

Министерство образования Самарской области
государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Самарской области

**«СТРОИТЕЛЬНО-ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ
(ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ КАМПУС)
ИМ. П. МАЧНЕВА»**

Принята на заседании
методического совета

Протокол № 3
«22» апреля 2025г.



Утверждаю
Директор ГАПОУ «СЭК
им. П. Мачнева»

/В.И.Бочков/

Приказ № 215-98 от «23» 06 2025г

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Защитник (военно-патриотический клуб)»**

Направленность: социально-гуманитарная

Возраст обучающихся 15 -18 лет

Срок реализации: 1 год.

Разработчик:
Тарасов А.Г.
преподаватель-организатор ОБЖ
ГАПОУ «СЭК им. П.Мачнева»

Самара, 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

I.	Пояснительная записка.....	3 стр.
II.	Учебный план	9 стр.
III.	Учебно-тематический план.....	10 стр.
IV.	Содержание программы.....	14 стр.
V.	Ресурсное обеспечение программы.....	23 стр.
VI.	Материально-техническое оснащение.....	24 стр.
VII.	Список используемой литературы.....	24 стр.
VIII.	Приложение. Календарный учебный график.....	26 стр.

Краткая аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Защитник (военно-патриотический клуб)» (далее - Программа) предназначена для студентов 15-18 лет, проявляющих интерес к истории Вооруженных Сил Российской Федерации, начальной военной подготовке, службе в рядах российской армии, занятиям военно-прикладными видами спорта.

В результате обучения студенты овладеют более глубокими знаниями в области истории Вооруженных Сил России, ее организационной структуры, навыками выполнения нормативов по строевой, огневой, тактической, физической, военно-медицинской подготовке, а также применению средств индивидуальной защиты.

I. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Защитник (военно-патриотический клуб)» имеет социально-гуманитарную направленность.

Актуальность программы

Программа представляет студенту возможность познакомиться с особенностями порядка и условиями прохождения военной службы по призыву и по контракту, основными направлениями подготовки военнослужащих.

Данная программа создает условия для развития у обучающихся основных личных качеств, необходимых для будущих защитников Отечества.

Во время занятий по программе у них формируется чувство глубокого уважения к истории России, гордости ее Вооруженными Силами, позитивное отношение к службе в рядах российской армии.

В результате этих занятий студенты достигают значительных успехов в выполнении основных нормативов по начальной военной подготовке.

Таким образом, дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Защитник (военно-патриотический клуб)» призвана повысить интерес обучающихся к военной службе и военным профессиям в процессе патриотического воспитания.

Отличительные особенности программы

Основная идея программы заключается в том, что она направлена не только на освоение теоретического материала и расширение кругозора в области знаний по начальной военной подготовке, но предусматривает развитие практических навыков и физических качеств обучающихся, а также овладение специальными профессиональными знаниями, необходимыми для будущего защитника Отечества.

Своеобразие программы «Защитник (военно-патриотический клуб)» заключается в использовании на занятиях преподавателем личного опыта

участия в боевых действиях, при проведении контртеррористической операции на Северном Кавказе, а также привлечения к проведению занятий действующих военнослужащих, а также участников специальной военной операции в Сирии и на территории Украины. В содержание программы включены занятия по основным видам подготовки военнослужащих, а также по обучению действиям в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Занятия проводятся в группе численностью от 15 человек. Возможен добор обучающихся в группу в течение учебного года.

Форма организации обучающихся на занятиях: групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная. Специального отбора обучающихся в группы не предусмотрено. В исключительных случаях предусмотрено дистанционное обучение с применением облачного хостинга Moodle Cloud на площадке учебного заведения.

Педагогическая целесообразность

В данной программе применяются следующие технологии:

- информационно – коммуникационная;
- развития критического мышления;
- проектная;
- здоровьесберегающая;
- проблемного обучения;
- игровая.

Они позволяют сделать обучение индивидуализированным, доступным, вариативным, а использование различных форм образовательной деятельности позволяет достичь поставленных целей.

Цель программы: обобщенный результат, который обучающийся достигнет по окончании программы.

Для успешной реализации поставленной цели необходимо решить следующие *задачи:*

- обучающие:
 - расширить круг знаний по истории России, ее Вооруженных Сил, организационной структуре российской армии, ее технике и вооружении;
 - систематизировать знания о порядке прохождения военной службы и порядке поступления в военно-учебные заведения ВС РФ;
 - стимулировать обучающихся к занятиям физической культурой и военно-прикладными видами спорта;
 - сформировать у обучающихся потребность в ведении здорового образа жизни;
 - закрепить в самостоятельной деятельности умение правильно действовать в условиях возникновения чрезвычайных ситуаций различного характера;
 - содействовать овладению знаниями по порядку выполнения и умениями по практической отработке основных практических нормативов по начальной военной подготовке;
- развивающие:

- продолжать развивать навыки и умения, необходимые для службы в Вооруженных силах РФ, а также при действиях в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях;
 - развивать познавательный интерес к современным видам оружия и боевой техники ВС РФ;
 - развивать самостоятельность при решении поставленных задач;
 - формировать умение работать в команде;
 - способствовать развитию основных физических качеств: силы, ловкости, быстроты, выносливости);
 - развивать интерес к подготовке и проведению мероприятий по увековечению памяти защитников Отечества на основе принципов гражданственности и патриотизма.
- воспитательные:
 - формирование российской гражданской идентичности, уважения к своему народу, памяти защитников Родины и боевым подвигам Героев Отечества, гордости за свою Родину и Вооружённые Силы Российской Федерации, прошлое и настоящее многонационального народа России, российской армии и флота;
 - воспитание ценностного отношения к государственным и военным символам, историческому и природному наследию, дням воинской славы, боевым традициям Вооружённых Сил Российской Федерации, достижениям России в области обеспечения безопасности жизни и здоровья людей;
 - формирование чувства ответственности перед Родиной, идейная убежденность и готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;
 - воспитание потребности к систематическим занятиям физической культурой и спортом, ведению здорового образа жизни, к труду как первой и важнейшей жизненной необходимости;
 - воспитание ответственного отношения к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России;

Возраст обучающихся

Программа адресована обучающимся возрастной возрастной 15 -18 лет. Набор в группы осуществляется на добровольной основе, то есть принимаются все желающие заниматься (в случае каких-либо ограничений для занятий указываются эти ограничения, делается ссылка на необходимость прохождения, к примеру, медицинского осмотра, или замена вида деятельности).

Сроки реализации

Программа рассчитана на 1 год обучения, всего 146 часов.

Формы организации деятельности: групповая, индивидуальная.

