

Принята на заседании
Педагогического совета

«Утверждаю»
Директор МБОУ «СОШ №33»

Протокол № ____
от «____» ____ 20__ года

Приказ № ____
от «____» ____ 20__ года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«Юнармия»

Направленность: военно-патриотическая

Возраст учащихся: 12- 16 лет

Срок реализации: 1 год (72 часа)

г. Нижнекамск

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.	Образовательная организация	МБОУ «СОШ №33» НМР РТ
2.	Полное название программы	«Юнармия»
3.	Направленность программы	военно-патриотическая
4.	Сведения о разработчиках	
4.1.	Ф.И.О. должность	Мухамадулин Р.Д. Учитель географии высшей квалификационной категории МБОУ «СОШ №33» НМР РТ
5.	Сведения о программе	
5.1.	Срок реализации	1 года
5.2.	Возраст обучающихся	12-17 лет
5.3.	Характеристика программы: Тип программы Вид программы Принцип проектирования программы Форма организации содержания и учебного процесса	Дополнительная общеразвивающая программа адаптированная <ul style="list-style-type: none">- практические и теоретические учебные занятия,- работа по индивидуальным планам,- участие в соревнованиях, товарищеских встречах,- участие в проектах, конференциях и конкурсах.- экскурсии, предусмотренные в разделах программы
5.4.	Цель программы	физическое воспитание обучающихся, развитие их двигательной, функциональной и познавательной активности, укрепление здоровья, формирование принципов коллективизма и взаимопомощи в группе, привлечение к занятиям по туристическим видам спорта и развитие у них морально – волевых качеств, закрепление теоретических знаний по туризму и повышение полевой выучки обучающихся.

5.5.	Образовательные модули	-
6.	Формы и методы образовательной деятельности	Детское объединение. Словесные, наглядные, проблемно-поисковые, методы самостоятельной и практической работы Программа так же рассчитана на дистанционное обучение (ДО) с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ).
7.	Формы мониторинга результативности	Тесты, соревнования, участие в проектах, конференциях и конкурсах.
8.	Результативность реализации программы	Реализация в профориентационной работе, личностное воспитание, поступление в ВУЗ
9.	Дата утверждения и последней корректировки программы	15.09.2023
10.	Рецензенты	

Результаты освоения курса

Документы и материалы, с учетом которых составлена программа

Данная образовательная программа составлена с учетом следующих нормативных документов:

- Законы РФ и РТ «Об образовании»;
- Конвенция ООН о правах ребенка;
- Должностная инструкция педагога дополнительного образования;
- Образовательная программа МБУ ДО «СДЮТиЭ»
- Сборник инструкций по обеспечению безопасности проведения мероприятий.

Личностные результаты:

- формирование высокого патриотического сознания
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной,
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе

личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственною поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;

Метапредметные результаты:

- развитие выносливости, ловкости, физической силы юнармейцев через занятия военно-прикладным многоборьем;

- развитие аккуратности, чистоплотности, дисциплинированности, умения четко следовать инструкциям

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности ее решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- умение определять понимать, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы,

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации

Предметные результаты:

знакомство с историей Вооруженных Сил РФ;

- знакомство с символами воинской славы, боевым знаменем;

- знакомство с историей юнармейского движения в России;

- овладение приемами первой медицинской помощи и выживания в экстремальной ситуации;

- знакомство со стрелковым оружием;

- формирование навыка использования стрелкового оружия;

- четкое и правильное выполнение строевых приемов и действий;

Выпускник научится:

Знать:

- Историю ВС РФ; историю военных реформ в России эпохи Петра-І; источники и духовные основы массового героизма Российских воинов при защите Отечества; выдающихся полководцев России; историю создания военной техники и оружия; военно-политические итоги Великой Отечественной войны 1941-1945 гг.; этапы развития вооруженных сил Российской Федерации, героические страницы Республики Татарстан;

- Символы воинской славы, боевые знамя, историю и символику ВВПОД «Юнармия»;

- Уставы Вооруженных сил РФ права, обязанности и ответственность военнослужащих, что такое воинская дисциплина и требования к ней, обязанности дневального по роте, основные положения Устава, Гарнизонной и караульной служб, правила поведения в воинском коллективе, воинские звания и правила вежливости;

