Миллионы и миллионы наших соотечественников, современников поставили бы свои подписи под этими словами Поэта.

И ты, великодушная на диво,

                                Козни меня забвеньем, коль солгу . . .

                                И без  меня ты можешь быть счастливой –

                                Я без тебя, Россия, не могу.

                                                                С. Викулов

Под патриотизмом   понимается  чувство  безмерной  любви  к  своему  народу,  гордости  за  него,  это  волнение,  переживание за его успехи и горечи, за победы и поражения.

        Молодой человек, взрослея, набирается опыта и знаний, постепенно осознаёт величайшую истину - свою принадлежность  к матери – Отчизне, ответственность за неё. Так  рождается  гражданин – патриот.

        Если любовь к Родине – это проявление  патриотизма, то защита Отечества – это долг и обязательность патриота. Человек, лишённый чувства любви к Родине, не способен осознать свой долг перед ней.

        Все эти компоненты взаимосвязаны и объединены в целях и задачах,  практической   деятельности военно – патриотического воспитания. И, пока в нашей груди бьётся сердце, мы будем служить России!

        Патриотическое  воспитание – воспитание важнейших духовно – нравственных черт, составляющих основу личности, формирующих её гражданскую позицию и потребность в достойном, самоотверженном  служении Отечеству. Патриотизм – это своего рода фундамент общественной и государственной систем, нравственная основа их жизнеспособности и эффективного функционирования.

Важнейшим компонентом военно – патриотического воспитания является духовно – нравственное воспитание – осознание личностью высших ценностей, идеалов  и ориентиров, социально значимых процессов и явлений реальной жизни. Оно включает развитие высокой культуры, и образованности, осознание идеи, во имя которой проявляется готовность к достойному служению Отчизне, формирования высоконравственных этических норм  поведения, ответственности и  коллективизма.

Добавим сюда познания наших исторических корней, осознание неповторимости  Отечества и его судьбы, неразрывности с ней,  гордость за сопричастность к деяниям предков и исторической  ответственности за  происходящее в обществе и государстве.

Дух патриотизма, как беззаветной  любви к Родине, своему Отечеству, лежит в основе и венчает всякую современную систему. Видный военный педагог         М. И. Драгомиров отмечал: «Выше всего стоит готовность страдать и умирать, то есть самоотвержение… оно дает силу претерпеть до конца, принести Родине жертву высшей любви». Потеря Родины означает потерю человеком личного достоинства и счастья.

События последнего времени подтвердили, что экономическая дезинтеграция, социальная дифференциация общества, обесценивание  духовных ценностей, оказали негативное влияние на общественное сознание большинства социальных и возрастных групп населения страны, в том числе и учащихся наших школ. Резко снизилось воспитательное воздействие российской культуры, искусства и образования,  как важнейших факторов формирования патриотизма. Замечена утрата нашим обществом российского патриотического сознания.  Существенно обострился национальный вопрос. Патриотизм кое в чем стал перерождаться в национализм. В общественном сознании получили широкое распространение равнодушие, эгоизм, цинизм, немотивированная агрессивность, неуважительное отношение к пожилым людям, государственным  и социальным институтам. Проявляется устойчивая тенденция падения престижа военной службы.

        Актуальность и педагогическая     целесообразность курса предлагаемой Программы заключается в дополнении курса «Основы безопасности жизнедеятельности» общеобразовательных учреждений по разделу «Основы военной службы».

**«История предков всегда любопытна**

**для того, кто достоин иметь Отечество»**

***Н. Карамзин***

**Пояснительная записка**

**1.  введение**

       Модифицированная программа военно – патриотического воспитания является программой дополнительного образования мальчиков и юношей в обшей системе образовательного процесса.

        Предметом изучения данной программы является героическая история России, её Вооруженных Сил и начальная военная подготовка.

        Программа разработана в соответствии с государственной программой «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2001 – 2005 годы».

        Программа рассчитана на мальчиков и юношей в возрасте от  13 до 16 лет. Реализация программы будет  способствовать углублению знаний  учащихся  по истории Российской государственности и воинской славы Отечества, воспитанию уважительного отношения к ветеранам войны и труда, приобретению высоких духовных и физических качеств, пропаганде и утверждению здорового образа  жизни среди подростков, готовность успешно выполнять гражданские обязанности  в мирное и военное время.

