Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №7 Красноармейского района Волгограда»

400026, Волгоград , б-р им. Энгельса, 33 тел.69-98-66, 69-56-77, 67-05-55 E-mail: gym7volgograd@mail.ru

Т.В. Свинцова

Подписан: Т.В. Свинцова
DN: OU=И.о. директора, O=МОУ гимназия№7, CN=Т.В. Свинцова, E=gym7volgograd@mail.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: г.Волгоград
Дата: 2021.01.11 15:29:01+03'00'

УТВЕРЖДЕНО
на педагогическом совете
МОУ гимназии № 7
протокол № 11 от «31» августа 2020г.

Введено в действие
приказом директора
МОУ гимназии № 7
от «01» сентября 2020г. № 88 ОД
И. о. директора МОУ гимназии № 7
Ю. В. Полтавченко
«01» сентября 2020г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

социально-гуманитарной направленности

#

«Юнармейский отряд юных друзей пограничников имени Н.Ф.Карацупы»

1 Возраст учащихся 14 – 18 лет

2 Срок реализации — 2 года

3

4

5 **Разработчик**:

6 Буханов Игорь Александрович,

7 педагог дополнительного образования МОУ гимназии №7

Волгоград 2020

Пояснительная записка

Программа военно-патриотического кружка «юнармейский отряд юных друзей пограничников имени Н.Ф.Карацупы» МОУ гимназии № 7 (далее программа) разработана в соответствии с требованиями законов РФ «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «Об образовании», уставом Всероссийского военно-патриотического общественного движения «Юнармия».Настоящая программа предназначена для подростков и молодежи, является примерной, с учетом Федеральной программы курса ОБЖ и сборника нормативных документов по физической подготовленности для допризывной молодежи для образовательных учреждений области.

Направленность программы. Курс предназначен для всесторонней подготовки молодежи к предстоящей службе в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации. Особое внимание уделяется физической подготовке. Программа ориентирована на военно-патриотическое воспитание, имеет целевую установку готовить к защите Отечества на боевых традициях, формировать морально-психологические качества, дисциплинированность. Основная цель военно-патриотического воспитания – готовить обучающихся к защите Родины, своего народа, родного края, воспитывать чувство уважения и гордости к Вооруженным Силам Российской Федерации.

Программа включает пять логически взаимосвязанных разделов. Разделы в совокупности составляют область знаний, охватывающую теорию и практику защиты человека от опасностей природного, техногенного происхождения, а также опасностей военного времени.

В программе формируются понятия здорового образа жизни как индивидуальной системы ежедневного поведения человека, обеспечивающей ему физическое, духовное и социальное благополучие в реальной окружающей среде и активное долголетие.

Новизна программы. В программе расширена тематика занятий по основным военно-прикладным дисциплинам, что позволит более качественно подготовить юношей по основам военной службы.

Актуальность программы. В настоящее время вопросы военной подготовки вызывает у подростков большой интерес. Программа позволяет подросткам приобщиться к здоровому образу жизни. Создаются условия для развития юношей и девушек мотивации к познанию, выработки чувства коллективизма, ответственности за себя и товарищей. Дает возможность получить первичные навыки военной службы

Цель программы:

- гражданское и патриотическое воспитание, морально- психологическая и физическая подготовка подростков. Первоначальная подготовка по основам военной службы

Задачи:

- Изучить стрелковое вооружение, средства защиты, приемы и способы действий на поле боя.
- Повысить уровень физической подготовки. Овладеть приемами рукопашного боя.
- Развивать волевые и морально- психологические качества
- Воспитывать и у подростков чувства патриотизма и гражданского долга, дисциплинированность и исполнительность.

В результате обучения по дисциплине подростки должны:

ЗНАТЬ:

- Историю, традиции, организационную структуру ВС РФ.
- Порядок действий солдата в различных боевых ситуациях.
- Устройство стрелкового оружия.
- Инженерные и фортификационные сооружения и заграждения
- Правила оказания первой медицинской помощи.

УМЕТЬ:

- Применять теоретические знания в практической деятельности.
- Ориентироваться на местности.