Формы обучения: очная, используются теоретические, практические, комбинированные, а также предусмотрено проведение занятий дистанционно.

Виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают: беседы, практические занятия, игры, конкурсы, экскурсии, соревнования, самостоятельную работу, участие в массовых воспитательных мероприятиях и военно-патриотических акциях.

Режим занятий

Занятия по программе ««Защитник (военно-патриотический клуб)»» проводятся 2 раза в неделю. Исходя из санитарно-гигиенических норм, продолжительность часа занятий для учащихся 15-18 лет - 45 минут.

Ожидаемые результаты

Предметные

студент будет:

- иметь: представления о роли России в современном мире, угрозах военного характера, роли вооружённых сил в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы, прав и обязанностей гражданина в области обороны;
- знать: Дни воинской славы России, известных полководцев России, структуру Вооруженных Сил РФ, основные виды боевой техники и вооружения российской армии, традиции, символы и ритуалы ВС РФ;
- уметь: выполнять основные нормативы по начальной военной подготовке;

Метапредметные:

- регулятивные УУД

студент научится:

- планировать и организовывать личную деятельность;
- правильно определять цели и пути их достижения;
- познавательные УУД.

студент научится:

- анализировать, сравнивать, группировать получаемую информацию;
- находить ответы на поставленные вопросы;
- коммуникативные УУД.

студент научится:

- участвовать в диалоге с педагогом и товарищами-воспитанниками клуба;
- оформлять свои мысли и формулировать в виде вопросов;
- отвечать на вопросы по темам занятий программы «ВПК «Защитник»;
- участвовать в парной (групповой, командной) работе в ходе проведения практических занятий;
- уметь обосновывать личную точку зрения;

Личностные

У студента будут сформированы:

- мотивация к прохождению военной службы, исполнению своего гражданского долга;
- познавательный интерес к истории, организационной структуре Вооруженных Сил РФ;
- установка на ведение здорового образа жизни, активному участию в допризывной подготовке;

- основы межличностной и межнациональной культуры общения;
- чувства гордости за свою Родину-Россию и ее Вооруженные Силы;
- активная гражданская позиция.

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по трем уровням: высокий (от 80 до 100% освоения программного материала), средний (от 51 до 79% освоения программного материала), низкий (менее 50% освоения программного материала).

Оценочные материалы, пакет диагностических методик, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов представлен в приложении 2 к программе.

Уровни освоения	Результат
Высокий уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют высокую заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают отличное знание теоретического материала и в выполнении практических нормативов.
Средний уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание Программы. На итоговом тестировании показывают хорошее знание теоретического материала и в выполнении практических нормативов.
Низкий уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают недостаточное знание

теоретического материала,
выполнение практических
нормативов не соответствует
требованиям.

Механизм оценивания практических умений и навыков (применяется балльная система):

Оценка «5»

1. учащийся выполняет практические действия (нормативы) в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности;
2. самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование;
3. все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов;
4. допускает не более 1-2 недочета, которые легко исправляет самостоятельно.
5. результат выполнения нормативов имеет высокое значение.

Оценка «4»

1. учащийся выполняет практические действия (нормативы) в полном объеме с соблюдением последовательности действий,
2. самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование;
3. допускает неточности при выполнении и способен обнаружить и исправить их по требованию педагога;
4. соблюдает требования правил техники безопасности;
5. не выходит за рамки среднего показателя нормативов.

Оценка «3»

1. испытывает затруднения в применении знаний при практических действиях, путается в последовательности действий;
2. допускает ошибки при выполнении практических действий, и способен обнаружить и исправить их только при помощи со стороны.
3. соблюдает требования правил техники безопасности.
4. выполнение нормативов имеет значение ниже среднего.

Во всех случаях оценка снижается на один балл, если обучающийся нарушал правила техники безопасности.

Формы подведения итогов

- 1) Опрос и тестирование проводятся для оценки уровня теоретических знаний (текущий контроль).
- 2) Зачет в форме выполнения нормативов по строевой, физической, огневой подготовке и РХБЗ (промежуточный и итоговый контроль).
- 3) Размещение материалов участия обучающихся в мероприятиях патриотической направленности, проводимых на различных уровнях, на сайте ГАПОУ «СЭК им. П.Мачнева».

Для подведения итогов в программе также используются военно-спортивные соревнования, военно-исторические олимпиады, конкурсы военно-патриотической направленности, документальные формы подведения итогов реализации программы отражают достижения каждого обучающегося, к ним относится портфолио обучающихся.

II. Учебный план

№	Наименование раздела	Кол-во часов		
		всего	теория	практика
1	Общественно-государственная подготовка	20	20	-
2	Общевоинские уставы	18	18	-
3	Основы военно-прикладной физической подготовки	25	4	21
4	Основы защиты от оружия массового поражения (ЗОМП)	13	8	5
5	Основы военно-медицинской подготовки	16	3	13
6	Основы строевой подготовки	20	4	16
7	Основы огневой подготовки	34	13	21
	Итого:	146	70	76

III. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Кол-во часов			Форма подведения итогов
		всего	теория	практика	
1	Общественно-государственная подготовка	20	20	-	Итоговый тест
1.1.	Вводное занятие. Цели, задачи, история и традиции военно-патриотического клуба «Защитник им. В.П. Чуйко»	2	2	-	Опрос
1.2.	История создания Вооруженных Сил России	2	2	-	Работа с таблицей
1.3.	Основные этапы военных реформ Вооруженных сил России и их основное содержание	2	2	-	опрос
1.4.	Выдающиеся полководцы России	2	2	-	Опрос, реферат
1.5.	Дни воинской славы и памятные даты России	2	2	-	Работа с таблицей
1.6.	Боевые традиции Вооруженных сил России	2	2	-	Опрос
1.7.	Воинские ритуалы, их классификация и содержание	2	2	-	Тестирование
1.8.	Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части. Военная форма одежды.	2	2	-	Тестирование
1.9.	Наградная система Российской Федерации. Ордена и медали – награды за заслуги в бою и военной службе	2	2	-	Опрос
1.10.	Воинские звания и знаки различия в Вооруженных Силах России	2	2	-	Тестирование
2	Общевоинские уставы	18	18	-	Итоговый тест
2.1.	Устав внутренней службы ВС РФ о вопросах безопасности военной службы	2	2		Устный опрос

