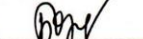


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кольская средняя общеобразовательная школа
Кольского района Мурманской области

ПРИНЯТА

Методическим советом

От 22.11.2023 протокол № 2_

Председатель  О.П.Бордюгова

Директор МБОУ «Кольская СОШ»

УТВЕРЖДАЮ

О.К.Ярмолич

« 22 » ноября 2023 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Школа безопасности»

Срок реализации программы: 2 года обучения

Объем программы: 136 часа

Возраст учащихся: 12 – 15 лет

Разработчик: **Жаравина Яна Николаевна**
педагог-организатор ОБЖ

г. Кола
2023 г.

Программа «Школа Безопасности»

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы метеорологии» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273ФЗ;
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 03242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающим программ»;
4. Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
5. Распоряжение правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
6. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 №СП 2.4.3648-20);
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 года №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
8. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021. № 652н « Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
9. Уставом Кольской СОШ № 2 с учетом кадрового потенциала и материально-технических условий образовательного учреждения.

Жизнь выдвигает на первый план проблемы укрепления физического, духовного и нравственного здоровья подрастающего поколения.

Чем больше подросток получает информации, приобретает практических навыков, тем серьезнее психологическая подготовка к всевозможным социальным и природным катаклизмам, тем выше его эмоционально-волевая устойчивость. Людей, обладающих ею, называют сильными. Сильные люди умеют распорядиться своими знаниями и опытом на пользу себе и окружающим, готовы прийти на помощь другим, решают проблемы гуманными, законными путями.

Актуальность и социальная значимость программы, заключается в том, что формирование личности, гражданской позиции, любви к Отечеству, преданность ему, стремление своими действиями служить его интересам - одна из самых важных задач современного гражданина России.

Новизна

Программа «Школа безопасности» ориентирована на создание у школьников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации. В содержание курса «Школа безопасности» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у них развитию цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

Так же программа интегрирует две образовательных области - начальную военную подготовку и военно-прикладную физическую подготовку. Она предусматривает готовность к освоению программ военно-профессионального образования более высокого уровня. Добровольная подготовка к военной службе будет способствовать формированию у обучающихся сознательного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, адаптации к условиям военной службы.

Педагогическая целесообразность

программы объясняется формированием высокого интеллекта безопасности через практику. Целый ряд специальных заданий на наблюдение, сравнение, домысливание, фантазирование служат для достижения этого. Программа направлена на то, чтобы через практику и теорию приобщить детей для правильной и безопасной ориентации в окружающей среде.

Программа направлена на (выбрать) формирование и развитие творческих способностей, обучающихся:

- удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, военно-патриотическом, нравственном развитии ;
- развитие и поддержку детей, проявивших интерес и определенные способности к техническому творчеству, научному исследованию.

Вид образовательной деятельности - военно-патриотическое воспитание молодежи.

Цель программы: обеспечение условий для формирования личности гражданина и патриота России, с присущими ему ценностями, взглядами, ориентациями,

интересами, установками, мотивами деятельности и поведения через занятия по военно-прикладной подготовке.

Задачи: подготовить подрастающее поколение к военной службе и воспитывать уважение к Российской армии;

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности в повседневной жизни;
- сохранять историческую память поколений в памяти подрастающего поколения;
- развивать интерес к российским традициям и промыслам;
- развивать чувство ответственности и гордости за достижения страны;
- сохранять историческую память поколений в памяти подрастающего поколения.
- сформировать потребность воспитанников в постоянном пополнении своих знаний в укреплении своего здоровья;
- формировать и развивать у обучающихся специальные знания и навыки по военно-прикладной подготовке, морально-психологические способности и качества;
- формировать и развивать у обучающихся дисциплинированность, добросовестное отношение к учебе, формировать активную гражданскую позицию;
- развивать творческую, активную, ответственную личность, способную самостоятельно приобретать и интегрировать знания из разных областей и применять их для решения практических задач;
- развивать навыки самообслуживания;
- формировать потребности к самообразованию, самоопределению, самореализации и выработке адекватной самооценки;
- развивать у воспитанников чувство уважения к Российской Армии и желание служить в ее рядах, защищая свое Отечество;
- развивать память, мышление;
- воспитывать гордость за свою Родину, народных героев;
- воспитывать правосознание, способность к осознанию своих прав и прав другого человека;
- воспитывать личность гражданина - патриота Родины, способного встать на защиту государственных интересов своей страны.
- воспитывать морально-волевые качества;

- воспитывать сознательную дисциплину и культуру поведения;
- воспитывать ответственность за порученное дело;
- формировать стремление к взаимоуважению и взаимопониманию;
- формировать устойчиво-позитивные отношения к окружающей действительности;
- формировать у обучающихся конструктивное, созидательное мировоззрение.

