неудовлетворительно».

**Результаты учебных сборов оцениваются по следующим направлениям:**

Наименование раздела	Форма контроля
Тактическая подготовка	- выполнение практического задания
Огневая подготовка	- выполнение нормативов (сборка, разборка и снаряжение магазина патронами)
Строевая подготовка	- выполнение строевых приёмов
Радиационная, химическая и биологическая защита	- выполнение нормативов (одевание противогаза, одевание ОЗК)
Медицинская подготовка	- выполнение практического задания
Физическая подготовка	- выполнение нормативов (бег на 100м., преодоление армейской полосы препятствий)

## Критерии оценки.

### Раздел: Тактическая подготовка.

Индивидуальная **оценка тактической подготовки** обучающихся складывается из **оценок**, полученных ими за выполнение упражнений (определение азимута по карте, выполнение маскировки огневого рубежа, поражение мишени метательным (ручная граната) оружием), а также за знание теоретического раздела **тактической подготовки** (чтение географических карт, особенности выбора мест наблюдения, основные виды бронетехники (танк, БМП, БТР), меры безопасности при обращении с оружием) и определяется:

- "Отлично" (5) - если **оценка** за практические упражнения "отлично", а за знание теоретического раздела - не ниже "хорошо";
- "Хорошо" (4) - если **оценка** за практические упражнения не ниже "хорошо", а за знание теоретического раздела - не ниже "удовлетворительно";
- "Удовлетворительно" (3) - если обе **оценки** не ниже "удовлетворительно";
- "Неудовлетворительно" (2) - если обе **оценки** "неудовлетворительно".

### Раздел: Огневая подготовка.

Индивидуальная **оценка огневой подготовки** обучающихся складывается из **оценок**, полученных ими за выполнение упражнений (сборка, разборка АК-74, снаряжение магазина патронами, стрельба (электронный тир, либо из пневматической винтовки)), а также за знание теоретического раздела **огневой подготовки** (основы и правила стрельбы, материальная часть оружия, меры безопасности при обращении с оружием) и определяется:

- "Отлично" (5) - если **оценка** за практические упражнения "отлично", а за знание теоретического раздела - не ниже "хорошо";
- "Хорошо" (4) - если **оценка** за практические упражнения не ниже "хорошо", а за знание теоретического раздела - не ниже "удовлетворительно";
- "Удовлетворительно" (3) - если обе **оценки** не ниже "удовлетворительно";
- "Неудовлетворительно" (2) - если обе **оценки** "неудовлетворительно".

### Раздел: Стрелковая подготовка.

Индивидуальная **оценка строевой подготовки** обучающихся складывается из **оценок**, полученных ими за выполнение упражнений (строевых действий: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Отставить», движение строевым шагом), а также за знание теоретического раздела **строевой подготовки** (строевых команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Отставить», положение тела, рук, ног при движении строевым шагом), и определяется:

- "Отлично" (5) - если **оценка** за практические упражнения "отлично", а за знание теоретического раздела - не ниже "хорошо";
- "Хорошо" (4) - если **оценка** за практические упражнения не ниже "хорошо", а за знание теоретического раздела - не ниже "удовлетворительно";
- "Удовлетворительно" (3) - если обе **оценки** не ниже "удовлетворительно";
- "Неудовлетворительно" (2) - если обе **оценки** "неудовлетворительно".

### Раздел: Радиационная, химическая и биологическая защита.

Индивидуальная **оценка по радиационная, химическая и биологическая защита подготовки** обучающихся складывается из **оценок**, полученных ими за выполнение упражнений (экипировки в общевойсковой защитный комплект (ОЗК), одевании противогаза), а также за знание теоретического раздела **радиационная, химическая и биологическая защита подготовки** (виды оружия радиационного, химического и биологического поражения, способы индивидуальной защиты от поражающих факторов, составные части элементов средств индивидуальной защиты (ОЗК, противогаз)), и определяется:

- "Отлично" (5) - если **оценка** за практические упражнения "отлично", а за знание теоретического раздела - не ниже "хорошо";
- "Хорошо" (4) - если **оценка** за практические упражнения не ниже "хорошо", а за знание теоретического раздела - не ниже "удовлетворительно";
- "Удовлетворительно" (3) - если обе **оценки** не ниже "удовлетворительно";
- "Неудовлетворительно" (2) - если обе **оценки** "неудовлетворительно".