2.2.	Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих	2	2		Устный опрос
2.3.	Взаимоотношения между военнослужащими. Единоначалие-основной принцип строительства Вооруженных Сил России	2	2	-	Устный опрос
2.4.	Распределение времени и повседневный порядок	2	2	-	Устный опрос
2.5.	Воинская дисциплина, поощрения и взыскания	2	2	-	Работа с таблицей
2.6.	Военная присяга и порядок приведения военнослужащих к Военной присяге	1	1	-	Устный опрос
2.7.	Суточный наряд. Права и обязанности лиц суточного наряда	2	2	-	Устный опрос
2.8.	Организация гарнизонной и караульной службы	3	3	-	Работа с таблицей
2.9.	Виды ответственности военнослужащих	2	2	-	Тестирование
3	Основы военно-прикладной физической подготовки	25	4	21	зачет
3.1.	Меры безопасности на занятиях по физической подготовке	1	1	-	Устный опрос
3.2.	Методика и порядок выполнения комплексных упражнений физической зарядки в ВС РФ	2	1	1	зачет
3.3.	Методика и порядок выполнения силовых упражнений. Подтягивание и выполнение упражнения «Подъем переворотом»	4	-	4	зачет
3.4.	Спортивные и подвижные игры	4	-	4	зачет
3.5.	Основы рукопашного боя	4	1	3	зачет

3.6.	Спортивное ориентирование	2	1	1	зачет
3.7.	Метание гранаты на дальность и точность	2	-	2	зачет
3.8.	Спортивное метание ножа	4	-	4	зачет
3.9.	Преодоление препятствий и ускоренное передвижение	2	-	2	зачет
4.	Основы защиты от оружия массового поражения (ЗОМП)	13	8	5	зачет
4.1.	Оружие массового поражения и их основные поражающие факторы	2	2	-	Устный опрос, работа с таблицей
4.2.	Средства индивидуальной защиты, их классификация.	1	1	-	тестирование
4.3.	Порядок выполнения норматива по надеванию индивидуальных средств защиты органов дыхания и кожи	4	1	3	зачет
4.4.	Приборы радиационной и химической разведки, дозиметрического контроля.	2	2	-	Устный опрос
4.5.	Приемы и способы действия на зараженной местности	2	1	1	Устный опрос
4.6.	Порядок проведения частичной специальной обработки	2	1	1	Устный опрос
5.	Основы военно-медицинской подготовки	16	3	13	
5.1.	Общая гигиена военнослужащего	1	1	-	Устный опрос
5.2.	Средства индивидуального медицинского обеспечения	1	1	-	Устный опрос
5.3.	Оказание первой помощи в бою. Тактическая медицина	11	1	10	тест
5.4.	Розыск раненных на поле боя. Вынос и вывоз раненных с поля боя.	3	-	3	зачет

6.	Основы строевой подготовки	20	4	16	зачет
6.1.	Основные теоретические положения Строевого Устава ВС РФ	2	2	-	тестирование
6.2.	Общие обязанности военнослужащего перед построением и в строю	2	2	-	Устный опрос
6.3.	Строевые приемы и движения без оружия	6	-	6	зачет
6.4.	Строевые приемы и движения в составе подразделения	4	-	4	зачет
6.5.	Прохождение торжественным маршем в составе подразделения.	4	-	4	зачет
6.6.	Строевой смотр и порядок его проведения.	2	-	2	зачет
7.	Основы огневой подготовки	34	13	21	зачет
7.1.	Меры безопасности при обращении с оружием и при выполнении стрельб	1	1	-	Устный опрос
7.2.	Современные виды автоматического оружия и их основные ТТХ.	2	2	-	презентация
7.3.	Автомат Калашникова, состав, устройство, основные ТТХ	2	2	-	Тест, работа с таблицей
7.4.	Отработка выполнения норматива по неполной разборке и сборке автомата АК-74	6	-	6	зачет
7.5.	Порядок выполнения норматива по снаряжению магазина автомата патронами 5,45 мм и 7,62 мм.	4	-	4	зачет
7.6.	Действия по командам: «К бою», «Заряжай», «Оружие к осмотру», «Огонь», «Стой». Формы докладов	2	-	2	Устный опрос
7.7.	Основные приемы и правила стрельбы	2	1	1	Устный опрос
7.8.	Выполнение практических стрельб из пневматического	6	-	6	зачет

	оружия				
7.9.	Ручные гранаты, их классификация и устройство. Порядок подготовки к броску.	4	2	2	тест
7.10.	Основные виды вооружения и боевой техники, состоящие на вооружении российской армии	5	5	-	Реферат, презентация
	Всего	146	70	76	

IV. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Общественно-государственная подготовка

Занятие 1.1. Теория (2 часа) **Вводное занятие. Цели, задачи, история и традиции военно-патриотического клуба «Защитник им. В.П. Чуйко»**

История создания и основные традиции клуба. Основные требования к воспитаннику при прохождении обучения в клубе, порядок проведения занятий, другие направления работы. Гордимся именами: М.Т. Гарнизова, П.П. Мачнева, В.П. Чуйко

Занятие 1.2. Теория (2 часа) **История создания Вооруженных Сил России.**

История Вооруженных сил Российской Федерации — Русской, Красной, Советской, Российской армии. Исторический опыт и уроки военного формирования России. Организационная структура Вооруженных Сил России.

Занятие 1.3. Теория (2 часа) **Основные этапы военных реформ Вооруженных сил России и их основное содержание**

Знакомство с основными военными реформами в России. Военные реформы Ивана IV Грозного в середине шестнадцатого века. Военные реформы Петра I. Создание регулярной армии и флота. Военные реформы 1862 -1874 годов в России. Военные реформы российского правительства в 1905-1912 годах. Основное содержание военной реформы 1924 - 1925 годов.

Занятие 1.4. Теория (2 часа) **Выдающиеся полководцы России**

Биографические сведения о жизни и заслугах великих полководцев (Вещий Олег, Князь Святослав, Александр Невский, Дмитрий Донской, Б. Шереметьев, И. Долгоруков, А.Румянцев, А. Суворов, Ф.Ушаков, М. Кутузов, Барклай де Толли, П. Багратион, П.Нахимов, М. Скобелев, А.Брусилов, М. Фрунзе, В.Блюхер, С. Буденный, Г.Жуков, К. Рокоссовский, И.Конеv).

Занятие 1.5. Теория (2 часа) **Дни воинской славы и памятные даты России**

Федеральный Закон РФ «О днях воинской славы и памятных днях России». Изучение перечня дней воинской Славы и памятных дней России. Знакомство с днями Видов и родов войск Вооруженных Сил России

Занятие 1.6. Теория (2 часа) **Боевые традиции Вооруженных сил России**

Понятие «боевые традиции», их виды и классификация. Любовь к земле предков, к своему Отечеству, постоянная готовность выступить на его защиту. Верность Военной присяге, Боевому знамени и Военно-морскому флагу. Героизм, стойкость и мужество. Самоотверженность и самопожертвование в бою ради достижения общей победы. Личный пример командира в бою, забота о сохранении жизни подчиненных при ведении боевых действий. Взаимная выручка, боевое братство и войсковое товарищество. Уважение к командиру и его защита в бою. Верность союзническому долгу. Отдание воинских почестей военнослужащим, погибшим в бою. Гуманное отношение к поверженному врагу, населению стран противника и пленным.