Распределение часов программы
военно-патриотического кружка «клуб юных друзей
пограничников имени Н.Ф.Карацупы»
МОУ гимназии № 7

№№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего кол-во часов	1 год обучения		2 год обучения	
			теория	*практ.*	*теория*	*практ.*
I	***Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях***	***17***	***12***		***13***	
1	Вводное занятие	2	1		1	
2	Международное гуманитарное право	2			2	
3	Школа безопасности	13	3	8	2	4
II	***Основы подготовки к военной службе***	***154***	***99***		***96***	
4	Строевая подготовка	18	2	12	2	8
5	Огневая подготовка	36	6	18	4	16
6	Тактическая подготовка	16	4	12	6	10
7	РХБЗ	12	2	8	2	4
8	Военная топография	10	2	7	2	4
8	Следопытство	14	2	4	2	6
9	Инженерная подготовка	12	2	4	2	4
10	Основы военной службы	14	10		6	
	Основы пограничной службы	26	8	5	4	9
III	***Основы медицинских знаний и охрана здоровья подростков***	***17***	***9***		***10***	
11	Медицинская подготовка	14	2	6	2	4
12	Основы здорового образа жизни	3	1		2	
IV	***Здоровьесберегающие технологии***	***36***	***32***		***31***	
13	Прикладная физическая подготовка	18	1	21	1	22
14	Туристская подготовка	18	4	6	2	6
V	***Участие в военно-патриотических мероприятиях***					
15	Военно-исторические мероприятия	По отдельному графику				
ВСЕГО		***304***	***152***		***152***	

Программа
военно-патриотического кружка «Патриот»

1 год обучения

I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях- 12 часов.

1. Вводное занятие – 1 час.
Задачи, содержание и организация занятий. Ознакомление с правилами и мерами безопасности при занятиях в ВПК.

2. Школа безопасности – 11 часов.

2.1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Задачи, решаемые РСЧС, ее структура – 1 час.
2.2 Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения – 2 часа.
2.3 Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС – 2 часа.
2.4 Основы выживания в различных чрезвычайных ситуациях. Экстремальные условия и их влияние на человека – 6 часов.

II. Основы подготовки к военной службе – 99 часов.

3. Строевая подготовка – 6 часов.

3.1 Строи и управление ими. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю. Выполнение команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Разойдись» - 1 час.
3.2 Строевые приемы и движение без оружия. Строевая стойка. Повороты на месте. Движение походным, строевым шагом. Воинское приветствие на месте и в движении – 1 час.
3.3 Строи отделения взвода. Повороты в движении. Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй - 2 часа.
3.4 Строевые приемы и движение с оружием. Выполнение команд» «Автомат На- Грудь», «Автомат На- Ремень», «Оружие За Спину», «Положить Оружие», «В Ружье». Строевые приемы при смене почетного караула – 1 час.
3.5 Способы передвижения солдата в бою – 1 час.

4. Огневая подготовка – 24 часа.

4.1 Меры безопасности при обращении с оружием, боеприпасами - 1 час.
4.2 Выбор цели, прицела и точки прицеливания. Стрельба из ПВ – 1 час.
4.3 Назначение, боевые свойства, общие устройства АК. Неполная разборка, сборка АК. Выполнение норматива по неполной разборке АК. Снаряжение магазина патронами. Стрельба из ПВ – 6 часов.
4.4 Назначение, боевые свойства, общие устройства РПК (ПК). Неполная разборка, сборка РПК (ПК). Снаряжение магазина (ленты) патронами. Стрельба из ПВ – 2 часа
4.5 Назначение, боевые свойства, общие устройства ПМ. Неполная разборка, сборка ПМ. Снаряжение магазина патронами. Стрельба из ПВ – 2 часа
4.6 Назначение, боевые свойства, общие устройства РГО, РГН, РГД-5, Ф-1.- 1 час
4.7 Условия выполнения начального упражнения стрельбы из АК. Стрельба из ПВ – 2 часа.
4.8 Внутри кружковые соревнования по стрельбе из пневматического оружия- 7 часов

5. Тактическая подготовка – 16 часов.

5.1 Основы общевойскового боя – 1 час.
5.2 Основы применения подразделений в общевойсковом бою – 1 час.
5.3 Организация мотострелкового отделения. Его вооружение - 1час.
5.4 Понятие об огневой позиции в обороне. Порядок ее выбора, занятия, оборудования и маскировки – 1 час.
5.5 Отделение в обороне- 1 час.
5.5 Оборудование места для стрельбы лежа – 1 час.
5.6 Способы ведения разведки . Отделение в БРД- 1 часа
5.7 Отделение в наступлении – 1 час.