**Раздел: Военно-медицинская подготовка.**

Индивидуальная **оценка** по **медицинской подготовке** обучающихся складывается из **оценок**, полученных ими за выполнение упражнений (накладывание жгута, шины, перевязка раны), а также за знание теоретического раздела **медицинской подготовки** (правила личной и общественной гигиены, порядок действий и способы оказания первой медицинской помощи раненым, основные правила и способы транспортировки раненых), и определяется:

- "Отлично" (5) - если **оценка** за практические упражнения "отлично", а за знание теоретического раздела - не ниже "хорошо";
- "Хорошо" (4) - если **оценка** за практические упражнения не ниже "хорошо", а за знание теоретического раздела - не ниже "удовлетворительно";
- "Удовлетворительно" (3) - если обе **оценки** не ниже "удовлетворительно";
- "Неудовлетворительно" (2) - если обе **оценки** "неудовлетворительно".

**Раздел: Физическая подготовка.**

Индивидуальная **оценка** по **физической подготовке** обучающихся складывается из **оценок**, полученных ими за выполнение упражнений (преодоление армейской полосы препятствий, преодоление верёвочной переправы, бег на короткие дистанции, общефизические упражнения), а также за знание теоретического раздела **физической подготовки** (техника безопасности при выполнении упражнений, виды и способы верёвочной переправы, способы преодоления армейской полосы препятствий, классификация физических упражнений по их функциональной направленности), и определяется:

- "Отлично" (5) - если **оценка** за практические упражнения "отлично", а за знание теоретического раздела - не ниже "хорошо";
- "Хорошо" (4) - если **оценка** за практические упражнения не ниже "хорошо", а за знание теоретического раздела - не ниже "удовлетворительно";
- "Удовлетворительно" (3) - если обе **оценки** не ниже "удовлетворительно";
- "Неудовлетворительно" (2) - если обе **оценки** "неудовлетворительно".

**Требования к безопасности при проведении учебно-практических занятий.**

Темы занятий	Требования к технике безопасности при проведения занятий
<b>Раздел: Огневая подготовка.</b>	
<b>Т-1. Назначение и боевые характеристики АК-74.</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с обучающимися требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, при выполнении неполной разборки и сборки АК-74 (полноразмерный макет), при снаряжении магазина патронами.</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в соответствующей графе журнала учёта занятий.</p>
<b>Т-2. Основные виды стрелкового и</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с курсантами</p>

<b>метательного вооружения.</b>	<p>требования безопасности при выполнении упражнения по метанию учебных (имитационных) ручных гранат.</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в соответствующей графе журнала учёта занятий.</p>
<b>Т-3. Выполнение упражнений начальных стрельб.</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с курсантами порядок выполнения стрельб, требования безопасности при выполнении упражнения по стрельбе из АК-74 из положения стоя, лёжа.</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в соответствующей графе журнала учёта занятий.</p>
<b>Раздел: Тактическая подготовка.</b>	
<b>Т-3. Передвижение на поле боя.</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с курсантами основные требования безопасности к передвижению на поле боя, выполнения маскировки огневого рубежа, самоокапыванию.</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в соответствующей графе журнала учёта занятий.</p>
<b>Т-4. Тактика ведения боя против бронированных целей противника.</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с курсантами основные требования безопасности при отработке упражнения по тактике подхода к цели, метание учебных ручных гранат по мишени.</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в соответствующей графе журнала учёта занятий.</p>
<b>Раздел: Радиационная, химическая и биологическая защита</b>	
<b>Т-2. Средства индивидуальной защиты и пользование ими.</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с курсантами основные требования безопасности при экипировке в общевойсковой защитный комплект (ОЗК), противогАЗа, респиратора.</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в соответствующей графе журнала учёта занятий.</p>
<b>Раздел: Строевая подготовка</b>	
<b>Т-1,2. Строевые приемы</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с курсантами основные требования безопасности при выполнении строевых приемов как самостоятельно, так и в составе подразделения.</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в соответствующей графе журнала учёта занятий.</p>
<b>Раздел: Физическая подготовка</b>	
<b>Т-1. Основы самообороны.</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с курсантами основные требования безопасности при отработке элементов, приёмов рукопашного боя.</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в соответствующей графе журнала учёта занятий.</p>
<b>Т-2. Основы походной подготовки.</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с курсантами основные требования безопасности при наведении верёвочных переправ и их преодоления.</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в</p>