Занятие 1.7. Теория (2 часа) **Воинские ритуалы, их классификация и содержание**

Основное понятие «воинские ритуалы». Классификация воинских ритуалов. Принятие Военной Присяги, утренний осмотр, вечерняя поверка, вручение государственных наград, военный парад, развод суточного наряда и караула.

Занятие 1.8. Теория (2 часа) **Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части. Военная форма одежды.**

Основное понятие «воинские символы». Боевое знамя части. Военная форма одежды, ее основные виды и классификация.

Занятие 1.9. Теория (2 часа) **Наградная система Российской Федерации. Ордена и медали – награды за заслуги в бою и военной службе**

История создания наградной системы России. Ордена Российской империи, Советского Союза и современной России. Статут наград. Порядок ношения.

Занятие 1.10. Теория (2 часа) **Воинские звания и знаки различия в Вооруженных Силах России**

Понятие «воинское звание», история возникновения воинских званий. Составы военнослужащих и воинские звания в Сухопутных войсках и Военно-Морском Флоте России.

Раздел 2. Общевоинские Уставы

Занятие 2.1. Теория (2 часа) **Устав внутренней службы ВС РФ о вопросах безопасности военной службы**

Общевоинские Уставы – основной закон жизни военнослужащих. Указ Президента РФ от 10.11.2007 N 1495 «Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации». Общевоинские Уставы, история создания, состав, основное содержание. Вопросы безопасности военной службы в Уставе внутренней службы ВС РФ. Обязанности военнослужащих по обеспечению безопасности.

Занятие 2.2. Теория (2 часа) Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих.

Устав внутренней службы ВС РФ о правах, обязанностях и ответственности военнослужащих. Общие, должностные и специальные обязанности.

Занятие 2.3. Теория (2 часа) Взаимоотношения между военнослужащими. Единоначалие-основной принцип строительства Вооруженных Сил России

Устав внутренней службы ВС РФ о порядке взаимоотношений военнослужащих. Старшие и младшие. Начальники и подчиненные. Порядок отдачи и выполнения приказаний. Принцип «единоначалия»

Занятие 2.4. Теория (2 часа) Распределение времени и повседневный порядок

Устав внутренней службы ВС РФ о внутреннем порядке, распорядке дня, регламенте служебного времени. Распределение времени. Основные мероприятия распорядка дня. Мероприятия по поддержанию повседневного внутреннего порядка. Размещение военнослужащих. Содержание помещений и территории. Размещение в населенных пунктах. Распределение времени и внутренний порядок в повседневной деятельности военнослужащих. Подъем, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия. Завтрак, обед и ужин. Выезд за пределы гарнизона. Увольнение из расположения полка. Убытие за территорию закрытых военных городков. Отправление и следование подразделений (команд). Посещение военнослужащих.

Занятие 2.5. Теория (2 часа) Воинская дисциплина, поощрения и взыскания

Дисциплинарный Устав ВС РФ и его основные положения. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Обязанности военнослужащего по соблюдению воинской дисциплины. Применяемые поощрения и налагаемые на солдат дисциплинарные взыскания.

Занятие 2.6. Теория (2 часа) Военная присяга и порядок приведения военнослужащих к Военной присяге.

Текст военной присяги. История и значение принятия военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к Военной присяге.

Занятие 2.7. Теория (2 часа) Суточный наряд. Права и обязанности лиц суточного наряда

Устав внутренней службы ВС РФ об организации внутренней службы. Состав и назначение суточного наряда по полку. Наряд на работы. Дежурное подразделение. Порядок назначения нарядов по службе и отчетность

по ним. Подготовка суточного наряда. Развод суточного наряда. Дежурный по полку. Помощник дежурного по полку. Дежурный по контрольно-пропускному пункту. Помощник дежурного по контрольно-пропускному пункту. Дежурный по батальону (по подразделениям обеспечения полка). Дежурный по роте. Дневальный по роте. Дежурный по столовой. Дежурный фельдшер по медицинскому пункту. Дневальный по медицинскому пункту. Дежурный по штабу полка. Пожарный наряд. Дежурный сигналист-барабанщик. Обязанности дежурного и дневального по роте.

Занятие 2.8. Теория (2 часа) Организация гарнизонной и караульной службы

Устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ. Основные понятия «гарнизон», «караул». Состав внутреннего караула по полку. Обязанности часового, караульного, разводящего.

Занятие 2.9. Теория (2 часа) Виды ответственности военнослужащих

Виды ответственности военнослужащих за дисциплинарные проступки и административные правонарушения, уголовные преступления против военной службы. Материальная ответственность военнослужащих.

Раздел 3. Основы военно-прикладной физической подготовки.

Занятие 3.1. Теория (1 час) Меры безопасности на занятиях по физической подготовке

Доведение общих требований по обеспечению безопасности при организации и проведении занятий по военно-прикладной физической подготовке. Мера безопасности в гимнастике, при проведении спортивных игр, спортивном ориентировании.

Занятие 3.2. Теория (1 час). Практическое занятие (1 час) Методика и порядок выполнения комплексных упражнений физической зарядки в ВС РФ

Разучивание и тренировка в выполнении 1 и 2 комплекса вольных упражнений по физической подготовке для военнослужащих.

Занятие 3.3. Практическое занятие (4 часа) Методика и порядок выполнения силовых упражнений. Подтягивание и выполнение упражнения «Подъем переворотом».

Практические тренировки по выполнению нормативов по подтягиванию хватом сверху и подъема переворотом. Порядок и условия правильного выполнения упражнения. Зачет

Занятие 3.4. Практическое занятие (4 часа) Спортивные и подвижные игры

Баскетбол, волейбол, мини-футбол. Эстафеты, игровые задания с использованием строевых упражнений. Челночный бег.

Занятие 3.5. Теория (1 час) Практическое занятие (3 часа) Основы рукопашного боя

Изучение основных элементов рукопашного боя. Правила безопасности при проведении тренировок. Изготовки к бою без оружия. Передвижения в боевой стойке. Приемы самостраховки. Захваты, уклонения, броски, отражение нападения со стороны противника. Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н). Основы самообороны на улице. Самооборона в замкнутом пространстве. Действия при нападении с пистолетом или ножом. Как освободиться от захвата и удушения? Ответственность при самообороне. Простые и эффективные приемы самообороны. Примеры самообороны без оружия.