**2. Содержание проблемы военно – патриотического**

**воспитания, характеристика проблемы**

**и обоснования необходимости разработки**

**Программы**

                        Военно – патриотическое воспитание является одной из приоритетных в формировании  у молодёжи высокого   патриотического сознания, готовности к выполнению гражданского долга, важнейших конституционных  обязанностей по защите Родины .

                Родная Земля может накормить человека своим хлебом, напоить водой из своих родников, но защитить сама себя не может. Это святое дело тех, кто ест хлеб родной земли, пьёт её воду, дышит её воздухом и проникается её красотой.

                Есть глубочайший, нравственный смысл в преемственности поколений, во внутреннем единстве их исторических судеб, постигаемом через нетленность наших святынь. Изучая героическое прошлое Родины, мы черпаем в нем силу для новых свершений, равняемся на подвиги отцов и дедов. Они в своё время сделали всё, что смогли, для  зашиты и процветания России.  А теперь наступает наш черёд выполнить свой долг перед Отчизной – укрепить её экономическую и военную мощь. Много есть на свете, кроме России, государств и земель, но одна у человека родная мать, одна у него и Родина.  Каждый россиянин должен быть патриотом в самом высоком значении этого слова. Патриотизм – чувство деликатное… Побереги  святые слова, не кричи о любви к Родине на всех перекрёстках. Честно трудись во имя её блага  и могущества. Для Отечества сделано недостаточно, если не сделано всё. История раскладывает святой долг перед Родиной на плечи всех поколений.

                Родина даётся нам однажды, и на всю жизнь. Другой не будет никогда.  « Клянусь вам своей честью, что я ни за что на свете не согласился бы ни переменить Родину, ни иметь другую историю, чем история наших предков,  какую нам послал Господь», - писал великий патриот России А. С. Пушкин.

Социальные сироты,  группы риска, духовная деградация и дезориентация,  асоциальное поведение, отягощение вредными привычками – таковы спутники нашей жизни в квартирах и на улицах родного села, района.

                Следует отметить, что в последнее время,  наметилась тенденция к усилению внимания общества, всех  заинтересованных структур, организаций и ведомств  района к гражданскому, духовно – нравственному и патриотическому воспитанию подрастающего поколения. Исходя из всех этих  предпосылок, разработана  настоящая  Программа.

**3. Цель и задачи Программы**

Целью программы  является реализация положений государственной программы «Патриотического воспитания граждан Российской Федерации на 2001 – 2005 годы», принятой постановлением Правительства  Российской Федерации от 16 февраля 2001года № 122. Воспитание и формирование гармонически развитой,   социально – активной личности учащейся молодежи школ Российской Федерации, граждан и патриотов  Отечества.

**Задачи:**

1. 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.
2. Воспитание у обучающихся чувства патриотизма, готовности к защите Отечества, коллективизма и товарищества.
3. Формирование и развитие у обучающихся дисциплинированности, добросовестного отношения к учёбе. Воспитание общей культуры, высоких морально – психологических качеств, физической выносливости и стойкости.

**Механизм реализации Программы**

Механизм реализации Программы учитывает сложившийся к настоящему времени особенности экономического и социального развития  района, его исторические особенности, боевые, трудовые и культурные традиции.

Образовательных  учреждений.

Главными исполнителями мероприятий Программы являются:

Руководитель клуба с привлечением учителей истории, физической культуры, ОБЖ или начальной военной подготовки других учителей школы

Военный комиссариат района, совет ветеранов войны, труда и правоохранительные органы.

**Оценка эффективности реализации Программы.**

В результате осуществления Программы ожидается:

* вовлечение значительного числа  учащихся  в организованный отдых и общественно – полезную деятельность;
* активизация работы по борьбе с вредными привычками в среде школьной молодежи, приобщение к здоровому образу жизни;
* повышение духовно – нравственного и физического потенциала учащихся, готовности к выполнению гражданских обязанностей;
* получение практических навыков по начальной военной подготовке;
* достижение  нормативных требований по физической и огневой подготовке;
* воспитание чувства собственного достоинства, умения владеть эмоциями, развитие способности к анализу и принятию верных решений;
* воспитание чувства гордости и ответственности за Отечество, любви и уважения к ветеранам войны, труда, Российской Армии;
* полное выполнение тематического плана.