	соответствующей графе журнала учёта занятий.
<b>Т-3. Бег на дистанции, полоса препятствий.</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с курсантами основные требования безопасности при выполнении упражнений по бегу, а также по преодолению армейской полосы препятствия.</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в соответствующей графе журнала учёта занятий.</p>
<b>Т-4. Общефизическая подготовка.</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с курсантами основные требования безопасности при выполнении общефизических упражнений.</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в соответствующей графе журнала учёта занятий.</p>
<b>Раздел: Военно-медицинская подготовка</b>	
<b>Т-2. Неотложные реанимационные мероприятия.</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с курсантами основные требования безопасности при оказании первой медицинской помощи (накладывания жгута, шины, перевязка ран).</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в соответствующей графе журнала учёта занятий.</p>
<b>Т-3. Эвакуация раненых с поля боя.</b>	<p>Во время занятия перед непосредственным выполнением практического задания (упражнения) педагогический работник детально изучает с курсантами основные требования безопасности при транспортировке раненых.</p> <p>По результату инструктажа по ТБ курсанты (обучающиеся) расписываются в соответствующей графе журнала учёта занятий.</p>

Инструктаж по требованиям к технике безопасности практического занятия может не проводиться в случае неблагоприятных погодных условиях (если занятие предполагается выполнять на учебных объектах расположенных на улице), иных обстоятельств, не позволяющих проведению практических заданий (упражнений). В таких случаях проводится занятие по теоретической подготовке согласно теме.

## 5. Условия реализации программы.

### **Материально-техническое обеспечение программы:**

Для успешной реализации данной программы необходимо иметь

- Тир;
- Спортзал;
- Спортивный инвентарь;
- Плац;
- Открытую специально оборудованную спортивную площадку;
- Учебный класс оснащенный:(Парты (15 штук), Стулья (30 штук), компьютер,принтер, мультимедийный проектор, тёмные шторы,магнитная доска, набор магнитов,фотоаппарат).

Для реализации данной программы требуется:

- Учебные макеты автомата Калашникова;
- Пневматические винтовки;

- Учебный манекен для отработки упражнений оказания первой медицинской помощи;
- Учебные стенды по направлениям и темам обучения;
- Костюм химической защиты, приборы ДП – 5В и ВПХР (войсковой прибор химической разведки),противогазы;
- 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, футбольные, волейбольные, баскетбольные, маты, канаты,

### **Методическое обеспечение программы:**

При реализации программы применяются следующие формы проведения занятий:

- теоретические (объяснение, рассказы, беседы, лекции);
- практические занятия (непосредственное выполнение практических заданий, упражнений, как с помощью преподавателя, так и самостоятельно, в зависимости от уровня сложности и компетентности курсанта);
- демонстрационный (просмотр фильмов, презентаций, наглядных пособий);
- мастер-классы по боевой и специальной подготовке;
- встречи с ветеранами, участниками боевых действий;
- экскурсии, походы;
- конкурсы и соревнования по военно-прикладным видам спорта;
- военно-спортивные и тактические игры.

**Кадровое обеспечение:** педагог, работающий по данной программе соответствует квалификационным характеристикам должности «педагог дополнительного образования».