Базовый уровень подготовки. Ведущей формой деятельности на данном этапе будет игровая, введение учащихся в мир русской культуры, содействие принятию ими нравственных ценностей: единства человека и природы, любви к родной земле, семейным ценностям, трудолюбию. Начало формирования личности, осознающей себя частью общества и гражданином своего Отечества, развитие коммуникативных способностей школьника, которые позволяют ему интегрироваться в сообщество, формирование личности, способной внести свой вклад в жизнь страны, формирование уважения к закону, праву, правам других людей и ответственности перед обществом. Работа в данном направлении реализуется также посредством коллективно-творческих дел, ролевых игр, творческих, исследовательских проектов, посещения экскурсий, проведения экодесантов, сотрудничеством с общественными организациями.

Специальный уровень подготовки. Углубление, расширение знаний о процессах, происходящих в различных сферах общества, о правах людей, познание философских, культурных, политико-правовых и социально-экономических основ жизни общества, определение гражданской позиции человека, его социально-политическая ориентация. Основная задача на данном этапе состоит в том, чтобы в процессе общественной деятельности учащихся, они совершенствовали готовность и умение защищать свои права и права других людей, умели строить индивидуальную и коллективную деятельность по различным направлениям; формировали здоровый образ жизни, понимали свою роль и место в служении Отечеству; развивали основные качества, свойства, навыки, привычки, необходимые для успешного выполнения обязанностей в ходе военной или государственной службы.

Программа комплексной подготовки по военно-прикладным видам спорта предполагает изучение теоретического и практического курса.

Занятия проводятся в течение учебного периода. Учебный план каждого уровня подготовки рассчитан на 34 учебных недель. Занятия проводятся по 2 часа в неделю для группы. Место проведения занятий - спортивный зал, класс ОБЖ МБОУ Кольской СОШ №2.

Содержание программы дополнительного образования

Раздел 1. Общефизическая и специальная физическая подготовка.

Теоретические занятия: Основы гигиены и закаливания. Методика самоподготовки.

Практические занятия: строевые упражнения, упражнения на гибкость, на развитие осанки; упражнение на развитие силы и скоростно-силовых качеств, общей, силовой, скоростной и специальной выносливости, упражнение на реакцию и ловкость.

Раздел 2. Строевая подготовка.

Теоретические занятия: Строй и его элементы. Развернутый и походный строй и управление ими. Обязанности перед построением в строй.

Практические занятия: Одиночная строевая подготовка. Строевые приемы и движение без оружия и с оружием. Строевое слаживание отделения, взвода.

Раздел 3. Тактическая подготовка.

Теоретические занятия: Современный бой. Обязанности солдата в бою. Разведка, засада. Наступление, оборона.

Практические занятия: Способы передвижения солдата в бою. Приемы и правила стрельбы в общевойсковом бою. Построение подразделения. Жестикуляция.

Раздел 4. Военная топография

Теоретические занятия: стороны света. Азимут и дирекционный угол. Определение расстояний до ориентира по видимому размеру. Ориентирование по компасу и окружающим предметам. Пары шагов. Ориентирование по светилам. Карты, топографические обозначения, кроки, планы.

Практические занятия: измерение расстояний в парах шагов; выход в точку по азимуту и расстоянию; ориентирование по компасу. Прохождение маршрута по азимуту и расстоянию. прокладка маршрута; ориентирование по окружающим предметам; ориентирование по светилам; чтение карт, ориентирование по ним; составление планов, карт.

Раздел 5. Огневая подготовка

Теоретические занятия: правила и меры безопасности при обращении с оружием. Основы теории стрельбы. Устройство и взаимодействие частей учебного, спортивного и стрелкового оружия.

Практические занятия: тренировка в технике стрельбы; тренировка в стрельбе на кучность, результат.

Раздел 6. Уставы ВС РФ.

Теоретические занятия: История Уставов, виды Уставов. Военная присяга. Боевое знамя воинской части. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Воинская дисциплина. Внутренний порядок и размещение военнослужащих. Суточный наряд роты. Порядок несения караульной службы.