- основные сведения по истории развития туризма в России, виды туризма, правила, нормы поведения туристов, основные сведения о климате, растительном и животном мире, требования, предъявляемые к туристскому снаряжению, перечень личного и группового туристского снаряжения, виды топографических карт, основные требования движения группы на маршруте, способы преодоления препятствий, технику вязки узлов, основные требования к организации привалов и биваков, основные типы костров и их назначение, меры безопасности при обращении огнем;

- порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова и правила поведения во время стрельбы, меры безопасности при обращении с оружием, инструкцию по мерам безопасности в тире и на стрельбище, устройство малокалиберной и пневматической винтовок, автомата Калашникова; взаимодействие частей, подготовку к стрельбе, возможные неисправности и способы их устранения, основы техники стрельбы и методики тренировки, правила соревнований, устройство ручных осколочных гранат;

- Общие положения строевого Устав, свои обязанности перед построением и в строю, команды и приказы военнослужащему, находящемуся в строю, при осуществлении доклада, командиру, при передвижении в строю

- Медицинские термины; лекарственные травы, растения и грибы, основные понятия анатомии и физиологии человека, понятия об органах и системах органов, организме человека, основы медицинской помощи при различных повреждениях организма человека, способы переноски и транспортировки пострадавшего;

- Обязанности личного состава отделения, основы организации и ведения боя отделением, организацию и боевые возможности отделения и взвода, организацию, вооружение отделения, вода вероятного противника, основы организации боевого обеспечения подразделения, номенклатуру и условные знаки на топографических картах;

- Роль и место физической культуры в общей системе воспитания, влияние физических упражнений на организм человека, значение физической подготовки для повышения боеспособности армии, содержание физических упражнений по программе, нормативные требования по физической подготовке, требования личной и общественной гигиены, меры предупреждения травматизма;

- Основы безопасности личности, общества и государства.

Выпускник получит возможность научиться:

- применять знания на практике;

- уважительно относиться к символам воинской славы и юнармейского движения; различать звания в юнармейском подразделении, исполнять гимн Юнармии;

- грамотно применять требования общевоинских уставов в повседневной деятельности; практически выполнять обязанности дневального по роте; практически выполнять обязанности часового;

- Составлять перечень личного и группового снаряжения, заполнять маршрутные документы, определять масштаб и расстояние по карте, определять и описывать основные

географические объекты, измерять и строить азимут, двигаться по азимуту при помощи компаса, соблюдать правила и режим движения;

- Осуществить неполную сборку разборку автомата Калашникова в связи с установленными нормативами и порядками проведения сборки разборки автомата, готовить оружие к стрельбе, вести стрельбу из него по неподвижным и подвижным целям в соответствии с приемами и правилами, анализировать результаты стрельбы, корректировать стрельбу и вносить поправки в установку прицела, выполнять упражнения по метанию ручных осколочных гранат;

- Образцово выполнять одиночные строевые приемы, без оружия и с оружием, умело действовать в составе отделения, взвода, четко и последовательно осуществлять команды, выполнять приказы командира и осуществлять доклад о выполнении поставленной задачи;

- Применять на практике правильный алгоритм оказания доврачебной помощи и транспортировки пострадавшего, оказывать первую медицинскую помощь при различных повреждениях организма, накладывать стерильные повязки, при ранениях различной тяжести; ориентироваться на местности без карты и движение по заданному маршруту, передвигаться различными способами на поле боя, умело преодолевать различные заграждения и зараженные участки местности, ориентироваться на местности различными способами днем и ночью, оборудовать окопы, устанавливать различные заграждения, преодолевать заграждения, установленные противником;

- преодолевать препятствия единой полосы препятствий, выполнять нормативы по физической подготовке;

- Действовать при ЧС природного и техногенного характера и защищать населения от них;

- Распознавать терроризм, экстремизм – сущность и угрозы безопасности личности и общества.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие.

Защита Отечества- конституционный долг и обязанность гражданина РФ.

2. Военная история

История Вооруженных сил. Дни воинской славы России.

Ратные страницы истории Страны. Татарстан в годы Великой Отечественной войны 1941-1945 годов.