**Организационные и методические указания**

1. Основной  метод проведения теоретических занятий – рассказ, беседа; практических – разучивание упражнений и тренировок.
2. Оценка знаний и умений проводится путём тестов, викторин, контрольно – поверочных занятий, сдачи нормативов и участие в соревнованиях.
3. При всех формах практических занятий непременное  требование – напоминание и соблюдение мер безопасности.

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ  ПЛАН**

| № п/п | Наименование тем | | Теор. | Практ | Всего | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1  1.1 | **Россия – наше Отечество**  Введение в основные этапы  Российской государственности | | 1 | - | 1 | |
| 1.2 | Символы Российской  государственности | | 1 | - | 1 | |
| 1.3 | Гимн, флаг, Российской Федерации  и  Республики  Коми | | 2 | - | 2 | |
| 1.4 | Служба защиты Союза Советских Социалистических Республик | | 1 | - | 1 | |
| 1.5 | Служба защиты Российской  Федерации | | 1 | - | 1 | |
| 1.6 | Викторина | | 1 | - | 1 | |
| 1.7 | Экскурсия  в музей | | 1 | - | 1 | |
| 2  2.1 | **Воинская слава России**  Введение в историю воинской славы России | | 1 | - | 1 | |
| 2.2 | Ратная слава русских дружин | | 2 | **-** | 2 | |
| 2.3 | Век русской славы | | 2 | **-** | 2 | |
| 2.4 | Викторина | | 1 | - | 1 | |
| 2.5 | Экскурсии по  музею | | 2 | - | 2 | |
| 3  3.1 | **Уставы Вооружённых Сил Российской Федерации**  Введение в общевоинские уставы ВС РФ. | | 2 | - | 2 | |
| 3.2 | Сущность и значение воинской дисциплины | | 2 | 1 | 2 | |
| 3.3 | Общие обязанности военнослужащих | | 1 | 1 | 1 | |
| 3.4 | Суточный наряд | | 1 | 1 | 1 | |
| 3.5 | Строй и его элементы | | 1 | 1 | 1 | |
| 3.6 | Викторина | | 1 | - | 1 | |
| 4  4.1 | | **Психология личности**  Особенности подросткового возраста | 1 | - | 1 |
| 4.2 | | Изменение поведения в подростковом возрасте | 1 | - | 1 |
| 4.3 | | Устойчивость и изменчивость личности | 1 | - | 1 |
| 4.4 | | Личность и общество, отношения в коллективе | - | 1 | 1 |
| 4.5 | | Личность и общение, общение с родителями | - | 1 | 1 |
| 4.6 | | Викторина | 1 | - | 1 |
| 4.7 | | Путь в профессию. Тест | - | 1 | 1 |
| 5  5.1 | | **Огневая подготовка**  Меры безопасности при проведении стрельб | 1 | - | 2 |
| 5.2 | | Основы и правила стрельб | 1 | - | 2 |
| 5.3 | | Материальная часть пневматической винтовки | - | 2 | 2 |
| 5.4 | | Основы техники и тактики стрельб из различных положений | - | 2 | 2 |
| 5.5 | | Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировка | - | 8 | 8 |
| 5.6 | | Соревнования по стрельбе | - | 2 | 2 |
| 6  6.1 | | **Туристическая подготовка**  Введение | 1 | - | 1 |
| 6.2 | | Изучение топографических карт | 1 | 2 | 3 |
| 6.3 | | Определение расстояния на карте | 1 | 2 | 3 |
| 6.4 | | Определение местонахождения по карте | 1 | 2 | 3 |
| 6.5 | | Спортивное ориентирование | 1 | 2 | 3 |
| 6.6 | | Работа с компасом | 1 | 2 | 3 |
| 6.7 | | Определение азимута на предмет | 1 | 1 | 2 |
| 6.8 | | Выбор места для лагеря, установка палаток,  Определения места для костра, разведение костра | 1 | 2 | 3 |
| 6.9 | | Техника вязания верёвочных узлов | 1 | 5 | 6 |
| 6.10 | | Лекарственные растения и их применение | 1 | 1 | 2 |
| 6.11 | | Топографические знаки | 2 | - | 2 |
| 6.12 | | Автономное существование человека в природе | 1 | - | 1 |
| 6.13 | | Основы здорового образа жизни | 2 | - | 2 |
| 6.14 | | Основы медицинских знаний и правила оказания  первой медицинской помощи | 2 | 2 | 4 |
| 7  7.1 | | **Строевая подготовка**  Строи и управление ими | 1 | 4 | 5 | |
| 7.2 | | Строевые приемы и движения без оружия | 1 | 6 | 7 | |
| 8  8.1 | | **Физическая подготовка**  Роль и место физподготовки в ЗОЖ подростка | 1 | - | 1 | |
| 8.2 | | Ходьба, бег и упражнения в движении |  | 2 | 2 | |
| 8.3 | | Вольные упражнения |  | 1 | 1 | |
| 8.4 | | Комплексы вольных упражнений |  | 1 | 1 | |
| 8.5 | | Упражнения на перекладине |  | 4 | 4 | |
| 8.6 | | Упражнения в лазанье по канату |  | 2 | 2 | |
| 8.7 | | Бег на 100, 200, 400 метров |  | 3 | 3 | |
| 8.8 | | Прыжки в длину с места и с разбега |  | 2 | 2 | |
| 8.9 | | Метание гранаты РГД – 5, Ф - 1 |  | 2 | 2 | |
| 8.10 | | Бег 1000, 3000 метров |  | 3 | 3 | |
| 8.11 | | Кросс 3000, 5000, 10000 метров |  | 3 | 3 | |
| 8.12 | | Упражнения с гантелями |  | 2 | 2 | |
| 8.13 | | Упражнения со штангой |  | 2 | 2 | |
| 8.14 | | Совершенствование техники бега на лыжах |  | 2 | 2 | |
| 8.15 | | Лыжные гонки на 5000, 10000 метров |  | 3 | 3 | |
| 8.16 | | Зачётные и контрольные занятия |  | 5 | 5 | |
| 8.17 | | Соревнования |  | 5 | 5 | |
| Итого: | |  | 52 | 92 | 144 | |

