

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа  
«Патриот» п. Кировский, Кировского района

ПРИНЯТА  
на методическом совете

Протокол № 1  
от 02.09.2024

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ ДО  
«ДЮСШ «Патриот» п. Кировский»



## В СЛУЖБЕ-ЧЕСТЬ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
военно-патриотической направленности

Возраст учащихся: 12-17 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Говпекко Алексей  
Леонидович,  
педагог дополнительного  
образования

п. Кировский  
2024

## **Раздел № 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ**

Данная программа по основам безопасности и жизнедеятельности составлена в соответствии с федеральным компонентом государственного образовательного стандарта по ОБЖ (приказ Министерства образования РФ от 05.03.2004 г. № 1809).

Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения ОБЖ, которые определены стандартом.

Примерная программа разработана в полной соответствии с обязательным минимумом содержания курса "Основы безопасности жизнедеятельности" (ОБЖ) в учреждениях дополнительного образования. Структурная программа курса ОБЖ состоит из четырех содержательных линий: прикладной физической подготовки, основ военной подготовки, основ огневой подготовки и медицинских знаний и здорового образа жизни.

Программа предназначена для основ безопасности и жизнедеятельности, военно-спортивных и военно-прикладных видов спорта в рамках дополнительного образования.

Содержание тем занятий ориентировано на подготовку воспитанников для службы в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации (Военно-Морских Силах, Военно-Воздушных Силах, Воздушно-десантных войсках), воинских формированиях других министерств и ведомств Российской Федерации и для участия в соревнованиях военно-прикладной и военно-патриотической направленности среди военно-патриотических клубов, школ, кадетских образовательных учреждений.

### **1.1 Пояснительная записка**

**Актуальность программы.** Актуальность проблемы подготовки школьников к военной службе обусловлена тем, что оказалось фактически разрушенной существовавшая ранее система допризывной подготовки.

В нашей стране возрождается система патриотического воспитания детей, в котором наряду с традиционными задачами подготовки подрастающего поколения к военной службе, появилась необходимость ориентировать ребят на выбор профессии военного, спасателя, пожарного, сотрудника правоохранительных органов.

В условиях сложного геополитического положения России и сохранения современных вызовов, наиболее актуальным является военно-патриотическое воспитание молодежи, без которого невозможно надеяться на сохранение государственности нашей страны.

Программа предполагает дополнение и расширение школьных знаний путем практических действий в разных видах деятельности.

**Направленность** программы – социально-педагогическая.

**Уровень освоения** - базовый - формирование функциональной грамотности учащихся в избранном виде деятельности (т.е. свободное самостоятельное использование навыков и умений), освоение содержания повышенной сложности, развитие интересов и навыков, формирование устойчивой мотивации, специальных знаний и практических навыков.

Реализация программы на данном уровне освоения предполагает удовлетворение познавательного интереса учащегося, расширение его информированности в определенной образовательной области, обогащение навыками общения и умениями.

**Отличительные особенности программы.** Отличительной особенностью программы является ее направленность на погружение в атмосферу армейского духа, доблести российского воинства, на развитие необходимых моральных и физических качеств личности учащихся, включая формирование патриотического мировоззрения, потребности быть патриотом, уважения к армии, интереса к изучению ее боевых традиций и истории, к овладению военным делом.

Программа предусматривает систематическую и целенаправленную деятельность участников образовательного процесса по формированию у

учащихся высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству, родному краю, по формированию и развитию личности, обладающей качествами гражданина - патриота Родины.

**Адресат программы.** Программа предназначена для учащихся 12-17 лет. Наличие специальной подготовки не требуется, набор детей в группы свободный.

Программа строится с учетом возрастных психологических особенности детей среднего и старшего школьного возраста, позволяет развить у обучаемых такие качества, как ловкость, выносливость, терпимость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность.

Привлекает воспитанников эта программа тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и возможность научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

Прием в объединение «В службе-честь» производится на условиях: заявление родителей, предоставление медицинской справки о состоянии здоровья учащегося. На 2 год обучения переводятся обучающиеся, успешно закончившие 1 год обучения. Обучение осуществляется в объеме 6 (шесть) часов в неделю, продолжительностью одного занятия в 2 часа, в объёме 216 часов (36 недель) в течение одного учебного года. Обучающийся, обладающий достаточными умениями, подтвердивший это в различных соревнованиях может начинать занятия со второго года обучения.

**Особенности организации образовательного процесса:** состав группы постоянный; виды занятий по организационной структуре (групповые).

## **1.2. Цель и задачи**

**Цель программы:** формирование необходимых качеств личности подростка обеспечивающих адаптацию к условиям военной службы, воспитания верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

## **Задачи программы.**

### **Обучающие:**

- сформировать систему специальных знаний, умений и навыков по вопросам гражданской обороны, технике спортивного туризма, ориентирования, первой медицинской помощи и стрелковой подготовки;
- обучить основам безопасности военнослужащих, правилам обращения с боевым стрелковым оружием, формирования дисциплинированности и исполнительности;
- обучение жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для выживания в экстремальных условиях;
- развитие основных (базовых) физических качеств, укрепление здоровья;
- обучение и повышение технического и тактического мастерства участников соревнований по спортивному туризму на дистанции - пешеходной, спортивному ориентированию, поисково-спасательным работам.

### **Развивающие:**

- развить морально-волевые и физические качества: координацию, гибкость, общефизическую выносливость;
- развить разнообразных практических навыков: самоорганизации и самоуправления;
- стимулировать проявление активности, инициативы, самостоятельности и творчества у воспитанников;
- развить умения, навыки действия в экстремальных ситуациях;
- укрепить здоровье, содействовать правильному физическому развитию обучающихся.