Практические занятия: Обязанности дневального по роте, порядок несения службы в наряде.

Раздел 7. РХБЗ, военно-медицинская подготовка.

Теоретические занятия: окружающая среда, опасности, возникающие в повседневной жизни; чрезвычайные ситуации локального характера; ЧС техногенного и природного происхождения, защита от последствий ЧС; гражданская оборона, радио-, химическая, бактериологическая защита. Здоровье и здоровый образ жизни. Начальная медицинская подготовка. Первая медицинская помощь при травматизме. Первая медицинская помощь при отравлениях, тепловых, солнечных ударах, ожогах, обморожениях. Выживание в различных географических и климатических условиях.

Практические занятия: первая медицинская помощь. Защита от оружия массового поражения. Выживание на местности в различных географических и климатических условиях: обустройство бивака, разведение костров и т.д. походная, маршевая подготовка.

Раздел 8. Основы безопасности жизнедеятельности.

Освоение обучающимися определенного уровня знаний, умений и навыков для осознания и содействия в обеспечении; личной безопасности при опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях различного характера; безопасности общества от воздействия негативных факторов социально-криминогенного характера; безопасности на государственном уровне по вопросам защиты населения от чрезвычайных ситуаций, внешних и внутренних угроз, экстремизма и терроризма.

Эффективность программы, достижение в процессе реализации поставленных целей и задач определяется посредством:

- Зачетных работ по разделам программы (теоретических и практических). Цель - диагностирование уровня овладения материалом. Проводится в конце каждого этапа программы.
- Анкетирования учащихся. Цель - определение причин участия в программе и ожидаемых результатов, полученных от участия впечатлений; выявление вопросов, требующих корректировки. Проводится в начале программы, в конце каждого этапа и в случае возникшей необходимости.
- Сравнительной оценки физической подготовленности участников. Цель - установление уровня развития подростков, роста их физической подготовленности и стимулирование ребят к продолжению занятий спортом. Проводится в начале программы и в конце каждого этапа.

Учащиеся, успешно прошедшие программу, должны:

- иметь представления и понятия: об основах безопасности личности, общества, государства; о предназначении Вооруженных сил Российской Федерации; об основных элементах воинской обязанности.
- знать: внешние источники военной опасности; виды Вооруженных сил Российской Федерации; основное вооружение; воинские символы, знаки различия, боевые традиции; основные требования воинских уставов; основы физического и духовного воспитания; организацию жизни и быта военнослужащих и т.д.
- уметь: оценивать собственное физическое и духовное состояние по результатам изученных нормативов; самостоятельно совершенствовать свою физическую форму, владеть разнообразными методами самообороны при нападении в различных ситуациях; пользоваться индивидуальными средствами защиты; правильно оценивать создающуюся экстремальную ситуацию и принимать разумные решения.

В результате реализации данной программы:

- учащиеся достигнут общекультурного уровня образования по истории родного края, овладеют основами научно-исследовательской деятельности, культурой мышления, оформления и защиты исследовательской работы;

- воспитанники осваивают правила безопасного поведения в повседневной жизни, принципы здорового образа жизни, способы самообороны и самосохранения, подготовятся к действиям в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях;
- у детей и подростков сформируется потребность в регулярных занятиях физической культурой, воспитание осмысленного отношения к ним как способу самореализации и личностно значимому проявлению человеческих способностей;
- компенсируются отсутствующие в основном образовании знания, умения и навыки в области краеведения, физической культуры, медицины, спорта, военной подготовки.

Условия реализации программы

При реализации программы используются различные методы и приемы обучения. Учебное занятие может проводиться как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов и приемов. Целесообразность и выбор применения того или иного метода зависит от образовательных задач, которые ставит педагог. Выбор методов обучения определяется также с учетом возможностей детей: возрастных и психофизических особенностей, возможностей материально-технической базы.

Методы обучения, используемые на занятиях:

- словесные методы обучения: объяснение, беседа, диалог;
- работа с книгами (Уставами) и журналами военной тематики;
- методы практической работы: упражнения, тренировки;
- методы наблюдения: фото, видеосъемка;
- наглядные методы обучения: рисунки, плакаты, фотографии, таблицы, схемы, чертежи, видеоматериалы, слайды.