Татарстан в годы Великой Отечественной войны.

Земляки - Герои Советского Союза и полные кавалеры Ордена Славы.

Великие русские полководцы. История юнармейского движения.

Структура Вооруженных сил и основные задачи. Порядок прохождения военной службы.

3. Государственные символы РФ, Республики Татарстан, г. Нижнекамска, символика Юнармии

Государственные символы РФ. История.

Официальная символика Республики Татарстан и города Нижнекамск. История.

Символика и устав ВВПОД «Юнармия», правила приема в отряд.

Воинские звания и ритуалы.

Военная присяга и порядок приведения к

Военной присяге. Боевые знамена.

4. Строевая подготовка

Основы строевой подготовки. Команды строевой подготовки и правила их выполнения.

Строй и управление им.

Строевая стойка.

Строй и его элементы

Повороты на месте

Строевой шаг

Отдание воинской чести без оружия, на месте и в движении

Выход из строя и подход к начальнику.

Перестроение в одну и в две шеренги.

5. Огневая подготовка

Инструктаж по технике безопасности.

История стрелкового оружия

Виды огнестрельного боевого оружия

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

Неполная разборка и сборка АК-74.

Практическое выполнение упражнения из АК – 74.

Пневматическая винтовка. Правила удержания и прицеливания винтовки

Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя с упором.

Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя.

Стрельба из пневматической винтовки.

6. Физическая подготовка

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

Общеразвивающие упражнения. Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на короткие и длинные дистанции.

Ускоренное передвижение.

Обучение приему «волчий бег»

Силовая подготовка. Упражнение на перекладине.

Игра в волейбол

Силовая подготовка. Отжимание. Игра в баскетбол

Игра в баскетбол

Игра в футбол

Сдача нормативов по физ. подготовке.

7. Туристская подготовка

Виды туризма. Подготовка к походу. Приспособления и материалы для похода. Экипировка.

Ориентирование на местности по компасу, по звездам, по солнцу, по часам, по карте местности.

Узлы. Виды узлов. Занятия по завязыванию узлов.

Палатки. Разворачивание и установка палаток.

Укрытия из подручных материалов.

Способы добывания воды

Способы добывания огня.

Способы добывания пропитания.

Сигналы бедствия. Способы подачи сигналов бедствия.

Туристская эстафета

8. Медико – санитарная подготовка

Медицинские термины. Лекарственные растения и грибы.

Виды перевязок.

Виды кровотечений.

Способы остановки кровотечений.

Виды травм. Способы оказания ПМП

Алгоритмом оказания первой доврачебной при механических травмах.

Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при ранениях и ожогах.

Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при обморожении

Тепловые и солнечные удары

Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при тепловых и солнечных ударах.

Практические занятия по оказанию ПМП

9. Экскурсии. Походы в музеи. Просмотр фильмов в кинотеатрах

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п\п	Тема занятия	Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	2	-
2.	Военная история России	10	10	-
3.	Государственные символы РФ, Республики Татарстан, г. Нижнекамска, символика Юнармии.	8	8	-
4.	Строевая подготовка	20	4	16
5.	Огневая подготовка	20	4	16
6.	Физическая подготовка	20	4	16
7.	Туристская подготовка	20	8	12
8.	Медико – санитарная подготовка	20	10	10
9.	Экскурсии. Походы в музеи. Просмотр фильмов в кинотеатрах.	20	-	20
Всего:		140	50	90

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Дата проведения	
			По плану	По факту
1.	Вводное занятие. Защита Отечества- конституционный долг и обязанность гражданина РФ.	2	01.09	
Военная история (10 часов)				
2.	История Вооруженных сил. Дни воинской славы России.	2	03.09	
3.	Ратные страницы истории Страны. Татарстан в годы Великой Отечественной войны 1941-1945 годов	2	08.09	
4.	Татарстан в годы Великой Отечественной войны. Земляки - Герои Советского Союза и полные кавалеры Ордена Славы.	2	10.09	
5.	Великие русские полководцы. История юнармейского движения.	2	15.09	
6.	Структура Вооруженных сил и основные задачи. Порядок прохождения военной службы.	2	17.09	
Государственные символы РФ, Республики Татарстан, г. Нижнекамска, символика Юнармии. (8 часов)				
7.	Государственные символы РФ. История.	2	22.09	
8.	Официальная символика Республики Татарстан и города Нижнекамск. История.	2	24.09	
9.	Символика и устав ВВПОД «Юнармия», правила приема в отряд. Воинские звания и ритуалы.	2	29.09	
10.	Военная присяга и порядок приведения к Военной присяге. Боевые знамена.	2	01.10	
Строевая подготовка (20 часов)				