### Воспитательные:

- воспитать будущих граждан-патриотов, готовых служить своему Отечеству;
- воспитать чувство ответственности, товарищества и взаимовыручки, высокие нравственно-волевые качества, активную гражданскую позицию;
- сформировать положительную мотивацию к военной службе, чувство гордости за свой народ и страну.

### 1.3. Учебный план

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		теория	практика	всего	
<b>1</b>	<b>Раздел: Введение в программу</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	опрос, беседа
<b>1.1.</b>	Инструктаж по технике безопасности, ознакомление учащихся с планом занятий на год	1			
<b>2</b>	<b>Раздел: Прикладная физическая подготовка</b>	<b>10</b>	<b>25</b>	<b>35</b>	опрос, беседа, практическое задание
<b>2.1.</b>	Передвижение по пересеченной местности в пешем порядке (кроссовый бег, марш-броски)	1	1,5		
<b>2.2.</b>	Преодоление общевойсковой полосы препятствий	1	1,5		
<b>2.3.</b>	Силовая подготовка	0,5	1,5		
<b>2.4.</b>	Основы рукопашного боя	0,5	1,5		
<b>2.5.</b>	Гимнастика	0,5	1		
<b>2.6.</b>	Понятие спорт	0,5	1		
<b>2.7.</b>	Общая физическая и специальная физическая подготовка в системе физического воспитания	0,5	1,5		
<b>2.8.</b>	Профессионально прикладная физическая подготовка воспитанников	0,5	1,5		
<b>2.9.</b>	Система общей физической подготовки для сдачи норм ГТО	0,5	1,5		
<b>2.10.</b>	Методы оценки и развития гибкости	0,5	1		
<b>2.11.</b>	Методика самостоятельных занятий бегом	0,5	1,5		

2.12.	Общая физическая подготовка и профессионально-прикладная физическая подготовка	0,5	1,5		опрос, беседа, практическое задание
2.13.	Формы организации физической подготовки учащихся	0,5	1		
2.14.	Прикладная физическая подготовка	0,5	1,5		
2.15.	Средства физической подготовки и методика их применения	0,5	1		
2.16.	Проведение соревнований по упражнениям военно-спортивного комплекса и военно-прикладного вида спорта	0,5	2		
2.17.	Упражнение на спортивных брусках	0,5	1,5		
2.18.	Проверка и оценка физической подготовленности воспитанников и физической подготовки группы	0,5	1,5		
<b>3</b>	<b>Раздел: Основы военной подготовки</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>18</b>	
3.1.	Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания	0,5	-		
3.2.	Общевоинские уставы ВС РФ – закон воинской жизни	0,5	-		
3.3.	Строевая подготовка. Команды: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно	0,5	0,5		
3.4.	Строевая подготовка. Изучение строевых приемов	-	0,5		
3.5.	Строевая подготовка. Изучение строевой песни	-	0,5		
3.6.	Строевая подготовка. Выход из строя, подход, отход от начальника	-	0,5		
3.7.	Строевая подготовка. Способы передвижения подразделения в бою	-	0,5		
3.8.	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина	0,5	-		
3.9.	Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и	0,5	-		

	начальников				
<b>3.10.</b>	Состав ВС РФ. Управление оборонным строительством в РФ	0,5	-		
<b>3.11.</b>	Рода войск. Управление обороной государства в РФ	0,5	-		
<b>3.12.</b>	Сухопутные войска. Назначение и задачи сухопутных войск	0,5	-		
<b>3.13.</b>	ВМФ. Назначение и задачи ВМФ	0,5	-		
<b>3.14.</b>	Назначение, задачи и структура родов войск ВС	0,5	0,5		
<b>3.15.</b>	Обязательная подготовка граждан к военной службе	0,5	-		
<b>3.16.</b>	Подготовка по основам военной службы	-	0,5		
<b>3.17.</b>	Подготовка по военно-учетным специальностям	-	0,5		
<b>3.18.</b>	Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды	-	0,5		опрос, беседа, практическое задание
<b>3.19.</b>	Порядок присвоения воинских званий. Структура военной формы одежды	0,5	-		
<b>3.20.</b>	Воинская дисциплина. Ее суть и значение	0,5	-		
<b>3.21.</b>	Воинская дисциплина. Приказ командира. Особенности взаимоотношений военнослужащих	0,5	-		
<b>3.22.</b>	Военнослужащий - специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой	-	0,5		
<b>3.23.</b>	Виды воинской деятельности и их особенности	-	0,5		
<b>3.24.</b>	Средства индивидуальной и коллективной защиты	0,5	-		
<b>3.25.</b>	Средства индивидуальной защиты кожи	-	0,5		
<b>3.26.</b>	Изолирующие средства кожи. Фильтрующие средства защиты кожи. Простейшие защитные средства	0,5	1		
<b>3.27.</b>	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	-	1		
<b>3.28.</b>	Правила надевания противогаза	-	1		
<b>3.29.</b>	Средства индивидуальной и коллективной защиты кожи	-	1		
<b>4</b>	<b>Раздел: Основы огневой</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	