Технологии, используемые при реализации программы

Здоровьесберегающие технологии (система работы образовательного пространства по сохранению и развитию здоровья всех участников - взрослых и детей, имеющая огромное значение в работе детских объединений для обучения здоровому образу жизни, формирования активной жизненной позиции, приемов саморегуляции и закалывания, психорегулирующей тренировки и двигательным навыкам на основе учета индивидуальных законов развития).

Технологии личностно-ориентированного обучения (в центре внимания - личность подростка, который должен реализовать свои возможности. Содержание, методы и приемы личностно-ориентированных технологий обучения направлены, прежде всего, на то, чтобы раскрыть и использовать субъективный опыт каждого воспитанника, помочь становлению личности путем организации познавательной деятельности.)

Технология развивающего обучения является дополнением личностно-ориентированного обучения. Ее цель - создание условий для развития психологических особенностей: способностей, интересов, личностных качеств и отношений между людьми; при котором учитываются и используются закономерности развития, уровень и особенности индивидуума.

Технология сотрудничества - технология совместной развивающей деятельности взрослых и детей, скрепленной взаимопониманием, проникновением в духовный мир друг друга, совместным анализом хода и результата этой деятельности.

Игровые технологии. В основу положена игра как вид деятельности. Эта технология используется для обеспечения наибольшей активности обучающихся и достижения высокого уровня освоения содержания программы.

Диагностика и контрольно-оценочная деятельность.

Психолого-педагогическая диагностика обучающихся программы осуществляется в периоды с сентября по октябрь (первичная психодиагностика) и с апреля по май (вторичная психодиагностика). Основу психолого-педагогической диагностики в группе составляют беседы с ребятами и дидактические тесты.

Для качественного проведения занятий необходимы условия: специально оборудованный кабинет с наглядными тематическими стендами и макетами; дидактические и мультимедийные материалы, лазерные автомат и пистолет, макеты АК, противогазы, ОЗК, санитарные сумки и индивидуальные аптечки. Так же для занятий предоставляется спортивный зал.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной образовательной программы 11-15 лет. Это могут быть как сильные так и слабые ученики. Условия приёма в объединение: приём в объединение свободный.

**Учебно-тематический план программы дополнительного образования
«Школа безопасности»
(1-й год обучения)**

№ п/п	Название темы и последовательность учебного материала	Количество часов	В том числе	
			лекции	практика
1.	Уставы ВС РФ	6	4	2
2.	Общефизическая подготовка,	9	7	2
3.	Строевая подготовка	10	1	9
4.	Военно-медицинская подготовка	6	1	5
5.	Огневая подготовка	12	1	11
6.	Основы безопасности жизнедеятельности	25	17	8
Итого:		68	31	37

(2-й год обучения)

№ п/п	Название темы и последовательность учебного материала	Количество часов	В том числе	
			лекции	практика
1.	Уставы ВС РФ	6	4	2
2.	Строевая подготовка	10		10
3.	РХБЗ	6	2	4
4.	Огневая подготовка	12		12
5.	Общефизическая подготовка	9	3	6
6.	Основы безопасности жизнедеятельности	25	17	8
Итого:		68	26	42

Календарно-тематическое планирование курса дополнительного образования «Школа безопасности» представлено в Приложении 1.

Литература к программе дополнительного образования:

Литература для учителя

1. Конституция РФ
2. Закон РФ «Об Образовании в РФ»
3. Национальная доктрина образования в РФ
4. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2011 -2015 годы»
5. Федеральная целевая программа «Формирование установок толерантного сознания и профилактика экстремизма в обществе.»
6. Верхошанский В. Я. Общефизическая подготовка. Методические рекомендации. - М.: ГЦОЛИФК, 1982.
7. Общевоинские Уставы ВС РФ.
8. Тактика. Резниченко В.Г. Воениздат.1994
9. Подготовка разведчика. Тарас А.Е. 1998
10. Пневматическое оружие. Дворкин А.Д. 2001
11. Лутовинов, В.И. Военно-патриотическое воспитание российской молодежи: учебно-методическое пособие / Под общ. ред. С.В. Смульского. - М.: Изд-во РАГС, 2012. - с.
12. Федеральный закон от 28.03.1998 года №53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (принят ГД РФ 6.03.1998);
13. Федеральный закон от 28.06.1995 года №98-ФЗ «О государственной поддержке молодёжных и детских общественных объединений» (принят ГД РФ 26.05.1995);
14. Указ Президента Российской Федерации от 16.05.96 №727 «О мерах государственной поддержке общественных объединений ведущих работу по военно-патриотическому воспитанию молодёжи»;
15. Постановление Правительства Российской Федерации от 31.12.1999 №1441 «Об утверждении положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе»;
16. Постановление Правительства Российской Федерации от 24.07.2000 №551 «О военно-патриотических молодёжных и детских объединениях»;
17. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.07.2005 №422 «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006-2010 годы»;
18. Концепция патриотического воспитания граждан Российской Федерации от 21.05.2003 №2(12)-П4;

19. Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 17.11.2008 №1662-р);
20. Айвазян А.А. Гражданственность и гражданское участие (теоретико-методологический анализ). Дис. на соиск. уч. ст. канд. политич. н. Екатеринбург, 2001.;
21. Актуальные вопросы патриотического воспитания граждан Российской Федерации. Москва, июль, 2006 г.: Тезисы Докладов и выступлений на Всероссийской научно-практической конференции. Москва, 2006.;
22. Патриотическое воспитание как условие возрождения России. Екатеринбург, февраль, 2003 г.: Тезисы докладов и выступлений на Всероссийской научной конференции. Екатеринбург, 2003.;
23. Урал на защите Отечества. Екатеринбург, ноябрь, 2006 г.: тезисы Докладов и выступлений Научно-практической конференции, посвящённой 275-летию А.В. Суворова. Екатеринбург, 2006.;
24. Организация работы по патриотическому воспитанию молодёжи в Муниципальных образованиях Свердловской области. Сб. ст., Екатеринбург, 2008.
25. Евлахов В.М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. - М.: Дрофа, 2006. - 112 с.
26. Изучение правил дорожного движения: Сценарии театрализованных занятий / Авт.-сост. Е.А. Гальцова. - Волгоград: Учитель, 2007. - 90 с.
27. Карпова Е.В. Игровые классные часы. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-8 классы: Учебное пособие. - М.: Центр педагогического образования, 2007. - 128 с. - (Воспитать человека).
28. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма: Система работы в образовательном учреждении / Авт.-сост. Т.А. Кузьмина, В.В. Шумилова. - Волгоград: Учитель, 2007. - 112 с.
29. Безопасность дорожного движения: Программы для системы дополнительного образования детей / В.А. Лобашкина, Д.Е. Яковлев, Б.О. Хренников и др.; под ред. П.В. Ижевского. - М.: Просвещение, 2009. - 48 с. - (Безопасность дорожного движения).
30. Бочаров Е.А. Ступени обучения выживанию: Программно-методическое пособие для педагогов. - М.: ВЛАДОС, 2008. - 204 с.
31. Дурнев Р.А. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности учащихся. 5-11 классы: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2008. - 156 с.
32. Методические рекомендации: формирование у детей и подростков навыков безопасного поведения на улицах и дорогах. Для педагогов общеобразовательных учреждений. / Авт.-Козловская Е.А., Козловский Е.А. – М.: Изд. Дом Третий Рим, 2006. – 48 с.
33. Основы безопасности жизнедеятельности: Справочник для учащихся / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев и др.; под ред. А.Т. Смирнова; Российская академия наук, Издательство «Просвещение». - М.: Просвещение, 2007. - 224 с
34. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма в начальной и средней школе: Уроки, классные часы, внеклассные мероприятия, занятия с родителями / Авт.-сост. В.В. Шумилова, Е.Ф. Таркова. -2-е изд., стереотип. -Волгоград: Учитель, 2008. -222 с.
35. Твоя безопасность: Как себя вести дома и на улице. Для среднего и старшего дошкольного возраста / К.Ю. Белая, В.Н. Зимонина, Л.А. Кондрыкинская и др. - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2008. - 48 с.
- 36.