6. РХБЗ- 10 часов

6.1 Оружие массового поражения. Ядерное оружие. Поражающие факторы ядерного взрыва.- 2 часа.
6.2 Химическое оружие. Классификация. .- 2 часа
6.3 Бактериологическое оружие. Классификация .- 2 часа
6.4 Индивидуальные средства защиты органов дыхания и кожи. Устройство противогаза, общевойскового защитного комплекта. Выполнение нормативов. .- 4 часа.

7. Военная топография- 9 часов

7.1 Ориентирование на местности. Способы ориентирования на местности по компасу и местным предметам - 3 часа
7.2 Компас. Азимут. Ориентиры. Выбор ориентиров- 2 час..
7.3 Движение по азимуту- 4 часа.

8. Следопытство- 6 часов

8.1 Трассология- наука о следах. Дорожка следов и ее элементы-1 час.
8.2 Определение направления движения. Давность следа. Ухищрения. Получение данных о человеке по его отпечатку следа- 2 часа.
8.3 Соревнования по следопыству- 4 часа.

9. Инженерная подготовка – 6 часов.

9.1 Фортификационные сооружения. Укрытия для личного состава и техники. Опорный пункт взвода и его элементы.- 2 час.
9.2 Инженерные заграждения. Виды. Классификация.-1 час
9.3 Взрывные вещества, средства взрывания и заряды – 2 час.
9.4 Средства разведки и разминирования – 1 час.

10. Основы военной службы – 10 часов.

10.1 Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил. История создания – 1 час.
10.2 Боевые традиции Вооруженных Сил России – 1 час.
10.3 Память поколений – дни воинской славы России. Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России – 1 час.
10.4 Символы воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги. Основные государственные награды СССР и России – 1 час.
10.5 Традиции и воинские ритуалы – 1 час.
10.6 Воинские обязанности военнослужащих – 1 час.
10.7 Воинские звания и знаки различия – 1 час.

10.8 Особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту – 1 час.
10.9 Права и ответственность военнослужащих – 1 час.
10.10 Требования воинской деятельности – 1 час.

11. Основы пограничной службы- 13 часов.

11.1 Предназначение Пограничной Службы ФСБ РФ, задачи решаемые пограничниками-1 час.
11.2 История Пограничной Службы ФСБ РФ- 2 часа.
11.3 Виды пограничных нарядов, способы несения пограничной службы- 5 часов.
11.4 Применение оружия пограничными нарядами- 2 часа.
11.3 Наблюдение – основной способ несения пограничными нарядами- 1 час.
11.4 Осмотр местности и местных предметов- 1 час.
11.5 Бдительность- главное оружие пограничника- 1 час

III. Основы медицинских знаний и охрана здоровья подростков – 9 часов.

12. Медицинская подготовка – 8 часов.

12.1 Первая медицинская помощь – 1 час.
12.2 Медицинская аптечка – 1 час.
12.3 Природные лекарственные средства – 1 час.
12.4 Первая медицинская помощь при ранениях и травмах – 3 часа.
12.5 Первая медицинская помощь при остановке сердечной деятельности – 2 часа.

13. Основы здорового образа жизни – 1 час.

13.1 Здоровый образ жизни и его составляющие – 1 час.

IV. Здоровьесберегающие технологии – 32 часа.

14. Прикладная физическая подготовка – 22 часа.

14.1 Меры безопасности при занятиях прикладной физической подготовкой. -1 час.
14.2 Общефизическая подготовка. Выполнение общефизических упражнений для мышц рук, туловища и ног: упражнения в парах с набивным мячом, на перекладине (подтягивание, выход силой, подъем переворотом, поднос прямых ног), на гимнастической стенке (угол, прогибания), на брусьях (сгибание и разгибание рук в размахивании, угол). Челночный бег 10х10 м, бег на 100-400 м с высокого и низкого старта, на 1000, 2000 и 3000 м. – 6 часов.
14. 3 Ознакомление с единой полосой препятствий. Порядок выполнения упражнения. Ознакомление с преодолением отдельных препятствий и тренировка в их преодоление – 4 часов
14.4 Рукопашный бой – 11 часов.