	<b>подготовки из стрелкового оружия</b>				
<b>4.1.</b>	Требования безопасности при обращении с ручными гранатами	0,5	-		опрос, практическое задание
<b>4.2.</b>	Требования безопасности: при обращении с оружием и боеприпасами	0,5	-		
<b>4.3.</b>	Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке	1	-		
<b>4.4.</b>	Требования безопасности при стрельбе и метании гранат	0,5	-		
<b>4.5.</b>	Осмотр и подготовка автомата к стрельбе	-	0,5		
<b>4.6.</b>	Стрелковое оружие: работа частей, механизмов	0,5	-		
<b>4.7.</b>	Стрелковое оружия: назначение, боевые свойства, общее устройство	0,5	-		
<b>4.8.</b>	Неисправности возникающие при стрельбе: способы их устранения	0,5	0,5		
<b>4.9.</b>	Требований безопасности: обязанности должностных лиц и личного состава	0,5	-		
<b>4.10.</b>	Техника стрельбы из пневматической винтовки стоя	-	1		
<b>4.11.</b>	Материальная часть и конструктивные особенности автомата Калашникова	0,5	1		
<b>4.12.</b>	Меры безопасности при сборке и разборке АК. Разборка и сборка автомата Калашникова	0,5	0,5		
<b>4.13.</b>	Пневматическая винтовка МР-512. Назначение, устройство и принцип работы	0,5	-		
<b>4.14.</b>	Изготовка к стрельбе: принятие положения для стрельбы, зарядание и разряжение АК-74	-	1		
<b>4.15.</b>	Производство стрельбы: прикладка, прицеливание, спуск курка, прекращение стрельбы	-	0,5		
<b>4.16.</b>	Общие положения прицельное приспособление	0,5	1		опрос, практическое задание
<b>4.17.</b>	Практические занятия по снаряжению магазина автомата учебными патронами	-	0,5		

<b>4.18.</b>	Общие положения; способы определения дальности до цели; элементы наводки	0,5	0,5			
<b>4.19.</b>	Возможные задержки при стрельбе из автомата и способы их устранения	-	1			
<b>4.20.</b>	Ручное стрелковое оружие периода Великой Отечественной войны	0,5	-			
<b>4.21.</b>	Назначение и устройство частей и механизмов Автомата	0,5	-			
<b>5</b>	<b>Раздел: Медицинская подготовка</b>	<b>7</b>	<b>19</b>	<b>26</b>		
<b>5.1.</b>	Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему	0,5	-		опрос, практическое задание	
<b>5.2.</b>	Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего	0,5	-			
<b>5.3.</b>	Общие принципы оказания само и взаимопомощи. Первая помощь утопающему	0,5	-			
<b>5.4.</b>	Первая помощь при тепловых ударах и обморожениях	0,5	1			
<b>5.5.</b>	Первая помощь при растяжениях, вывихах, переломах	-	1			
<b>5.6.</b>	Помощь при химических отравлениях и ожогах	-	1			
<b>5.7.</b>	Первая помощь при ожогах и отравлениях щелочами, кислотами, другими химическими веществами	-	1			
<b>5.8.</b>	Общие принципы оказания само и взаимопомощи. Остановка кровотечения	0,5	1			
<b>5.9.</b>	Переноска пострадавшего без носилок	-	1			
<b>5.10.</b>	Правила оказания первой помощи. Эшелоны аптек	-	1			
<b>5.11.</b>	Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца	-	1			
<b>5.12.</b>	Кровотечения, ранения, способы наложения повязок	0,5	1			
<b>5.13.</b>	Правила наложения жгута и турникета	0,5	1			опрос, практическое задание
<b>5.14.</b>	Лекарственные растения и правила пользования ими	0,5	-			
<b>5.15.</b>	Первая помощь при травме груди. Первая помощь при травме живота	-	1			

5.16.	Первая помощь при острой кровопотере и травматическом шоке	0,5	1		опрос, практическое задание
5.17.	Первая помощь при травме опорно-двигательной системы	0,5	1		
5.18.	Первая помощь при травме головы	-	1		
5.19.	Транспортировка пострадавшего. Переноска пострадавшего одним человеком, двумя лицами, на носилках	-	1		
5.20.	Первая помощь при ранениях от огнестрельного оружия и спецсредств. Особенности оказания помощи при огнестрельных ранениях	0,5	1		
5.21.	Первая помощь при поражениях отравляющими и аварийно химически опасными веществами	-	1		
5.22.	Первая помощь при радиационных поражениях	0,5	0,5		
5.23.	Понятие о шоке. Первая помощь раненым и пострадавшим, находящимся в шоковом состоянии	0,5	0,5		
5.24.	Уход за ранеными в ходе эвакуации	0,5	1		
<b>6</b>	<b>Раздел: Участие в соревнованиях и военно-патриотических мероприятиях</b>		<b>12</b>	<b>12</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>74</b>	<b>108</b>	

### Содержание учебного плана

#### 1.Раздел: «Введение в программу»

##### 1.1.Тема: «Инструктаж по технике безопасности, ознакомление учащихся с планом занятий на год»

*Теория:* Цели, задачи и содержание работы в объединении на учебный год.

Режим работы объединения.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**Виды учебной деятельности учащихся:** беседа о программе обучения, о перспективах на учебный год, вопросы.

#### 2.Раздел: «Прикладная физическая подготовка»

## **2.1.Тема: «Передвижение по пересеченной местности в пешем порядке (кроссовый бег, марш-броски)»**

*Теория:* Назначение и задачи прикладной физической подготовки.

*Практика:* Упражнения для развития общей выносливости.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**Виды учебной деятельности учащихся:** выполнение подготовительных и основных упражнений, самостоятельная отработка технических навыков выполнения бега, самоконтроль.

## **2.2. Тема: «Преодоление общевойсковой полосы препятствий»**

*Теория:* Понятие общевойсковой полосы препятствий.

*Практика:* Совершенствование навыков в преодолении полосы препятствий, преодоление общевойсковой полосы препятствий.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **2.3.Тема: «Силовая подготовка»**

*Теория:* Упражнения для развития силы мышц.