Занятие 3.6. Теория (1 час) Практическое занятие (1 час) **Спортивное ориентирование**

Спортивное ориентирование как вид спорта. История, разновидности. Правила, экипировка. Особенности дистанции. Правила чтения карты. Азимут, компас. Разбор дистанции. Тренировка глазомера. Идеомоторная тренировка. Комплексные упражнения.

Занятие 3.7. Практическое занятие (2 часа) **Метание гранаты на дальность и точность**

Порядок и условия выполнения норматива по метанию гранаты на точность и дальность. Порядок хвата, бросок, укрытие.

Занятие 3.8. Практическое занятие (4 часа) **Спортивное метание ножа**

Меры безопасности при спортивном метании ножа. Основные хватки для броска. Хват за лезвие, за рукоятку ножа, положения и приемы бросков. Дистанции для бросков.

Занятие 3.9. Практическое занятие (2 часа) **Преодоление препятствий и ускоренное передвижение**

Полоса препятствий и ее элементы. Порядок преодоления полосы препятствий и отдельных ее элементов.

Раздел 4. Основы защиты от оружия массового поражения (ЗОМП)

Занятие 4.1. Теория (2 часа) **Оружие массового поражения и их основные поражающие факторы**

Ядерное оружие. Понятие о нем и его боевых свойствах. Виды ядерных взрывов и их отличия по внешним признакам. Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва и их воздействия на организм человека, боевую технику и сооружения. Способы защиты личного состава и боевой техники: рассредоточение и маскировка, использование защитных свойств местности, техники, окопов, траншей и других сооружений, средств индивидуальной и коллективной защиты.

Химическое оружие, способы и признаки его применения. Основные свойства и воздействие на организм человека отравляющих веществ нервно-паралитического, кожно-нарывного, общеядовитого, удушающего, психохимического и раздражающего действия. Способы обнаружения

отравляющих веществ противника и защита от них. Антидоты и порядок их использования. Оказание само- и взаимопомощи при поражениях.

Биологическое оружие. Способы и признаки его применения. Основные свойства бактериальных (биологических) средств противника, их воздействие на организм человека, животных и растения. Особенности поражающего действия токсинов. Защита от бактериологического (биологического) оружия. Правила поведения личного состава в очагах поражения.

Занятие 4.2. Теория (1 час) Средства индивидуальной защиты, их классификация.

Средства индивидуальной защиты и их классификация

Средства защиты органов дыхания и кожи. Назначение и устройство фильтрующего противогаза и респиратора. Подбор лицевой части, сборка, проверка исправности, укладка противогаза и респиратора в сумку. Предохранение стекол очков от запотевания и замерзания. Правила пользования противогазом и респиратором, надевание противогаза на раненого. Проверка исправности противогаза, пользование неисправным противогазом, замена неисправного противогаза на исправный. Правила пользования средствами защиты органов дыхания от окиси углерода (КДП, ДП-1), защитными очками (ОПФ).

Назначение, состав и правила пользования общевойсковым защитным костюмом (ОЗК), костюмом защитным световым (КЗС), и костюмом защитным пленочным (КЗП). Назначение, состав, надевание, снятие, укладка и переноска общевойскового защитного комплекта (ОЗК).

Занятие 4.3. Теория (1 час) Практическое занятие (3 часа) Порядок выполнения норматива по надеванию индивидуальных средств защиты органов дыхания и кожи

Правила пользования средствами индивидуальной защиты от последствий применения ядерного, биологического, химического оружия.

Надевание противогаза на время. Норматив № 3 «а» - надевание ОЗК в виде плаща. Применение правил пользования средствами индивидуальной защиты от последствий применения ядерного, биологического, химического оружия. Тренировка и выполнение норматива. Норматив № 3 «б» - надевание ОЗК в виде комбинезона. Применение правил пользования средствами индивидуальной защиты от последствий применения ядерного, биологического, химического оружия. Тренировка и выполнение норматива.

Обучение действиям по вспышке ядерного взрыва. Сигнал «Химическая тревога». Способы и цель подачи. Действия о сигналу.

Занятие 4.4. Теория (2 часа) Приборы радиационной и химической разведки, дозиметрического контроля

Приборы радиационной и химической разведки, дозиметрического контроля, их виды и порядок работы с ними. ДП 24, ДП 5Б, ВПХР. Принцип действия индивидуального дозиметра.

Занятие 4.5. Теория (1 час) Практическое занятие (1 час) **Приемы и способы действия на зараженной местности**

Комплекты знаков для обозначения зараженной местности. Приемы и способы действия на зараженной местности. Использование индивидуальных и коллективных средств защиты. Складки местности и естественные укрытия. Особенности их использования

Занятие 4.6. Теория (1 час) Практическое занятие (1 час) **Порядок проведения частичной специальной обработки**

Специальная обработка и порядок ее проведения. Приемы и способы частичной специальной обработки. Противохимический пакет и его состав.

Раздел 5. Основы военно-медицинской подготовки

Тема 5.1. Теория (1 час) **Общая гигиена военнослужащего.**

Устав внутренней службы о поддержании здоровья военнослужащих. Личная и коллективная гигиена. Выполнение правил гигиены в полевых условиях. Предупреждение инфекционных заболеваний.

Тема 5.2. Теория (1 час) **Средства индивидуального медицинского обеспечения**

Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка индивидуальная (АИ-1М и АИР-3), аптечка войсковая (АВ), пакет перевязочный индивидуальный (ППИ и АВ-3), пакет противохимический индивидуальный (ИПП-10 и ИПП-11). Предназначение, порядок и правила пользования.

Тема 5.3. Теория (1 час) Практическое занятие (10 часов) **Оказание первой помощи в бою. Тактическая медицина.**

Общие правила оказания первой помощи. Действия при потере сознания. Понятие о повязке и перевязке. Правила наложения повязок. Первая помощь при поражении электрическим током, при утоплении, при удушье.

Виды кровотечений. Способы временной остановки кровотечений.

Признаки ушибов, вывихов, переломов, растяжений. Виды переломов. Общие симптомы, последствия.

Воздействие холода на организм. Защитная реакция организма. Оказание первой помощи при замерзании. Тяжесть обморожения. Оказание первой помощи при обморожении. Виды и степени ожогов. Оказание первой помощи при ожогах.

Порядок оказания первой помощи при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, верхние и нижние конечности.

Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, живот, верхние и нижние конечности.

Первая помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя для иммобилизации переломов костей.