Литература для учащихся

1. Вайнштейн Л. М. Учись метко стрелять. Издательство ДОССАФ, М. 1993
2. Кириллюк В.В. Военно-прикладное многоборье. М. Патриот, 1998, с.151
3. Аверин А.И., Выдрин И.Ф, Ендовицкий Н.К.и др. Начальная военная подготовка М. Просвещение. 1985
4. Общевоинские уставы вооруженных сил Российской Федерации.
5. Оружие самозащиты. Каталог-справочник. - М. Кемерово: Империял, 1992 Семенов С.Н., Лысенко В. П.
6. Проведение занятий по гражданской обороне: Метод.пособие. — М.: Высш. Кш., 1990.— 96с.
7. Акимов В.А., Дурнев Р.А., Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5 – 11 классы.- М.: Дрофа, 2008.- 285с.
8. Вайнер Э.Н. Учиться без ущерба для здоровья: Учебное пособие для обучающихся в 5-8 классах общеобразовательной школы. - Липецк: ЛИРО, 2007. - 104 с.
9. Дурнев Р.А. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности учащихся. 5-11 классы: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2008. - 156 с.
10. Основы безопасности жизнедеятельности: Справочник для учащихся / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев и др.; под ред. А.Т. Смирнова; Российская академия наук, Издательство «Просвещение». - М.: Просвещение, 2007. - 224 с.
11. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма в начальной и средней школе: Уроки, классные часы, внеклассные мероприятия, занятия с родителями / Авт.-сост. В.В. Шумилова, Е.Ф. Таркова. -2-е изд., стереотип. -Волгоград: Учитель, 2008. -222 с.
12. Твоя безопасность: Как себя вести дома и на улице. Для среднего и старшего дошкольного возраста / К.Ю. Белая, В.Н. Зимонина, Л.А. Кондрыкинская и др. - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2008. - 48 с.

Календарно-тематическое планирование (1-й год обучения)

№ п/п	Тема занятия	Тип занятия (Л-лекция, П-практика)	Количество часов
Раздел 1. Уставы ВС РФ			
1	Общие обязанности военнослужащих.	Л	1
2	Воинские звания.	Л	1
3	Знаки различия военнослужащих.	Л	1
4	Начальники и подчиненные, старшие и младшие.	Л	1
5	Порядок отдания и выполнения приказов.	П	1
6	Отдание воинской чести.	П	1
Раздел 2. Общефизическая подготовка			
1	Исторический процесс формирования физической культуры и спорта, его истоки	Л	1
2	Физическое воспитание как важнейшее условие формирования личности	Л	1
3	Основы психологии спорта	Л	1
4	Основы психологии спорта	Л	1
5	Ценности физической культуры человека	Л	1
6	Средства и методы саморазвития и самовоспитания	Л	1

7	Закономерности индивидуального развития человека	Л	1
8	Упражнения на снарядах	П	1
9	Упражнения на снарядах	П	1
Раздел 3. Строевая подготовка			
1	Строи и управление ими.	Л	1
2	Обязанности военнослужащих перед построением.	П	1
3	Строевые приемы и движения без оружия.	П	1
4	Строевые приемы и движения без оружия.	П	1
5	Строевые приемы и движения без оружия.	П	1
6	Строевые приемы и движения без оружия.	П	1
7	Строевые приемы и движения без оружия.	П	1
8	Повороты в движении без оружия.	П	1
9	Повороты в движении без оружия.	П	1
10	Строи и управление ими.	П	1
Раздел 4. Военно-медицинская подготовка			
1	Значение ПМП и правила ее оказания.	Л	1
2	Понятие о ране, классификация ран.	П	1
3	Виды кровотечений и их характеристика. ПМП при кровотечениях.	П	1

4	Виды кровотечений и их характеристика. ПМП при кровотечениях.	П	1
5	ПМП при ранениях.	П	1
6	ПМП при ранениях.	П	1
Раздел 5. Огневая подготовка			
1	Введение. Меры безопасности на занятиях по огневой подготовке.	Л	1
2	Тактико-технические характеристики, основные части АК-47, АК-74.	П	1
3	Тактико-технические характеристики, основные части ПМ.	П	1
4	Изучение работы частей и механизмов АК.	П	1
5	Неполная разборка-сборка АК.	П	1
6	Неполная разборка-сборка АК.	П	1
7	Основы и правила стрельбы.	П	1
8	Основы и правила стрельбы.	П	1
9	Стрельба из лазерного автомата	П	1
10	Стрельба из лазерного автомата	П	1
11	Стрельба из лазерного автомата	П	1
12	Стрельба из лазерного пистолета	П	1
Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности			
1	Город как среда обитания человека	Л	1
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	Л	1