*Практика:* выполнение комплексных упражнений на спортивных снарядах: спортивные брусья, штанга. Работа на тренажерах.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **2.4. Тема: «Основы рукопашного боя»**

*Теория:* История рукопашного боя. РБ на 8 счетов с оружием и без оружия.

*Практика:* Разучивание и тренировка в выполнении приемов рукопашного боя. РБ на 8 счетов с оружием и без оружия.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **2.5.Тема: «Гимнастика»**

*Теория:* Разучивание подтягивания и КСУ.

*Практика:* Подтягивание на перекладине различными хватами (юноши), комбинированное силовое упражнение (девушки).

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **2.6. Тема: «Понятие спорт»**

*Теория:* Основные понятия о спорте и спортивном режиме, виды спорта, влияние спортивных нагрузок на организм человека.

*Практика:* Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **2.7.Тема: «Общая физическая и специальная физическая подготовка в системе физического воспитания»**

*Теория:* Понятие ОФП, СФП.

*Практика:* Изучение общефизических и специальных физических упражнений и их влияние на организм.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **2.8.Тема: «Профессионально прикладная физическая подготовка воспитанников»**

*Теория:* Суть профессионально прикладной физической подготовки. Профессии, где она необходима.

*Практика:* Выполнение профессиональных нормативов с учетом выбора воспитанников.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **2.9.Тема: «Система общей физической подготовки для сдачи норм ГТО»**

*Теория:* История комплекса ГТО, основные понятия, нормативы по ступеням ГТО.

*Практика:* Сдача норм комплекса ГТО по возрастным ступеням воспитанников.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **2.10.Тема 10. «Методы оценки и развития гибкости»**

*Теория:* Понятие гибкости, методика развития гибкости.

*Практика:* Основные упражнения для гибкости и совершенствования гибкости.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **2.11.Тема: «Методика самостоятельных занятий бегом»**

*Теория:* Производственная физическая культура и прикладные двигательные навыки.

*Практика:* Занятия физическими упражнениями общая выносливость, силовой потенциал, увеличивается скорость протекания восстановительных процессов после выполнения нагрузки.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **2.12.Тема: «Общая физическая подготовка и профессионально-прикладная физическая подготовка»**

*Теория:* Понятие ППФП, терминология.

*Практика:* Занятия видами спорта по будущей профессии: игровые виды спорта, туризм, бег на длинные дистанции и т.п.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **2.13.Тема: «Формы организации физической подготовки учащихся»**

*Теория:* Заинтересованность учащихся внеклассной работой.

*Практика:* Практические занятия по разным видам спорта.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **2.14.Тема: «Прикладная физическая подготовка»**

*Теория:* Средства физического воспитания.

*Практика:* Упражнения для развития общей выносливости.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**2.15.Тема: «Средства физической подготовки и методика их применения»**

*Теория:* Физические упражнения – основное и специфическое средство физического воспитания.

*Практика:* Выполнение разнообразных упражнений отличающиеся своей внутренней и внешней структурой.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**2.16.Тема: «Проведение соревнований по упражнениям военно-спортивного комплекса и военно-прикладного вида спорта»**

*Теория:* Понятие соревновательной деятельности, терминология.

*Практика:* Проведение соревнований по военно-спортивным и военно-прикладным видам спорта.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**2.17.Тема: «Упражнение на спортивных брусьях»**

*Теория:* техника выполнения отжиманий и специальных упражнений на брусьях.

*Практика:* сгибание и разгибание рук в упоре, угол в упоре – совершенствование.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**2.18.Тема: «Проверка и оценка физической подготовленности воспитанников и физической подготовки группы»**

*Теория:* Основным требования при сдаче нормативов.

*Практика:* Сдача нормативов.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **3.Раздел: «Основы военной подготовки»**

#### **3.1.Тема: «Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания»**

*Теория:* Понятие воинской обязанности, терминология.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **3.2.Тема: «Общевоинские уставы ВС РФ – закон воинской жизни»**

*Теория:* Виды уставов ВС РФ. Изучение основной терминологии.

*Практика:* Тест на знание уставов ВС РФ и основной терминологии.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **3.3.Тема: «Строевая подготовка. Команды: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно»**

*Теория:* Строевой устав ВС РФ. Команды: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно».

*Практика:* Выполнение нормативов по строевой подготовке. Команды: «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно». Выполнение строевых приёмов.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **3.4. Тема: «Строевая подготовка. Изучение строевых приемов»**

*Теория:* Изучение строевых приемов: доклад и ответ на приветствие, строевой шаг, повороты на месте, повороты в движении, расчёт по порядку, расчёт на «первый-второй», перестроение на месте из одной шеренги в две и обратно, размыкание и смыкание строя, воинское приветствие в строю и в движении.

*Практика:* Выполнение строевых приёмов:

- доклад и ответ на приветствие;
- строевой шаг;



- повороты на месте;
- повороты в движении;
- расчёт по порядку, расчёт на «первый-второй», перестроение на месте из одной шеренги в две и обратно;
- размыкание и смыкание строя;
- воинское приветствие в строю и в движении.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **3.5. Тема: «Строевая подготовка. Изучение строевой песни»**

*Теория:* Изучение строевой песни.

*Практика:* Исполнение строевой песни в движении:

- слаженность пения;
- умение выдерживать ритм;
- точность интонирования;
- строевая слаженность в строю.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **3.6. Тема: «Строевая подготовка. Выход из строя, подход, отход от начальника»**

*Теория:* Изучение выхода из строя, подход и отход от начальника.

*Практика:* Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **3.7. Тема: «Строевая подготовка. Способы передвижения подразделения в бою»**

*Теория:* Изучение боевых уставов. Способы передвижения подразделений.