14. Туристская подготовка – 10 часов.

15.1 Правила поведения и меры безопасности на занятиях по туризму – 1 час.
15.2 Устройство бивака. Выбор места для бивака. Организация бивачных работ – 1 час.
15.3 Костры и костровое хозяйство. Разведение костра, поддержание костра. Выбор и заготовка дров. Разведение костра под дождем. Приспособления для приготовления пищи. Меры предосторожности – 1 час.
15.4 Питание в походе. Составление рациона, закупка продуктов, упаковка и хранение, приготовление пищи. Снаряжение. Личное снаряжение. Групповое снаряжение – 1 час.

15.5 Использование средств связи и сигнализации. Международный код визуальных сигналов «Земля – Воздух» - 1 час.
15.6 Однодневные походы – 6 часов.

V. Участие в военно- патриотических мероприятиях (по отдельному графику)

16. Военно- патриотические мероприятия

16.1 Экскурсии и походы по местам боевой славы, посещение краеведческих музеев, воинских частей, облагораживание памятников обелисков, участие в торжественных мероприятиях, посвященных знаменательным датам г. Волгограда и Волгоградской области.
16.2 Выезд в подразделения непосредственно охраняющие Государственную границу Пограничного управления ФСБ России по Волгоградской области.
16.3 Участия в совместных мероприятиях с Пограничным управлением ФСБ России по Волгоградской области

2 год обучения

I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях- 13 часов.
1. Вводное занятие – 1 час.
Задачи, содержание и организация занятий. Ознакомление с правилами и мерами безопасности при занятиях в ВПК.

2. Международное гуманитарное право – 2 часа.

2.1 Цели, задачи и принципы гуманитарной деятельности – 1 час.
2.2 Международное гуманитарное право. Система правовых принципов и норм при ведении боевых действий – 1 час.

3. Школа безопасности – 10 часов.

3.1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Задачи, решаемые РСЧС, ее структура – 1 час.
3.2 Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения – 1часа.
3.3 Гражданская оборона. Понятия, определения, задачи. Организация управления. Структура и органы управления ГО – 1 час.
3.4 Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС – 2 часа.
3.5 Организация и проведение поисково-спасательных работ – 1 час.
3.6 Техника безопасности при проведении поисково-спасательных работ – 1 час.
3.7 Средства, применяемые при проведении поисково-спасательных рбот – 1 час.
3.8 Основы выживания в различных чрезвычайных ситуациях. Экстремальные условия и их влияние на человека – 2 часа.

II. Основы подготовки к военной службе – 96 часов.

4. Строевая подготовка – 6 часов.

4.1 Строи и управление ими. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю. Выполнение команд: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Разойдись» - 1 час.
4.2 Строевые приемы и движение без оружия. Строевая стойка. Повороты на месте. Движение походным, строевым шагом. Воинское приветствие на месте и в движении – 1 час.

4.3 Строи отделения взвода. Повороты в движении. Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй - 1 час.
4.4 Строевые приемы и движение с оружием. Выполнение команд» «Автомат На- Грудь», «Автомат На- Ремень», «Оружие За Спину», «Положить Оружие», «В Ружье». Строевые приемы при смене почетного караула – 1 час.
4.5 Положение знамени в строю. Вынос и относ знамени – 1час.
4.6 Способы передвижения солдата в бою – 1час.

5. Огневая подготовка – 18часов.
5.1 Меры безопасности при обращении с оружием, боеприпасами - 1 час.
5.2 Выбор цели, прицела и точки прицеливания. Стрельба из ПВ – 1 час.
5.3 Назначение, боевые свойства, общие устройства АК. Неполная разборка, сборка АК. Выполнение норматива по неполной разборке АК. Снаряжение магазина патронами. Стрельба из ПВ – 4 часа.
5.4 Назначение, боевые свойства, общие устройства РПК (ПК). Неполная разборка, сборка РПК (ПК). Снаряжение магазина (ленты) патронами. Стрельба из ПВ – 2 часа
5.5 Назначение, боевые свойства, общие устройства ПМ. Неполная разборка, сборка ПМ. Снаряжение магазина патронами. Стрельба из ПВ – 1 час.
5.6 Назначение, боевые свойства, общие устройства РГО, РГН, РГД-5, Ф-1.- 1 час
5.7 Условия выполнения начального упражнения стрельбы из АК. Стрельба из ПВ – 2 часа.
5.8 Внутри кружковые соревнования по стрельбе из пневматического оружия- 6 часов

6. Тактическая подготовка – 8 часов.