Признаки клинической и биологической смерти. Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

Оказание первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях. Ожоги, причины возникновения, признаки и классификация. Отморожения, переохлаждения, ознобления и замерзание: причины, признаки, классификация.

Первая помощь при утоплении, солнечном и тепловом ударе. Оказание первой медицинской помощи при отравлении техническими жидкостями и поражении электрическим током. Меры безопасности при работе с ядовитыми жидкостями и электрическим током.

Тема 5.4. Практическое занятие (3 часа) **Розыск раненных на поле боя. Вынос и вывоз раненных с поля боя.**

Розыск раненных в зависимости от характера обстановки и местности днем и ночью. Укрытие и маскировка раненных на поле боя и оказание им первой помощи. Основные способы выноса (эвакуации) раненого с поля боя.

Раздел 6. Основы строевой подготовки.

Тема 6.1. Теория (2 часа) **Основные теоретические положения Строевого Устава ВС РФ**

Содержание Строевого Устава ВС РФ. Основные понятия: «строй», «шеренга», «колонна», «ряд», «фланг», «фронт», «тыльная сторона фронта» и др.

Тема 6.2. Теория (2 часа) **Общие обязанности военнослужащего перед построением и в строю**

Строевой Устав ВС РФ об общих обязанностях военнослужащего перед построением и в строю. Общие требования по уходу за внешним видом, организация ремонта обмундирования.

Тема 6.3. Практическое занятие (6 часов) **Строевые приемы и движения без оружия**

Строй. Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)». Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой и походный шаг. Повороты в движении. Отдание воинского приветствия на месте и в движении. Выход военнослужащего из строя и подход к начальнику. Возвращение в строй. Тренировка в выполнении строевых приемов без оружия.

Тема 6.4. Практическое занятие (4 часа) **Строевые приемы и движения в составе подразделения.**

Строй отделения, взвода. Выполнение построений и перестроений. Совершенствование слаженности подразделения в строю. Движения в составе подразделений на месте, походным шагом, торжественным маршем.

Тема 6.6. Практическое занятие (4 часа) **Прохождение торжественным маршем в составе подразделения.**

Практическая отработка прохождения торжественным маршем, без песни и с песней. Выполнение команд: «Смирно! Равнение на-право! (на-лево!»

Отдание воинских почестей при встрече лиц, в честь которых назначен почетный караул, и при открытии памятников. Отдание воинских почестей при погребении.

Тема 6.7. Практическое занятие (2 часа) **Строевой смотр и порядок его проведения.**

Проверка боеготовности личного состава. Порядок проведения строевого смотра. Команды на смотре строя. Методика проведения строевого смотра. Основные вопросы, подлежащие проверке при проведении строевого смотра.

Раздел 7. Основы огневой подготовки.

Тема 7.1. Теория (1 час) **Меры безопасности при обращении с оружием и при выполнении стрельб**

Правила обращения с оружием и боеприпасами. Правила поведения во время учебных стрельб. Обучение обращению с боевым ручным стрелковым оружием.

Тема 7.2. Теория (2 часа) **Современные виды автоматического оружия и их основные ТТХ.**

Обзор состоящих на вооружении российской армии пулеметов, автоматов, пистолетов, гранатометов. Ознакомление с основными видами автоматического стрелкового оружия зарубежных стран.

Тема 7.3. Теория (2 часа) **Автомат Калашникова, состав, устройство, основные ТТХ**

Легендарный конструктор Калашников М.Т. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Общее устройство, принцип работы частей и механизмов, основные тактико-технические характеристики автоматов АК 47, 74М, 105.

Тема 7.4. Практическое занятие (6 часов) **Отработка выполнения норматива по неполной разборке и сборке автомата АК-74**

Составные части и механизмы автомата Калашникова. Порядок выполнения норматива по неполной разборке/сборке автомата Калашникова АК 74М, АК 105.

Тема 7.5. Практическое занятие (4 часа) **Порядок выполнения норматива по снаряжению магазина автомата патронами 5,45 мм и 7,62 мм.**

Методика и приемы выполнения норматива. Практическая отработка норматива по снаряжению магазина автомата патронами 5,45 мм и 7,62 мм. из колодки и россыпью

Тема 7.6. Практическое занятие (4 часа) **Действия по командам: «К бою», «Заряжай», «Оружие к осмотру», «Огонь», «Стой». Формы докладов.**

Отработка практических действий при поступлении основных видов команд при организации и проведении стрельб. Команды «К бою», «Заряжай»,

«Оружие к осмотру», «Огонь», «Стой». Формы докладов. Изучение команд и тренировка по их выполнению.

Тема 7.7. Теория (1 час) Практическое занятие (1 час) **Основные приемы и правила стрельбы**

Явление выстрела, начальная скорость пули. Отдача оружия и угол вылета пули. Образование траектории, и ее элементы. Прямой выстрел: прикрытое, поражаемое и мертвое пространство, и их практическое значение. Нормальные (табличные) условия стрельбы. Влияние внешних условий на полет пули. Пробивное (убойное) действие пули. Основные правила и приемы стрельбы. Из положения «лежа», «с колена», «стоя». Порядок прицеливания.

Тема 7.8. Практическое занятие (6 часов) **Выполнение практических стрельб из пневматического оружия**

Осмотр и подготовка оружия и боеприпасов к стрельбе. Возможные задержки и неисправности оружия при стрельбе, способы их устранения.

Выполнение практических стрельб из пневматического оружия в тире. Пулевая и кроссовая стрельба. Снаряжение магазина автомата патронами и зарядание автомата. Изготовка к стрельбе и производство стрельбы (установка прицела и переводчика, прикладка, прицеливание, спуск курка, удержание автомата) из положения, лежа с руки и с упора. Прекращение стрельбы, разряжение и осмотр автомата после стрельбы. Особенности изготовки к стрельбе в горах. Изготовки для стрельбы с колена, стоя, с коротких остановок и с ходу по наземным и воздушным целям.

Тема 7.9. Теория (2 час) Практическое занятие (2 час) **Ручные гранаты, их классификация и устройство. Порядок подготовки к броску.**

Назначение, боевые свойства, общее устройство ручных осколочных наступательных, оборонительных и противотанковых гранат. Меры безопасности при обращении с гранатами.

Устройство и принцип срабатывания запала к гранатам (УЗРГМ). Основные недостатки при выполнении броска гранаты.

Тема 7.10. Теория (5 часов) **Основные виды вооружения и боевой техники, состоящие на вооружении российской армии**

Современные виды автоматического оружия и боевой техники вероятного противника, их назначение и ТТХ Обзор состоящих на вооружении иностранных армий пулеметов, автоматов, пистолетов, гранатометов, БТР, БМП, танков.