*Практика:* Способы и приемы передвижения личного состава подразделений в бою при действиях в пешем порядке.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.8. Тема: «Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина»**

*Теория:* Изучение военной психологии.

*Практика:* Пробный профотбор учащихся.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.9. Тема: «Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников»**

*Теория:* Изучение конституции РФ, понятия подчиненный, командир (начальник).

*Практика:* Выполнение требований уставов ВС РФ по отношению к подчинённым.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.10. Тема: «Состав ВС РФ. Управление оборонным строительством в РФ»**

*Теория:* Основные составы ВС РФ.

*Практика:* Виды ВС и их непосредственные задачи.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.11. Тема: «Рода войск. Управление обороной государства в РФ»**

*Теория:* Изучение родов войск и их боевых задач. Правила управления ВС

*Практика:* Полномочия должностных лиц. Структура ВС РФ.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.12. Тема: «Сухопутные войска. Назначение и задачи сухопутных войск»**

*Теория:* Структура и вооружение Сухопутных войск.

*Практика:* Практическое задание по управлению сухопутными войсками.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **3.13. Тема: «ВМФ. Назначение и задачи ВМФ»**

*Теория:* Структура и вооружение ВМФ.

*Практика:* Практическое задание по управлению военно-морским флотом.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **3.14. Тема: «Назначение, задачи и структура родов войск ВС»**

*Теория:* Назначение и задачи родов войск.

*Практика:* Структура и вооружение родов войск.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **3.15. Тема: «Обязательная подготовка граждан к военной службе»**

*Теория:* Добровольная подготовка к военной службе. Обязательная подготовка граждан к военной службе.

*Практика:* Способы самоподготовки к службе в ВС РФ.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **3.16. Тема: «Подготовка по основам военной службы»**

*Теория:* Военно-патриотическое воспитание.

*Практика:* Уроки мужества, просмотр видеофильмов, встреча с ветеранами боевых действий.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **3.17. Тема: «Подготовка по военно-учетным специальностям»**

*Теория:* Структура и содержание добровольной подготовки граждан к военной службе.

*Практика:* Профотбор на выбор ВУС воспитанниками.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.18. Тема: «Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды»**

*Теория:* Изучение составов и званий ВС РФ. Петличные знаки различия.

*Практика:* Карточки воинские звания военнослужащих ВС РФ.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.19. Тема: «Порядок присвоения воинских званий. Структура военной формы одежды»**

*Теория:* Основные понятия о присвоении воинских званий. Порядок ношения военной формы одежды.

*Практика:* Тест на присвоение воинских званий ВС РФ и правил ношения военной формы одежды.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.20. Тема: «Воинская дисциплина. Ее суть и значение»**

*Теория:* Дисциплинарный устав ВС РФ. Взаимоотношения в воинском коллективе.

*Практика:* Просмотр презентации и видеофильмов про неуставные взаимоотношения военнослужащих. Тестовые задания.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.21. Тема: «Воинская дисциплина. Приказ командира. Особенности взаимоотношений военнослужащих»**

*Теория:* Терминология. Приказ командира – приказ Родины.

*Практика:* Особенности взаимоотношений в воинском коллективе. Приказ в устном, письменном виде и по техническим средствам связи.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.22. Тема: «Военнослужащий - специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой»**

*Теория:* Необходимость глубоких знаний устройства и боевых возможностей вверенного вооружения и военной техники.

*Практика:* Способы использования в бою вооружения и техники.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.23. Тема: «Виды воинской деятельности и их особенности»**

*Теория:* Основные элементы воинской деятельности и их предназначение.

*Практика:* Воинская деятельность согласно ВУС.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.24. Тема: «Средства индивидуальной и коллективной защиты»**

*Теория:* Понятие и состав средств индивидуальной и коллективной защиты. Классификация СИЗ.

*Практика:* Надевания индивидуальных и коллективных средств защиты. Обслуживание СИЗ.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.25. Тема: «Средства индивидуальной защиты кожи»**

*Теория:* Понятие и классификация специальных средств защиты кожи.

*Практика:* Надевание средств защиты кожи. Использование подручных средств для защиты кожных покровов.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**3.26. Тема: «Изолирующие средства кожи. Фильтрующие средства защиты кожи. Простейшие защитные средства»**

*Теория:* Изучение изолирующих и фильтрующих средств защиты кожи.

*Практика:* Изготовление и надевание простейших средств защиты кожи.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **3.27. Тема: «Средства индивидуальной защиты органов дыхания»**

*Теория:* Виды противогазов их устройство. Правила подбора лицевой части противогазов.

*Практика:* Обслуживание после использования.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **3.28. Тема: «Правила надевания противогаза»**

*Теория:* Основные ошибки при надевании противогаза. Нормативные требования.

*Практика:* Выполнение норматива по надеванию противогазов ГП-5, ГП-7В, ПМК.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **3.29. Тема: «Средства индивидуальной и коллективной защиты кожи»**

*Теория:* Правила надевания ОЗК и Л-1. Устройство аптечка АИ-2.

*Практика:* Надевание и снятие костюмов ОЗК и Л-1. Порядок пользования АИ-2.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## **4.Раздел: «Основы огневой подготовки из стрелкового оружия»**

### **4.1. Тема: «Требования безопасности при обращении с ручными гранатами»**

*Теория:* Основные виды ручных гранат, устройство, ТТХ, нормативы.

*Практика:* Сборка гранат, подготовка к метанию, выполнение норматива метание гранаты (на дальность и на точность).