6.1 Основы общевойскового боя – 1 час.
6.2 Основы применения подразделений в общевойсковом бою – 1 час.
6.3 Организация мотострелкового отделения. Его вооружение - 1час.
6.4 Понятие об огневой позиции в обороне. Порядок ее выбора, занятия, оборудования и маскировки. Отделение в обороне – 1 час.
6.5 Отделение в засаде – 1 часа.
6.6 Способы ведения разведки . Отделение в БРД- 1 час
6.7 Отделение в наступлении – 1 час.
6.8 Отделение в налете- 2 часа.

7. РХБЗ- 10 часов

7.1 Оружие массового поражения. Ядерное оружие. Химическое оружие. Бактериологическое оружие. - 2 часа .
7.2 Дегазация. Дезактивация. Дезинфекция. Дезинсекция. Частичная специальная обработка- 2 часа.
7.3 Коллективные средства защиты. Убежища. ПРУ- 2 часа
7.4 Индивидуальные средства защиты органов дыхания и кожи. Устройство противогаза, общевойскового защитного комплекта (ОЗК, Л-1) Респиратор У-2К (Р-2). Выполнение нормативов. .- 4 часа.

8. Военная топография- 8 часов

8.1 Ориентирование на местности. Способы ориентирования на местности по компасу и местным предметам - 2 часа
8.2 Компас. Азимут. Ориентиры. Выбор ориентиров- 2 час..
8.3 Движение по азимуту- 4 часа.

9. Следопытство- 8 часов

9.1 Трассология- наука о следах. Дорожка следов и ее элементы-1 час.
9.2 Определение направления движения. Давность следа. Ухищрения. Получение данных о человеке по его отпечатку следа- 3 часа.
9.3 Соревнования по следопытству- 4 часа.

10. Инженерная подготовка – 6 часов.

10.1 Фортификационные сооружения. Укрытия для личного состава и техники. Опорный пункт взвода и его элементы.- 2 час.
10.2 Инженерные заграждения. Виды. Классификация.-1 час
10.3 Взрывные вещества, средства взрывания и заряды – 2 час.
10.4 Средства разведки и разминирования – 1 час.

11 Основы военной службы – 10 часов.

11.1 Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил. История создания – 1 час.
11.2 Боевые традиции Вооруженных Сил России – 1 час.
11.3 Память поколений – дни воинской славы России. Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России – 1 час.
11.4 Символы воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги. Основные государственные награды СССР и России – 1 час.
11.5 Традиции и воинские ритуалы – 1 час.
11.6 Воинские обязанности военнослужащих – 1 час.
11.7 Воинские звания и знаки различия – 1 час.
11.8 Особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту – 1 час.
11.9 Права и ответственность военнослужащих – 1 час.
11.10 Требования воинской деятельности – 1 час.

III. Основы медицинских знаний и охрана здоровья подростков – 10 часов.

12. Медицинская подготовка – 8 часов.

12.1 Первая медицинская помощь – 1 час.
12.2 Медицинская аптечка – 1 час.
12.3 Природные лекарственные средства – 1 час.
12.4 Первая медицинская помощь при ранениях и травмах – 3 часа.
12.5 Первая медицинская помощь при остановке сердечной деятельности – 2 часа.

13. Основы пограничной службы- 13 часов.

13.1 Экипировка пограничных нарядов- 1 час.
13.2 Инженерно- технические средства охраны границы- 3 часа.
13.3 Использование служебных животных- 1 час
13.4 Организация и несение службы пограничным нарядом «Дозор»- 2часа
13.5 Организация и несение службы пограничным нарядом «Пост наблюдения»- 4 часа.
13.6 Пограничные наряды «Тревожная группа» и «Поисковая группа»-1 час.
13.7 Осмотр местности и местных предметов- 1 час.

14. Основы здорового образа жизни – 2 часа.

14.1 Здоровый образ жизни и его составляющие – 1 час.
14.2 Вредные привычки, профилактика вредных привычек – 1 час.