**Тема 1. Россия – наше Отечество**

1.1 Введение в основные этапы Российской государственности

1.2 Основные понятия о символах РФ

1.3 Авторы Гимна и флага Российской Федерации и Республики Коми (изучение текста гимна)

1.4 Основные названия и суть Служб защиты Союза Советских Социалистических Республик

1.5 Основные названия и суть Служб защиты Российской  Федерации

1.6 Викторина по материалам пройденной темы

1.7 Экскурсия в музей воинской славы района

**Тема 2. Воинская слава России**

2.1 Введение в историю воинской славы России и района. Основные и знаменательные даты.

2.2 Ратная слава русских дружин.

2.3 Век русской славы. Исторические события, произошедшие в России.

2.4 Викторина по материалам пройденной темы.

2.5 Экскурсия в музей воинской славы района

**Тема 3. Уставы Вооружённых Сил Российской Федерации**

3.1 Введение в общевоинские уставы ВС РФ, общие понятия и термины

3.2 Сущность и значение воинской дисциплины, понятия начальник и подчиненный. Права и обязанности.

3.3 Общие обязанности военнослужащих в повседневной жизни

3.4 Обязанности суточного наряда (дежурный, дневальный по роте).

3.5 Строй и его элементы. Фланг, шеренга, тыл, интервал, дистанция.

3.6 Викторина по материалам пройденной темы

**Тема 4. Психология личности**

4.1 Особенности подросткового возраста

4.2 Изменение поведения в подростковом возрасте

4.3 Устойчивость и изменчивость личности

4.4 Личность и общество, отношения в коллективе и дома

4.5 Личность и общение, общение с родителями

4.6 Викторина по материалам пройденной темы

4.7 Тест на выбор профессии.