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **4.2. Тема: «Требования безопасности: при обращении с оружием и боеприпасами»**

*Теория:* Основные виды вооружения современной армии. Классификация боеприпасов.

*Практика:* Просмотр презентации, тестовые работы.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **4.3. Тема: «Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке»**

*Теория:* Основные требования безопасности, изучение нормативов по огневой подготовке.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **4.4. Тема: «Требования безопасности при стрельбе и метании гранат»**

*Теория:* Изучение правил безопасности обращения с оружием, правила снаряжении гранат, техника безопасности на рубеже метания.

*Практика:* Выполнение упражнений контрольных стрельб, УКС-1, УКС-2.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **4.5. Тема: «Осмотр и подготовка автомата к стрельбе»**

*Теория:* Изучение устройства автомата Калашникова его частей и механизмов.

*Практика:* Практические действия стрелка на огневом рубеже, правила разряжание оружия.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **4.6. Тема: «Стрелковое оружие: работа частей, механизмов»**

*Теория:* Виды стрелкового оружия ВС РФ.

*Практика:* Сборка-разборка разных типов оружия, знакомство с устройством. Тестирование.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**4.7. Тема: «Стрелковое оружие: назначение, боевые свойства, общее устройство»**

*Теория:* Виды стрелкового оружия отечественного и зарубежного производства.

*Практика:* Тесты на знание и отличие видов оружия.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**4.8. Тема: «Неисправности возникающие при стрельбе: способы их устранения»**

*Теория:* Основные неисправности оружия при стрельбе, задержки, способы их устранения. Терминология.

*Практика:* Ремонт основных частей оружия, устранение задержек при стрельбе.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**4.9. Тема: «Требований безопасности: обязанности должностных лиц и личного состава»**

*Теория:* Терминология. Должностные лица, личный состав.

*Практика:* Изучение основных обязанностей должностных лиц и личного состава. Управление личным составом.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**4.10. Тема: «Техника стрельбы из пневматической винтовки стоя»**

*Практика:* Основные элементы техники стрельбы из пневматической винтовки стоя. Стрельба на кучность пулями. Стрельба на результат.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**4.11. Тема: «Материальная часть и конструктивные особенности автомата Калашникова»**

*Теория:* Назначение и устройство АК различных модификаций.



*Практика:* Тестирование.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**4.12.Тема: «Меры безопасности при сборке и разборке АК. Разборка и сборка автомата Калашникова»**

*Теория:* Основные правила разборки-сборки АК. Техника безопасности с оружием.

*Практика:* Сборка-разборка автомата Калашникова. Выполнение нормативов.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**4.13. Тема: «Пневматическая винтовка МР-512. Назначение, устройство и принцип работы»**

*Теория:* Изучение винтовки типа МР-512. ТТХ. Правила техники безопасности. Обслуживание.

*Практика:* Стрельба по мишеням. Выполнения нормативов стрельб по ГТО.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**4.14.Тема: «Изготовка к стрельбе: принятие положения для стрельбы, зарядание и разряжение АК-74»**

*Теория:* Правила изготовок для стрельба стоя без упора, с колена, лежа. Зарядание и разряжение оружия.

*Практика:* Выполнение нормативов по изготовке к стрельбе из различных положений. Зарядание и разряжение оружия.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**4.15.Тема: «Производство стрельбы: прикладка, прицеливание, спуск курка, прекращение стрельбы»**

*Теория:* Правила прицеливания с открытого прицела и оптики. Правило плавного спуска. Прекращение стрельбы при различных ситуациях.

*Практика:* Нарботка прицеливания по мишеням навскидку из различных прицелов и без них. Упражнения для плавного нажатия на спусковой крючок. Действие учащихся по прекращению огня при различных вводных командах.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **4.16.Тема: «Общие положения прицельное приспособление»**

*Теория:* Терминология. Правила работы с автоматом при различных передвижениях.

*Практика:* Установка прицела и переводчика огня, изготовка к стрельбе – принятие положения для стрельбы лежа; прикладка автомата.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **4.17.Тема: «Практические занятия по снаряжению магазина автомата учебными патронами»**

*Практика:* Выполнение норматива по снаряжению магазина АК учебными патронами на время.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **4.18.Тема: «Общие положения; способы определения дальности до цели; элементы наводки»**

*Теория:* Терминология. Способы определение дальности до цели подручными средствами на карте и местности. Приборы для измерения дальности.

*Практика:* Определение дальности до цели подручными средствами на карте и местности. Работа с приборами.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **4.19.Тема: «Возможные задержки при стрельбе из автомата и способы их устранения»**

*Теория:* Понятие «задержка» при стрельбе из АК. Способы устранения.

*Практика:* Устранение задержек при стрельбе. Действие при невозможности устранения.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **4.20.Тема: «Ручное стрелковое оружие периода Великой Отечественной войны»**

*Теория:* Основные виды стрелкового вооружения Красной армии на период Великой Отечественной войны.

*Практика:* Тесты на знание вооружения советского времени. Демонстрация образцов оружия периода Великой Отечественной войны.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

#### **4.21.Тема: «Назначение и устройство частей и механизмов Автомата»**

*Теория:* Изучение частей автомата ствол, ствольная коробка. Возвратный механизм, затворная рама с газовым поршнем, затвор. Ударно-спусковой механизм. Крышка ствольной коробки, газовая трубка со ствольной накладкой, магазин, штык-нож, принадлежность к автомату.

*Практика:* Разборка-сборка АК. Замена деталей автомата при поломке.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

### **5. Раздел: «Медицинская подготовка»**

#### **5.1.Тема: «Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему»**

*Теория:* Понятие первой доврачебной помощи. Аптечка, природные лекарственные средства.