IV. Здоровьесберегающие технологии – 31 час.

15. Прикладная физическая подготовка – 23 часа.

15.1 Меры безопасности при занятиях прикладной физической подготовкой. -1 час.
15.2 Общефизическая подготовка. Выполнение общефизических упражнений для мышц рук, туловища и ног: упражнения в парах с набивным мячом, на перекладине (подтягивание, выход силой, подъем переворотом, поднос прямых ног), на гимнастической стенке (угол, прогибания), на брусьях (сгибание и разгибание рук в размахивании, угол). Челночный бег 10х10 м, бег на 100-400 м с высокого и низкого старта, на 1000, 2000 и 3000 м. – 6 часов.
15. 3 Ознакомление с единой полосой препятствий. Порядок выполнения упражнения. Ознакомление с преодолением отдельных препятствий и тренировка в их преодоление – 4 часов
15.4 Рукопашный бой – 12 часов.

16. Туристская подготовка – 8 часов.

16.1 Правила поведения и меры безопасности на занятиях по туризму – 1 час.
16.2 Устройство бивака. Выбор места для бивака. Организация бивачных работ. Костры и костровое хозяйство. Разведение костра, поддержание костра. Приспособления для приготовления пищи. Меры предосторожности – 1 час.
16.3 Использование средств связи и сигнализации. Международный код визуальных сигналов «Земля – Воздух» - 1 час.
16.4 Однодневные походы – 5 часов.

V. Участие в военно- патриотических мероприятиях (по отдельному графику)

17. Военно- патриотические мероприятия

17.1 Экскурсии и походы по местам боевой славы, посещение краеведческих музеев, воинских частей, облагораживание памятников обелисков, участие в торжественных мероприятиях, посвященных знаменательным датам г. Волгограда и Волгоградской области.
17.2 Выезд в подразделения непосредственно охраняющие Государственную границу Пограничного управления ФСБ России по Волгоградской области.
17.3 Участия в совместных мероприятиях с Пограничным управлением ФСБ России по Волгоградской области

Литература:

1. Федеральный Закон РФ «Об обороне»
2. Федеральный Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе».
3. Ю.Я. Леонтьев, М.Б. Астапов. Региональная программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 9-11-х классов общеобразовательных учреждений Краснодарского края. Краснодар. ООО «Кубаньпечать» 2000г.;
4. М.Б. Астапов, Е.П. Душин. Сборник нормативных документов по физической подготовленности допризывной молодежи для образовательных учреждений края. Краснодар. ООО «Просвещение-Юг» 2002г.;
5. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин. Методические материалы и документы по курсу Основы безопасности жизнедеятельности. Москва. «Просвещение» 2001г.;
6. Боевой Устав сухопутных войск ч.3 (взвод, отделение, танк).
7. П.В. Босенко. Руководство по 5,45-мм автоматам Калашникова и 5,45-мм ручным пулеметам Калашникова. Москва. Военное издательство 2001г.;
8. Учебник сержанта мотострелковых войск. Москва. Военное издательство 1985 г.;
9. Н.М. Коршунов, В.И. Александров. Программа боевой подготовки мотострелковых подразделений. Москва. Военное издательство 1995г.;
10. А.И. Скородумов. Методические рекомендации по организации и методике проведения занятий по боевой подготовке в мотострелковых и танковых подразделениях. Москва. ООО «Каталит» 2004г.;
11. А.В. Квашнин, А.И. Скородумов. Курс стрельб из стрелкового оружия, боевых машин и танков вооруженных сил Российской Федерации. Москва. Военное издательство 2003г.;
12. А.В. Орлов. Наставление по физической подготовке в Советской армии и военно-морском флоте (НФП-87). Москва. Военное издательство 1987г.;
13. А. Платонов. Сорока В.Г. Следопытство. Методическое пособие. Москва, МВПККУ КГБ СССР им Моссовета, 1981 г.
14. Учебник Пограничника . Москва 1965 г.
15. А.Я. Бужак. Краткий исторический очерк «85 лет на страже южных рубежей».г. Ростов-на-Дону. «Военный вестник СКВО» 2003г.;
16. В.С. Родиченко. Олимпийский учебник студента. Москва. «Советский спорт» 2004г..