3	Особенности природных условий в городе.	Л	1
4	Безопасность в повседневной жизни.	Л	1
5	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	П	1
6	Водитель. Велосипедист- водитель транспортного средства.	П	1
7	Пожарная безопасность.	Л	1
8	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	П	1
9	Погодные условия и безопасность человека.	Л	1
10	Безопасность на водоемах.	П	1
11	Чрезвычайные ситуации природного характера.	Л	1
12	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	Л	1
13	Антиобщественное поведение и его опасность.	Л	1
14	Обеспечение личной безопасности дома.	П	1
15	Обеспечение личной безопасности на улице.	П	1
16	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.	Л	1
17	Виды экстремистской и террористической деятельности.	Л	1
18	Виды террористических актов и их последствия.	Л	1

19	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.	Л	1
20	О здоровом образе жизни.	Л	1
21	Двигательная активность и закаливание организма - необходимые условия укрепления здоровья.	Л	1
22	Рациональное питание. Гигиена питания.	П	1
23	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	Л	1
24	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.	П	1
25	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.	Л	1

Календарно-тематическое планирование (2-й год обучения)

№ п/п	Тема занятия	Тип занятия (Л-лекция, П-практика)	Количество часов
Раздел 1. Уставы ВС РФ			
1	Правила воинской вежливости и поведения военнослужащих.	Л	1
2	Обращение к начальникам и старшим.	Л	1
3	Обязанности солдата	Л	1
4	Обязанности солдата	П	1
5	Ответственность солдат по службе.	Л	1
6	Ответственность солдат по службе.	П	1
Раздел 2. Строевая подготовка			

1	Повороты в движении без оружия.	П	1
2	Повороты в движении без оружия.	П	1
3	Повороты в движении без оружия.	П	1
4	Повороты в движении без оружия.	П	1
5	Выполнение воинского приветствия на месте и в движении	П	1
6	Выполнение воинского приветствия на месте и в движении	П	1
7	Выполнение воинского приветствия на месте и в движении	П	1
8	Прохождение с песней.	П	1
9	Прохождение с песней.	П	1
10	Торжественный марш.	П	1

Раздел 3. РХБЗ

1	Введение. Гражданская оборона.	Л	1
2	Современные средства поражения.	Л	1
3	Средства индивидуальной защиты.	П	1
4	Средства индивидуальной защиты.	П	1
5	Приборы РХБ разведки	П	1
6	Приборы РХБ разведки	П	1

Раздел 4. Огневая подготовка

1	Чистка, смазка и хранение АК.	П	1
2	Чистка, смазка и хранение АК.	П	1
3	Начальная скорость пули.	П	1
4	Отдача оружия.	П	1

5	Образование траектории.	П	1
6	Пробивное и убойное действие пули.	П	1
7	Стрельба из лазерного автомата	П	1
8	Стрельба из лазерного автомата	П	1
9	Стрельба из лазерного автомата	П	1
10	Стрельба из лазерного автомата	П	1
11	Стрельба из лазерного пистолета	П	1
12	Стрельба из лазерного пистолете	П	1
Раздел 5. Общефизическая подготовка			
1	Основы спортивной тренировки	Л	1
2	Физическая подготовка в ВС РФ	Л	1
3	ОФП и профессионально-прикладная физическая подготовка	Л	1
4	Учебно-тренировочное занятие	П	1
5	Учебно-тренировочное занятие	П	1
6	Упражнения на снарядах	П	1
7	Упражнение на снарядах	П	1
8	Упражнения на снарядах	П	1
9	Упражнения на снарядах	П	1
Раздел 6. Основы безопасности жизнедеятельности			
1	Природа и человек.	Л	1
2	Ориентирование на местности.	Л	1
3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	Л	1

4	Подготовка к выходу на природу.	Л	1
5	Определение места для бивака и организация бивачных работ.	П	1
6	Определение необходимого снаряжения для похода.	П	1
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.	Л	1
8	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.	П	1
9	Подготовка и проведение лыжных походов.	Л	1
10	Водные походы и обеспечение безопасности на воде.	П	1
11	Велосипедные походы и безопасность туристов.	Л	1
12	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме.	Л	1
13	Акклиматизации человека в различных климатических условиях.	Л	1
14	Акклиматизация человека в горной местности.	П	1
15	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	П	1
16	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.	Л	1
17	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.	Л	1
18	Автономное существование человека в природе.	Л	1

19	Добровольная автономия человека в природной среде.	Л	1
20	Вынужденная автономия человека в природной среде.	Л	1
21	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	Л	1
22	Опасные погодные явления.	П	1
23	Укусы насекомых и защита от них.	Л	1
24	Клещевой энцефалит и его профилактика.	П	1
25	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях.	Л	1