*Практика:* Правила оказания первой доврачебной помощи пострадавшему. Использование аптечки.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.2.Тема: «Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего»**

*Теория:* Терминология. Осмотр пострадавшего. Способы оценки состояния.

*Практика:* Практические действия по осмотру пострадавшего.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.3.Тема: «Общие принципы оказания само и взаимопомощи. Первая помощь утопающему»**

*Теория:* Терминология. Само и взаимопомощь. Действия при помощи пострадавшему на воде.

*Практика:* Само и взаимопомощь, практические действия по извлечению пострадавшего из воды, прекращение угрожающего фактора.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.4.Тема: «Первая помощь при тепловых ударах и обморожениях»**

*Теория:* Терминология. Тепловой удар. Обморожения.

*Практика:* Действия обучающихся показанию помощи при тепловом ударе и обморожениях различной степени.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.5.Тема: «Первая помощь при растяжениях, вывихах, переломах»**

*Теория:* Терминология. Виды растяжений, вывихов, переломов.

*Практика:* Оказание помощи при различных видах растяжений, вывихов, переломов.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.6.Тема: «Помощь при химических отравлениях и ожогах»**

*Теория:* Терминология. Виды химических ожогов и отравлений.

*Практика:* Оказание помощи при различных видах химических ожогов и отравлений.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.7.Тема: «Первая помощь при ожогах и отравлениях щелочами, кислотами, другими химическими веществами»**

*Теория:* Терминология. Ожоги щелочами и кислотами. Виды отравлений.

*Практика:* Оказание помощи при различных видах ожогов щелочами и кислотами.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.8.Тема: «Общие принципы оказания само и взаимопомощи. Остановка кровотечения»**

*Теория:* Терминология. Виды кровотечений. Доврачебная помощь.

*Практика:* Оказание помощи при различных видах кровотечений.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.9.Тема: «Переноска пострадавшего без носилок»**

*Теория:* Правила транспортировки пострадавшего без носилок подручными средствами.

*Практика:* Изготовка подручных средств для транспортировки пострадавшего. Перенос.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.10.Тема: «Правила оказания первой помощи. Эшелоны аптечек»**

*Практика:* Оказание первой помощи с использованием разных эшелонов аптечек.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.11.Тема: «Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца»**

*Теория:* Терминология. Правила непрямого массажа сердца.

*Практика:* Действия группы в парах и тройках. Работа с манекеном.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.12.Тема: «Кровотечения, ранения, способы наложения повязок»**

*Теория:* Терминология. Виды кровотечений.

*Практика:* Остановка кровотечений подручными средствами.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.13.Тема: «Правила наложения жгута и турникета»**

*Теория:* Повязки, жгуты, турникеты и при каких ранениях они применяются.

*Практика:* Остановка кровотечений. Применение жгутов и турникетов.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.14.Тема: «Лекарственные растения и правила пользования ими»**

*Теория:* Терминология. Основные виды лекарственных растений, правило применения.

*Практика:* Подготовка растений к непосредственному применению.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.15.Тема: «Первая помощь при травме груди. Первая помощь при травме живота»**

*Теория:* Терминология. Основные признаки травмы груди и живота.

*Практика:* Помощь при травмах груди и живота, повязки. Правило обезболивания.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.16.Тема: «Первая помощь при острой кровопотере и травматическом шоке»**

*Теория:* Терминология. Признаки острой кровопотери. Понятие травматического шока.

*Практика:* Восстановление кровопотери с помощью медикаментов и подручных средств. Борьба с травматическим шоком.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.17.Тема: «Первая помощь при травме опорно-двигательной системы»**

*Теория:* Терминология. Строение человека и опорно-двигательного аппарата.

*Практика:* Презентация и видеофильмы о строении человека. Работа с плакатами. Тестовые задания.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.18.Тема: «Первая помощь при травме головы»**

*Теория:* Терминология. Основные травмы головы. Способы оказания помощи. Повязки.

*Практика:* Отличительные особенности различных травм головы. Наложение повязки «чепчик». Правила контроля состояния пострадавшего.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.19.Тема: «Транспортировка пострадавшего. Переноска пострадавшего одним человеком, двумя лицами, на носилках»**

*Теория:* Правила и способы транспортировки пострадавшего с помощью носилок и без них. Способы фиксации на носилках.

*Практика:* Транспортировка пострадавшего, контроль его состояния. Выполнение транспортировки в двойках и тройках.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.20.Тема: «Первая помощь при ранениях от огнестрельного оружия и спецсредств. Особенности оказания помощи при огнестрельных ранениях»**

*Теория:* Терминология. Основные ранения от огнестрельного оружия и спецсредств. Правила оказания само и взаимопомощи при различных ранениях.

*Практика:* Оказание само и взаимопомощи при огнестрельном ранении и поражении спецсредствами.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.21.Тема: «Первая помощь при поражениях отравляющими и аварийно химически опасными веществами»**

*Теория:* Виды отравляющих химически опасных веществ. Защита от них подручными и специальными средствами.

*Практика:* Использование подручных и специальных средств, для защиты дыхательных путей и кожных покровов. Правила обработки кожных покровов и снаряжения после выхода из зоны заражения

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.22. Тема: «Первая помощь при радиационных поражениях»**

*Теория:* Терминология. Понятие радиации и ее влияние на человека.

*Практика:* Защита от различных видов излучения подручными и специальными средствами.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.23.Тема: «Понятие о шоке. Первая помощь раненым и пострадавшим, находящимся в шоковом состоянии»**

*Теория:* Терминология. Понятие шок. Неотложные меры при шоковом состоянии.