V. Ресурсное обеспечение программы

Информационно-методическое обеспечение включает в себя перечень:

- наглядных пособий и материалов;
- методической продукции по разделам программы;
- учебных и информационных ресурсов: учебно-методический комплекс (учебники, видеофильмы, рабочие тетради и т.п.); разработки из опыта работы;

Применяемые технологии и средства обучения и воспитания:

В образовательном процессе используются элементы педагогических технологий проектной деятельности, модульного обучения, игровые технологии, технология дифференцированного обучения, проблемно-поисковая технология, здоровьесберегающие технологии и др.

Средства обучения:

- визуальные: таблицы, карты, макеты;
- аудиальные: портативная колонка, музыкальные произведения;
- аудиовизуальные: телевизор, монитор, фильмы, видеосюжеты.

VI. Материально-техническое обеспечение

Занятия по программе проводятся на базе учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности». Занятия организуются в учебном кабинете, стрелковом тире, в спортивном зале, соответствующих требованиям СанПиН и техники безопасности.

В кабинетах имеется следующее учебное оборудование:

- 1) Компьютер с выходом в Интернет.
- 2) Принтер черно-белый, ксерокс.
- 3) Тир для проведения стрельб из пневматического оружия (в приспособленном подвальном помещении)
- 4) Стенды для пулевой и кроссовой стрельбы.
- 5) Спортивный зал со спортивным оборудованием (маты, скакалки, перекладина).
- 6) Средства индивидуальной защиты (противогазы, ОЗК).
- 7) Макеты массо-габаритные (ММГ) автомата Калашникова.
- 8) Медицинское имущество (перевязочные средства, шина проволочная (лестничная) для ног, шина проволочная (лестничная) для рук, шина фанерная длиной 1 м).
- 9) образцы военной формы одежды
- 10) Макеты ручных осколочных гранат.

VII. Список литературы и Интернет-ресурсов для обучающихся

Нормативные правовые акты

1. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. №2620-р.

5. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599

6. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.

7. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

Основные источники

1. Воспитание на пороге XXI века: реалии и перспективы/Г. А. Балыхин, М. Г. Балыхин, Т. М. Балыхина и др. ; под общей редакцией Н. Б. Карабущенко, Н. Л. Сунгуровой]. М.: Российский ун-т дружбы народов, 2016. 391с.
2. Меры безопасности при производстве стрельбы, поведение в тире. М.: РОСТО, 2016.
3. На службе Отечеству. Об истории Российского государства и его вооруженных силах, традициях, морально-психологических и правовых основах военной службы / Дайнес В.О.: М.: изд-во Русь, 2018. 256с.
4. Наставление по стрелковой подготовке. М., РОСТО, 1998. 642с.
5. Основы безопасности жизнедеятельности: Справочник школьника / В.П. Ситников: - М.: Слово, АСТ, Ключ – С, 2017. 163с.
6. Основы безопасности жизнедеятельности: Основы медицинских знаний и охрана здоровья: учебное пособие для учащихся 10-11 классов общеобразовательных школ / Е.Л. Вишневецкая, Н.К. Бирюкова, Т.И. Широкова: М.: Русское слово, 2016. 213с.
7. Патриотическое воспитание в школе/ Агапова И.А. М.: Айрис-пресс, 2002. 68с.
8. Патриотическое воспитание подрастающего поколения: Методическое пособие. - Воронеж: Л.А. Обухова, 2016. 84с.
9. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации. М.: Воениздат, 2015.

Дополнительная учебная литература

1. Военная история России. Учебник для Вузов/ под ред. Н.Б. Ачкасова. М.: изд-во ПИТЕР, 2018. 248с.
2. Основы медицинских знаний учащихся: Учебник для средних учебных заведений / под ред. М.Н. Гоголева. М.: Просвещение, 2016. 263с.
3. Сорокин, Ю.К. Атлетическая подготовка допризывника. М.: Советский спорт. 1990. 62с.
4. Учебно-методические материалы по начальной военной подготовке: Учебно-методическое пособие /Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Всероссийский государственный университет юстиции" (РПА Минюста России), [составители: В. Ф. Дергачев и др.]. Ижевск : Удмуртский ун-т, 2017. 278 с.

VIII. Календарный учебный график

Номер занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Календарные сроки изучения темы	Вид занятия
<i>Раздел 1. Общественно-государственная подготовка</i>				
1-2	Вводное занятие. Цели, задачи, история и традиции военно-патриотического клуба «Защитник им. В.П. Чуйко»	2	2 неделя сентября	Теоретическое занятие
3-4	История создания Вооруженных Сил России	2	2 неделя сентября	Теоретическое занятие
5-6	Основные этапы военных реформ Вооруженных сил России и их основное содержание	2	2 неделя сентября	Теоретическое занятие
7-8	Выдающиеся полководцы России	2	2 неделя сентября	Теоретическое занятие
9-10	Дни воинской славы и памятные даты России	2	3 неделя сентября	Теоретическое занятие
11-12	Боевые традиции Вооруженных сил России	2	3 неделя сентября	Теоретическое занятие
13-14	Воинские ритуалы, их классификация и содержание	2	3 неделя сентября	Теоретическое занятие
15-16	Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части. Военная форма одежды.	2	3 неделя сентября	Теоретическое занятие
17-18	Наградная система Российской Федерации. Ордена и медали – награды за заслуги в бою и военной службе	2	4 неделя сентября	Теоретическое занятие

19-20	Воинские звания и знаки различия в Вооруженных Силах России	2	4 неделя сентября	Теоретическое занятие
Раздел 2. Общевоинские уставы				
21-22	Устав внутренней службы ВС РФ о вопросах безопасности военной службы	2	4 неделя сентября	Теоретическое занятие
23-24	Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих	2	4 неделя сентября	Теоретическое занятие
25-26	Взаимоотношения между военнослужащими. Единоначалие-основной принцип строительства Вооруженных Сил России	2	5 неделя сентября	Теоретическое занятие
27-28	Распределение времени и повседневный порядок	2	1 неделя октября	Теоретическое занятие
29-30	Воинская дисциплина, поощрения и взыскания	2	1 неделя октября	Теоретическое занятие
31	Военная присяга и порядок приведения военнослужащих к Военной присяге	1	1 неделя октября	Теоретическое занятие
32-33	Суточный наряд. Права и обязанности лиц суточного наряда	2	1 неделя октября	Теоретическое занятие
34-36	Организация гарнизонной и караульной службы	3	2 неделя октября	Теоретическое занятие
37-38	Виды ответственности военнослужащих	2	2 неделя октября	Теоретическое занятие
Раздел 3. Основы военно-прикладной физической подготовки				
39	Меры безопасности на занятиях по физической подготовке	1	2 неделя октября	Теоретическое занятие
40	Методика и порядок выполнения комплексных упражнений физической зарядки в ВС РФ	1	2 неделя октября	Теоретическое занятие
41	Методика и порядок выполнения комплексных упражнений	1	3 неделя	Практическое