11.	Основы строевой подготовки. Команды строевой подготовки и правила их выполнения.	2	06.10	
12.	Строй и управление им.	1	08.10	
13.	Строевая стойка.	1	08.10	
14.	Строй и его элементы	1	13.10	
15.	Повороты на месте	2	13.10 15.10	
16.	Строевой шаг	1	15.10	
17.	Отдание воинской чести без оружия, на месте и в движении	2	20.10	
18.	Выход из строя и подход к начальнику.	2	22.10	
19.	Перестроение в одну и в две шеренги.	2	27.10	
20.	Строевой шаг	2	29.10	
21.	Строевой шаг	2	10.11	
22.	Строевой шаг	2	12.11	

Огневая подготовка (20 часов)

23.	Инструктаж по технике безопасности.	1	17.11	
24.	История стрелкового оружия	1	17.11	
25.	Виды огнестрельного боевого оружия	1	19.11	
26.	Устройство и работа АК. Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74.	1	19.11	
27.	Неполная разборка и сборка АК-74.	4	24.11 26.11	
28.	Практическое выполнение упражнения из АК – 74.	2	01.12	
29.	Пневматическая винтовка. Правила удержания и прицеливания винтовки	2	03.12	
30.	Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя с упором.	2	08.12	
31.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя.	2	10.12	
32.	Стрельба из пневматической винтовки.	2	15.12	
33.	Стрельба из пневматической винтовки.	2	17.12	

Физическая подготовка (20 часов)

34.	Физическая подготовка и её значение для укрепления здоровья. Меры обеспечения безопасности при проведении занятий по физической подготовке.	2	22.12	
35.	Общеразвивающие упражнения. Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на короткие и длинные дистанции.	2	24.12	
36.	Ускоренное передвижение.	2	12.01	
37.	Обучение приему «волчий бег»	2	14.01	
38.	Силовая подготовка. Упражнение на перекладине.	2	19.01	
39.	Игра в волейбол	2	21.01	
40.	Силовая подготовка. Отжимание. Игра в баскетбол	2	26.01	
41.	Игра в баскетбол	2	28.01	
42.	Игра в футбол	2	02.02	
43.	Сдача нормативов по физ. подготовке.	2	04.02	

Туристская подготовка (20 часов)					
44.	Виды туризма. Подготовка к походу. Приспособления и материалы для похода. Экипировка.	2	09.02		
45.	Ориентирование на местности по компасу, по звездам, по солнцу, по часам, по карте местности.	2	11.02		
46.	Узлы. Виды узлов. Занятия по завязыванию узлов.	2	16.02		
47.	Палатки. Развертывание и установка палаток.	2	18.02		
48.	Укрытия из подручных материалов.	2	25.02		
49.	Способы добывания воды	2	02.03		
50.	Способы добывания огня.	2	04.03		
51.	Способы добывания пропитания.	2	09.03		
52.	Сигналы бедствия. Способы подачи сигналов бедствия.	2	11.03		
53.	Туристская эстафета	2	16.03		
Медика – санитарная подготовка (20 часов)					
54.	Медицинские термины. Лекарственные растения и грибы.	2	18.03		
55.	Лекарственные растения и грибы.	2	30.03		
56.	Виды перевязок.	1	01.04		
57.	Виды кровотечений.	1	01.04		
58.	Способы остановки кровотечений.	1	06.04		
59.	Виды травм. Способы оказания ПМП	2	06.04 08.04		
60.	Алгоритмом оказания первой доврачебной при механических травмах.	2	08.04 13.04		
61.	Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при ранениях и ожогах.	2	13.04 15.04		
62.	Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при обморожении	2	15.04 20.04		
63.	Тепловые и солнечные удары	1	20.04		
64.	Алгоритмом оказания первой доврачебной помощи при тепловых и солнечных ударам.	2	22.04		
65.	Практические занятия по оказанию ПМП	2	27.04		
66.	Экскурсии. Походы в музеи города, музей боевой славы. Просмотры фильмов в кинотеатрах.	20	29.04 04.05 06.05 11.05 13.05 18.05 20.05 25.05 27.05		