## **6. Список литературы для преподавателей:**

1. Общевоинские уставы Вооруженных сил Российской Федерации с изменениями на 2019 год. М.: «Эскомо», 2019 – 480 с.
2. Российская Федерация. Правительство. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 – 2020 годы. 30.12.2015г. № 1493
3. Аксенов, К.В., Кузнецов, А.В. Шмулевский Д.Б., Косарев, А.В. Тарасов, В.М./ Огневая подготовка: Учебник / Филиал ВКА им. Можайского А.Ф. (г. Ярославль). – М.: Изд-во ООО «ТФ «Норд»», 2015. – 556 с.
4. Брюнин, А.И., Методическое пособие по военной топографии. - М.: Издательство «Подросток», 2009 – 235 с.
5. Брюнин А.И. Методическое пособие по воздушно-десантной подготовке.- М.: Издательство «Подросток», 2009 – 134 с.
6. Дворкин, Л.С., Новаковский, С.В. Возрастные особенности развития силовых возможностей школьников 7-17 лет.// Физическая культура, 2003 – 229 с.
7. Наставление по физической подготовке в ВС и ВМФ (НФП – 2001).- М.: Воениздат, 2001 – 146 с.
8. Глазистов, А.В. Армейский рукопашный бой: Квалификационные требования технико-тактической подготовки. Набережные Челны, 2015 – 176 с.
9. Каинов А.Н., Курьерова Г.И. Сборник элективных курсов «Основы безопасности жизнедеятельности», Волгоград, 2008 – 135 с.
10. Катуков, А.М. Цветаев, Е.Н. Военно – патриотическое воспитание учащихся на занятиях по начальной военной подготовке – М.: Издательство: «Просвещение», 2006 – 354 с.
11. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы средней школы – М.: Издательство: «Просвещение», 2009 – 214 с.
12. Корбут, В.Б. Памятка военнослужащему по оказанию первой помощи. М.: Издательство: «Военно-медицинская академия», 2008 – 58 с.
13. Науменко, Ю.А. Начальная военная подготовка – М.: Издательство: «Просвещение», 2004 – 157 с.
14. Подготовка разведчика.(Настольная книга будущего командира). – Мн. Харвест – М.: АСТ, 2001. – 400 с.
15. Сборник нормативно – правовых документов и материалов по патриотическому воспитанию и подготовке обучающихся к военной службе – М.: «Мнемозина», 2000 – 420 с.

## **7. Список литературы для обучающихся:**

1. Российская Федерация. Правительство. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 – 2020 годы. 30.12.2015г. № 1493
2. Общевоинские уставы Вооруженных сил Российской Федерации с изменениями на 2019 год. – М.: «Эскомо», 2019 – 480 с.
3. Брюнин, А.И., Методическое пособие по военной топографии. – М.: Издательство «Подросток», 2009 – 235 с.
4. Брюнин, А.И. Методическое пособие по воздушно-десантной подготовке.– М.: Издательство «Подросток», 2009 – 134 с.

5. Глазистов, А.В. Армейский рукопашный бой: Квалификационные требования технико-тактической подготовки. // Набережные Челны, 2015 – 115 с.
6. Дворкин, Л.С., Новаковский, С.В. Возрастные особенности развития силовых возможностей школьников 7-17 лет.// Физическая культура, 2003 – 174 с.
7. Катуков А.М., Цветаев Е.Н., Военно-патриотическое воспитание учащихся на занятиях по начальной военной подготовке. – М.: «Просвещение», 2006 – 167 с.
8. Каинов, А.Н., Курьерова, Г.И.. Сборник элективных курсов «Основы безопасности жизнедеятельности», Волгоград: 2008 – 132 с.
9. Корбут, В.Б. Памятка военнослужащему по оказанию первой помощи. – М.: Издательство: «Военно-медицинская академия», 2008 – 58 с.
10. Науменко Ю.А. Начальная военная подготовка, М.: «Просвещение», 2004 – 176 с.
11. Наставление по физической подготовке в ВС и ВМФ (НФП – 2001). – М.: Воениздат, 2001 – 74 с.
12. Подготовка разведчика. (Настольная книга будущего командира).–М.: АСТ, 2001. – 400 с.