**Тема 5. Огневая подготовка**

5.1 Изучение мер безопасности при проведении занятий по огневой подготовке

5.2 Изучение упражнений учебных стрельб. Номера мишеней. Способы прицеливания

5.3 ТТХ основных видов оружия ВС РФ

5.4 Основы техники и тактики стрельб из положения лежа, с колена и стоя

5.5 Правильность прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки

5.6 Стрельба стоя, с колена, лежа

**Тема 6. Туристическая подготовка**

6.1 Основные понятия туризма

6.2 Деление топографических карт на военные и спортивные

6.3 Определение расстояния на карте с использованием линейки, циркуля и курвиметра

6.4 Определение местонахождения на карте «по улитке», по ширине и долготе

6.5 Ориентирование по часам и минутам, по азимуту

6.6 Определение сторон света. Север, юг, запад и восток

6.7 Определение предмета на карте по азимуту

6.8 Определение места, способы установки палаток, виды костра и способы их разведения.

6.9 Виды верёвочных узлов и способы их применения

6.10 Способы обнаружения растений и их свойства

6.11 Чтение топографических знаков на спортивных и военных картах

6.12 Способы выживания, необходимая экипировка туриста

6.13 Основные понятия о ЗОЖ

6.14 Способ накладывания жгутов и повязок при различных травмах. Искусственное дыхание.

**Тема 7. Строевая подготовка**

7.1 Основные команды при руководстве строем

7.2 Виды строя, изменение названий строя при поворотах

**Тема 8. Физическая подготовка**

8.1 ЗОЖ как один из необходимых элементов здоровья подростка

8.2 Разминка как неотъемлемая часть подготовки организма к занятиям

8.3 Основные понятия вольных упражнений

8.4 Изучение комплексов вольных упражнений

8.5 МБ. Подтягивание на перекладине, подъем переворотом

8.6 МБ. Лазанье по канату в два и три приема

8.7 Техника старта, бега и финиширование на коротких дистанциях.

8.8 Техника толчка, виды разбега и приземление.

8.9 Техника разбега, остановка и положение плеч и рук

8.10 Техника старта, бега и финиширование на длинных дистанциях

8.11 Контроль организма в беге на выносливость

8.12 Виды мышц и дозирование нагрузки

8.13 Способы подъема и опускание снаряда

8.14 Правильность постановки рук и ног. Спуск и подъем.

8.15 Принятие зачетов по временным показателям

8.16 Принятие зачетов по возрастным нормативам

8.17 Соревнования с включением всех пройденных тем

**Нормативы**

**по  физической подготовке**

| № п/п | Наименование упражнений | Ед. изм | отл | хор | удовл |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Бег 100 м | сек | 16,5 | 17,0 | 17,8 |
| 2 | Кросс 1000 м | м/с | 4,30 | 4,40 | 4,55 |
| 3 | Кросс 3000 м | м/с | 15,30 | 16,30 | 17,00 |
| 4 | Кросс 5000 м | м/с | 25,10 | 26,40 | 27,30 |
| 5 | Кросс 10000 м | м/с | 50,00 | 52,30 | 55,00 |
| 6 | Лыжи 5000 м | м/с | 29,00 | 31,00 | 33,00 |
| 7 | Прыжок в длину с места | см | 190 | 180 | 165 |
| 8 | Сгибание рук в упоре на брус | раз | 11 | 9 | 7 |
| 9 | Подтягивание на перекладине | раз | 10 | 8 | 7 |
| 10 | Подъём переворотом | раз | 5 | 4 | 3 |
| 11 | Метание гранаты РГД-5 | метр | 33 | 28 | 23 |
| 12 | Метание гранаты Ф- 1 | метр | 28 | 22 | 18 |

**Разрядные нормы по стрельбе пулевой**

Пневматические винтовки ИЖ – 38, ИЖ – 22, пули  ДН, ДЦ,

Прицел  открытый

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Индекс упраж-  нения | Упражнения | Дистанция | выстрелы | мишень | Время  Мин. | Спортив-  ные разряды |  |  |  |  |
|  |  |  | пробные | зачетные |  |  | I | II | III | I  юн |
| ВП-1 | Стрельба с опорой на стол | 10 | 6 | 20 | 8 | 30 | - | 170 | 150 | 130 |
| ВП-2 | Стрельба стоя | 10 | 6 | 20 | 8 | 45 | - | 150 | 130 | 110 |
| ВП-3 | Стоя  с колена | 10 | 6  6 | 20  20 | 8 | 45  40 | - | 350 | 330 | 310 |