*Практика:* Оказание первой доврачебной помощи при шоковом состоянии. Использование подручных средств.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

**5.24.Тема: «Уход за ранеными в ходе эвакуации»**

*Теория:* Понятие эвакуации и самоэвакуации. Красная, желтая, зеленая зона и работа в них. Правила ухода за раненым.



*Практика:* Тренировка навыков по самоэвакуации и эвакуации подразделением из различных зон по действиям инструктора. Уход за пострадавшими.

**Формы занятия:** учебно-тренировочное занятие.

## 1.4. Планируемые результаты

### **Личностные результаты:**

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях;
- овладение умениями и навыками личной гигиены и закаливания;
- проявление познавательных интересов и активности в области военной подготовки;
- овладение навыками определения симптомов и правилами оказания первой медицинской помощи при травмах;
- овладение понятийно-терминологическим аппаратом по каждой теме программы;
- формирование способностей применять теоретические знания в практическую деятельность;

### **Метапредметные результаты:**

- умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми;
- технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение организовывать тренировочное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом 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.

### **Предметные результаты:**

- знает права и обязанности военнослужащего, согласно воинским уставам, социальные гарантии государства перед военнослужащим, условия и специфику прохождения службы в различных климатических поясах;
- выполнение строевых приёмов;

- знание правил стрельбы, успешно стреляет по мишеням, умело разбирает и собирает учебный автомат согласно своим индивидуальным нормативам;
- знает основные виды оружия массового поражения (ядерное, химическое, бактериологическое), правила безопасного поведения;
- умеет обращаться с средствами индивидуальной защиты;
- знакомство с историей Вооруженных Сил и силовых структур России;
- производить неполную разборку и сборку автомата Калашникова, стрелять из различных видов оружия.

## **РАЗДЕЛ № 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ**

### **2.1. Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение**

Для успешной реализации данной программы необходимо иметь:

- спортивный зал (размеры 12 x 24 м);
- уличную спортивную площадку.

Для проведения теоретических занятий и просмотра видеофильмов необходим учебный класс, оборудованный видеопроектором, компьютером и телевизором.

Комплект спортивных карт различной местности, знаки контрольных пунктов, разметка для маркировки трасс различных цветов, компаса, канаты, учебные плакаты по спортивному ориентированию, секундомеры, аптечка.

Интернет, для проведения теоретических занятий в дистанционном режиме

#### **Оборудование по разделу программы «Прикладная физическая подготовка»**

- спортивный зал,
- атлетические тренажеры,
- учебные видеофильмы.

#### **Оборудование по разделу программы «Основы военной подготовки»**

- уставы ВС РФ,
- плац.

## **Оборудование по разделу программы «Основы огневой подготовки и стрелкового оружия»**

- макеты: автомата Калашникова, пистолета Макарова,
- лазерный тир (для стрельбы 3 человек),
- наглядные пособия.

## **Оборудование по разделу программы «Медицинская подготовка»**

- макет человека,
- наглядные пособия,
- аптечка, шины.

### **2.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение.**

Структура учебного занятия включает в себя теоретическую, практическую (физическую), психологическую подготовку и воспитательную работу.

#### **Методы и принципы, используемые на занятиях.**

##### **Общепедагогические:**

- словесные (беседа, рассказ, объяснение, описание);
- наглядные (показ, рассказ, объяснение задания, видеоматериалы, наглядные пособия, примеры);
- принцип доступности (подбор упражнений согласно возрасту обучающихся и уровню подготовленности);
- принцип последовательности (от простого к более сложному).

##### **Практические:**

- выполнение строго регламентированного задания;
- освоение техники;
- воспитание и совершенствование физических качеств;
- понимание значимости программы и устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- разучивание блоков по частям и в целом;
- принцип систематичности (регулярность посещения занятий);
- принцип осознанности и активности.

### 2.3. Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	1 год	
Продолжительность учебного года	36	
Количество учебных дней	70	
Продолжительность учебных периодов	1-ое полугодие	16.09.2024-30.12.2024
	2-ое полугодие	09.01.2025-31.05.2025
Возраст детей	12-17	
Продолжительность занятия	2 часа	
Режим занятия	2 раза/нед.	
Годовая учебная нагрузка	108	

### 2.5. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Месяц	Тема
1.	В течение учебного года	Организация и проведение бесед с обучающимися
2.	Ежемесячно	Работа с родителями обучающихся (консультации, беседы)
3.	Согласно плана спортивно-массовых мероприятий	Организация, проведение и участие обучающихся в спортивно-массовых мероприятиях, конкурсах и соревнованиях.
4.	По отдельному графику	Проведение открытых занятий
5.	В течении учебного года	Патриотическое воспитание

План воспитательной работы ежегодно размещается на сайте учреждения.

## Список литературы

1. Боевые традиции Вооружённых сил. Символы воинской части: Учебное пособие по разделу «Основы военной службы»: А.В. Воронин.- М: «Ампресс» 2001.
2. Защита от чрезвычайных ситуаций М.А. Петров. – М: Военные знания, 2002.«Основы безопасности жизнедеятельности».
3. Безопасность жизнедеятельности: Сборник нормативных документов по подготовке учащейся молодежи в области защиты от чрезвычайных ситуаций. М.: АСТ, 1998. Бэрри Дэвис
4. Военно-медицинская подготовка. Издание второе, переработанное и дополненное. Редакция академика АМН СССР Ф.И.Комарова. Москва, "Медицина",1989
5. Петров С.В., Бубнов В.Г. Первая помощь в экстремальных ситуациях: Практическое пособие. М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2000.
6. Патриотизм народов России: традиции и современность. – М.: РВЦ, 2007.