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

- Условием эффективности образовательного процесса является использование современных форм и методов обучения: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, практический.
- Нетрадиционные формы работы: мозговой штурм, дискуссия, исполнение песен.
- Используемые технологии: личностно-ориентированная, технология обучения в сотрудничестве, групповые технологии, исследовательского (проблемного) обучения.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Занятия проводятся в кабинете, оснащенном дидактическими средствами, методическими разработками, плакатами и стендами, а также в спортивном зале и на спортивной площадке, где используется необходимое оборудование и инвентарь (мячи, гранаты, пневматические винтовки, макеты АК-74, противогазы, ОЗК). Используются элементы военной полосы препятствий и оборудованные беговые дорожки.

Формы контроля

Сроки проведения	Цели и задачи	содержание	Форма подведения итогов	критерии
Начало года	Определение перспектив развития	1-месяц: определение возможностей юнармейцев 2-й месяц: определение навыка строевой подготовки на начало года	Практическая работа	1й месяц: прохождение радуги 2й месяц: прохождение квалификационного маршрута
В течении года	Проверка теоретических знаний	Полугодие: классификация соревнований, виды упражнений, правила соревнований.	Практическая работа	1й месяц: не менее 60% Полугодие: не менее 80%
В течение года	Проверка технических умений и навыков	1-е полугодие: Соревнования муниципального уровня 2- е полугодие: Соревнования республиканского уровня	соревнования	Участие Участие
Ноябрь Апрель	Проверка общей и специальной физической подготовки	Бег, силовые упражнения	соревнования	Не менее 15 баллов
Декабрь Апрель	Медицинский спортивный осмотр	Уровень спортивной подготовки воспитанников	Врачебное наблюдение	
Ноябрь Март	Проверка знаний	Проверка тематики вооружённых сил РФ, строевой подготовки	Опрос Тест	Уверенное владение информацией Не менее 70%

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. И. А. Пашкович. Патриотическое воспитание: система работы, планирование, конспекты уроков, разработки занятий. - Волгоград 2006.
2. А .А. Обухова. Патриотическое воспитание подрастающего поколения: Методическое пособие.- Воронеж.2006. –166с.
3. Педагогика. Психология. Управление. Мы - патриоты! Классные часы и внеклассные мероприятия: 1-11 классы. - М.: ВАКО, 2006. 368с.
4. А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 2001. –160с.
5. Ю. А. Науменко, А. И. Аверин, И. Ф. Выдрин, Н. К. Ендовицкий. Начальная военная подготовка: Учеб. Для учащихся 10-11 кл.- 8-е издание, испр.-М.: Просвещение, 1985. –265с.
6. Г. Я. Чернышов. Военные знания: Ежемесячный научно-популярный журнал: - М.: ООО «Редакция журнала «Военные знания»: ГУП. «ИПК» Московская правда», 2002-2008 - 50с.
7. Ю. Л. Воробьев, М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов, А. Т. Смирнов. Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл. Учеб. для общеобразоват. учреждений. – М.: ООО «Издательство АСТ», ООО «Издательство Астрель», 2004.-206с.:ил.
8. Ю. Л. Воробьев, М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов, А. Т. Смирнов. Основы безопасности жизнедеятельности: 7 кл. Учеб. для общеобразоват. учреждений. – М.: ООО «Издательство АСТ», ООО «Издательство Астрель», 2013.-158с.:ил.
9. Ю. Л. Воробьев, М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов, А. Т. Смирнов. Основы безопасности жизнедеятельности: 8 кл. Учеб. для общеобразоват. учреждений. – М.: ООО «Издательство АСТ», ООО «Издательство Астрель», 2013.-206с.:ил.
10. Физкультура! Физкультура!: Учеб. для учащихся 5-7 кл. общеобразоват. учреждений. - М.: Просвещение, 1999.- 141с.