***Состав обучающихся и общий расчет часов***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Год обучения | Возраст обучающихся | Количество часов в неделю | Количество занятий в неделю | Количество часов в год |
| Первый год | Мальчики 13-16 лет | 4 | 4 | 144 |

Расчет

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| предметы | 1 год | | всего |
| теория | практика |
| Россия – наше Отечество | 8 | - | 8 |
| Воинская Слава России | 8 | - | 8 |
| Психология Личности | 4 | 3 | 7 |
| Уставы ВС РФ | 8 | 4 | 12 |
| Физическая Подготовка | 1 | 42 | 43 |
| Строевая подготовка | 2 | 10 | 12 |
| Огневая подготовка | 2 | 14 | 16 |
| Туристическая подготовка | 17 | 21 | 38 |
| Итого: | 52 | 92 | 144 |

        Данную программу можно использовать в любой общеобразовательной школе на уроках начальной военной подготовки и уроках ОБЖ, а также в центрах дополнительного образования.

Для оценки эффективности осуществления программы можно воспользоваться объективными данными. Уровень физической подготовки определяется в первые дни занятий физической подготовки, (определяется по таблице, представленной ниже). Данные  фиксируются в журнале кружка в сентябре и в последние дни учебного года. Здесь возможно проверить исходные данные уровня физической подготовки и через год систематических занятий в кружке.

**Уровень физической подготовленности**

**Учащихся  13 – 16 лет.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Физические способности | Контрольные  Упражнения ( тест) | Воз-  раст | уровень | | |
|  |  |  | низкий | средний | высокий |
| скоростные | Бег 30 м.  секунды | 13  14  15  16 | 5,9  5,8  5,5  5,2 | 5,6 –5,2  5,5 – 5,1  5,3 – 4,9  5,1 – 4,7 | 4,8  4,7  4,5  4,4 |
| Скоростно –  силовые | Прыжки в длину с  Места (см) | 13  14  15  16 | 150  160  175  180 | 170 – 190  180 – 195  190 – 205  195 - 210 | 205  210  220  230 |
| выносливость | 6 мин. Бег  (метры) | 13  14  15  16 | 1000  1050  1100  1100 | 1150 – 1250  1200 – 1300  1250 – 1350  1300 - 1400 | 1400  1450  1500  1500 |
| гибкость | Наклон в перёд  Из положения сидя | 13  14  15  16 | 2  3  4  5 | 5 – 7  7 – 9  8 – 10  9 - 12 | 9  11  12  15 |
| силовые | Подтягивание на  Высокой перекладине из  Положения виса | 13  14  15  16 | 1  2  3  4 | 5 – 6  6 – 7  7 – 8  8 - 9 | 8  9  10  11 |

**Список литературы**

Конституция  РФ. Москва. 1993.

Государственная программа « Патриотическое воспитание граждан РФ на 2001 – 2005 г». Росвоецентр. Москва. 2001.

Сборник нормативно – правовых документов и материалов по патриотическому воспитанию и подготовке обучающихся к военной службе. Мнемозина. Москва. 2000.

Гражданином быть обязан. Москва.1999.

Вестник образования № 15 /02.

Я. Л. Коломинский Человек психология « Просвещение »   Москва 1980.

 Психология современного подростка « Педагогика» Москва 1987.

Наш проблемный подросток « Союз» Санкт – Петербург 1999.

Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Просвещение» Москва 1987.

Русь изначальная Москва 1983.

История Российской государственности Москва 1995.

Л.М.Фридман Психология в современной школе «ТЦ Сфера» Москва 2001.

А.М.Катуков, Е.Н.Цветаеввоенно – патриотическое воспитание учащихся на занятиях по начальной военной подготовке «Просвещение» Москва 2001.

Ю.А.Науменко Начальная военная подготовка «Просвещение» Москва 1985.

В.А.Крутецкий Психология  « Просвещение» Москва 1980.

П.А.Гусак Простейшие учебные стрелковые приборы и наглядные пособия «Народнаяасвета» Минск 1978.

        Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы средней школы «Просвещение» Москва 1987.