	физической зарядки в ВС РФ		октября	занятие
42-45	Методика и порядок выполнения силовых упражнений. Подтягивание и выполнение упражнения «Подъем переворотом»	4	3 неделя октября	Практическое занятие
46-49	Спортивные и подвижные игры	4	4 неделя октября	Практическое занятие
50	Основы рукопашного боя	1	5 неделя октября	Теоретическое занятие
51-53	Основы рукопашного боя	3	5 неделя октября	Практическое занятие
54	Спортивное ориентирование	2	1 неделя ноября	Теоретическое занятие
55	Спортивное ориентирование	2	1 неделя ноября	Практическое занятие
56-57	Метание гранаты на дальность и точность	2	2 неделя ноября	Практическое занятие
58-61	Спортивное метание ножа	4	2 неделя ноября	Практическое занятие
62-63	Преодоление препятствий и ускоренное передвижение	2	3 неделя ноября	Практическое занятие
<i>Раздел 4. Основы защиты от оружия массового поражения (ЗОМП)</i>				
64-67	Оружие массового поражения и их основные поражающие факторы	2	3 неделя ноября	Теоретическое занятие
68	Средства индивидуальной защиты, их классификация.	1	4 неделя ноября	Теоретическое занятие
69	Порядок выполнения норматива по надеванию индивидуальных средств защиты органов дыхания и кожи	1	4 неделя ноября	Теоретическое занятие

70-72	Порядок выполнения норматива по надеванию индивидуальных средств защиты органов дыхания и кожи	3	1 неделя декабря	Практическое занятие
73-74	Приборы радиационной и химической разведки, дозиметрического контроля	2	1 неделя декабря	Теоретическое занятие
75	Приемы и способы действия на зараженной местности	1	3 неделя января	Теоретическое занятие
76	Приемы и способы действия на зараженной местности	1	3 неделя января	Практическое занятие
77	Порядок проведения частичной специальной обработки	1	1 неделя февраля	Теоретическое занятие
78	Порядок проведения частичной специальной обработки	1	1 неделя февраля	Практическое занятие
Раздел 5. Основы военно-медицинской подготовки				
79	Общая гигиена военнослужащего	1	2 неделя февраля	Теоретическое занятие
80	Средства индивидуального медицинского обеспечения	1	2 неделя февраля	Теоретическое занятие
81	Оказание первой помощи в бою. Тактическая медицина	1	4 неделя февраля	Теоретическое занятие
82-90	Оказание первой помощи в бою. Тактическая медицина	10	1, 2 и 3 неделя марта	Практическое занятие
91-92	Розыск раненных на поле боя. Вынос и вывоз раненных с поля боя.	2	3 неделя марта	Практическое занятие
Раздел 6. Основы строевой подготовки				
93-94	Основные теоретические положения Строевого Устава ВС РФ	2	4 неделя марта	Теоретическое занятие
95-96	Общие обязанности военнослужащего пред построением и в	2	4 неделя	Теоретическое

	строю		марта	занятие
97-102	Строевые приемы и движения без оружия	6	1 неделя апреля	Практическое занятие
103-106	Строевые приемы и движения в составе подразделения	4	2 неделя апреля	Практическое занятие
107-110	Прохождение торжественным маршем в составе подразделения.	4	3 неделя апреля	Практическое занятие
111-112	Строевой смотр и порядок его проведения.	2	4 неделя апреля	Практическое занятие
<i>Раздел 7. Основы огневой подготовки</i>				
113	Меры безопасности при обращении с оружием и при выполнении стрельб	1	4 неделя апреля	Теоретическое занятие
114-115	Современные виды автоматического оружия и их основные ТТХ.	2	1 неделя мая	Теоретическое занятие
116-117	Автомат Калашникова, состав, устройство, основные ТТХ	2	1 неделя мая	Теоретическое занятие
118-123	Отработка выполнения норматива по неполной разборке и сборке автомата АК-74	6	3 неделя мая	Практическое занятие
124-127	Порядок выполнения норматива по снаряжению магазина автомата патронами 5,45 мм и 7,62 мм.	4	4 неделя мая	Практическое занятие
128-129	Действия по командам: «К бою», «Заряжай», «Оружие к осмотру», «Огонь», «Стой». Формы докладов	2	4 неделя мая	Практическое занятие
130	Основные приемы и правила стрельбы	1	4 неделя мая	Теоретическое занятие
131	Основные приемы и правила стрельбы	1	1 неделя июня	Практическое занятие
132-137	Выполнение практических стрельб из пневматического	6	2 неделя	Практическое

	оружия		июня	занятие
138-139	Ручные гранаты, их классификация и устройство. Порядок подготовки к броску.	2	3 неделя июня	Теоретическое занятие
140-141	Ручные гранаты, их классификация и устройство. Порядок подготовки к броску.	2	3 неделя июня	Практическое занятие
142-146	Основные виды вооружения и боевой техники, состоящие на вооружении российской армии	5	4 неделя июня	Комбинированное занятие

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Контрольные нормативы (требования к обучающимся)

Контрольные упражнения	Показатели					
	Юноши			Девушки		
Обучающиеся	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Оценка	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Челночный бег 3*10 м, сек	7,2	7,9	8,1	8,4	9,3	9,6
Бег 30 м, секунд	4,3	5,0	5,1	4,8	5,9	6,1
Бег 1000 м. мин.	3,25	3,40	4,05			
Бег 500 м. мин				2,10	2,2	2,5
Бег 100 м, секунд	13,8	14,3	14,6	16,3	17,6	18,0
Прыжки в длину с места	230	210	200	185	170	160
Подтягивание на перекладине	13	10	8	19	13	11
Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	32	27	22	20	15	10
Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	50	40	30	40	30	20
Метание гранаты (ю) -700 гр. (д) – 500 гр. на дальность м.	38	32	27	21	17	13
Прыжок на скакалке, 30 сек, раз	70	65	55	80	75	65
Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция — 10 м (очки)	25	20	15	25	20	15
Надевание противогаза (сек)	7	8	10	7	8	10
Действие по вспышке, ядерного взрыва (сек)	2	3	4	2	3	4
Неполная разборка автомата (сек)	15	17	19	15	17	19
Сборка автомата после неполной разборки	25	27	32	25	27	32
Снаряжение магазина (сек)	33	38	43	33	38	43