



Департамент физической культуры, спорта и дополнительного образования
Тюменской области

Государственное автономное учреждение
дополнительного образования Тюменской области
«Региональный центр допризывной подготовки и патриотического воспитания
«Аванпост»

Рассмотрено на заседании педагогического
совета ГАУ ДО ТО «Региональный центр
допризывной подготовки и патриотического
воспитания «Аванпост»
Протокол от «05» августа 2020 г. № 10

Утверждаю:
Директор ГАУ ДО ТО «Региональный
центр допризывной подготовки и
патриотического воспитания «Аванпост»

Н.Ю. Савченко
Приказ от «05» августа 2020 г. № 134



**Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«ЮНАРМИЯ»**

Возраст обучающихся: 11 - 13 лет
Срок реализации : 2 года

Автор-составитель:
Жуков А.В,
педагог дополнительного образования;

Тюмень, 2020

Содержание:

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	6
1.3. Содержание программы.....	8
1.4. Планируемые результаты освоения программы.....	26
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	27
2.1. Календарный учебный график.....	27
2.2. Условия реализации программы.....	27
2.3. Формы аттестации.....	29
2.4. Оценочные материалы.....	31
2.5. Методические материалы.....	32
2.6. Список используемой литературы.....	36
Приложение 1.....	38
Приложение 2.....	41
Приложение 3.....	50
Приложение 4.....	52
Приложение 5.....	54
Приложение 6.....	55

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

«...вопрос о патриотическом воспитании молодежи — это разговор о самом главном: о ценностях, о нравственных основах, на которых мы можем и должны строить нашу жизнь, воспитывать детей, развивать общество, в конечном итоге укреплять нашу страну».

В.В. Путин

Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы» (постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 г. № 1493) трактует патриотическое воспитание как «систематическую и целенаправленную деятельность органов государственной власти, институтов гражданского общества и семьи по формированию у граждан высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины» и называет эффективными формами патриотического воспитания организацию работы патриотических объединений, клубов и центров, в том числе детских и молодежных, реализацию на их платформе программ, направленных на укрепление и развитие общенационального сознания, высокой нравственности, гражданской солидарности россиян, воспитание у граждан чувства гордости за исторические и современные достижения страны, уважение к культуре, традициям и истории населяющих Россию народов, улучшение межэтнических и межконфессиональных отношений, воспитание граждан в духе уважения к Конституции Российской Федерации, законности, нормам социальной жизни, содействие созданию условий для реализации конституционных прав человека, его обязанностей, гражданского и воинского долга.

В настоящее время особо возрастает актуальность образовательной деятельности по сохранению, сбережению и собиранию гражданской (российской) идентичности, под которой понимается свободное отождествление человека с российской нацией (народом), включенность человека в общественную, культурную жизнь страны, осознание себя россиянином, ощущение причастности к прошлому, настоящему и будущему российской нации, воспроизводство патриотически-выраженных социальных отношений, толерантность в процессе консолидации российского общества. Гражданская идентичность имеет личностный смысл, определяющий целостное отношение к социальному и природному миру.

Актуальность и педагогическая целесообразность задачи формирования гражданской идентичности, объединения общества вокруг идеи патриотизма повышает значимость программ дополнительного образования детей,

расширяющих образовательное пространство обучающихся и позволяющих уменьшить количество детей, находящихся вне сферы воспитательной среды в свободное от получения общего образования время.

В современной педагогической науке и практике сложились следующие принципы формирования гражданской идентичности:

- принцип связи с жизнью, социокультурной средой;
- принцип комплексности, целостности, единства всех компонентов процесса формирования гражданской идентичности;
- принцип педагогического руководства и самостоятельной деятельности (активности) обучающихся;
- принцип гуманизма, уважения к личности ребенка в сочетании с требовательностью к нему;
- принцип воспитания в коллективе и через коллектив;
- принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Общеобразовательная программа дополнительного образования детей социально-педагогической направленности «Юнармия» составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.09.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р).
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- Федеральный закон от 29.12.2010 N 436-ФЗ (ред. от 18.12.2018) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831).
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242).
- Региональная программа «Патриотическое воспитание граждан и допризывная подготовка молодежи к военной службе в Тюменской области» на 2016 — 2020 годы.
- 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» (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 N 33660).

 Устав ГАУ ДО ТО «РЦДППВ «Аванпост».

Данная программа ставит своей целью создание условий для формирования гражданской идентичности и развития социальной активности обучающихся. Она направлена на всестороннее развитие и совершенствование личности детей и подростков, формирование у них готовности к выполнению гражданского долга. У подрастающего поколения формируется интерес к географии и истории России, ее народов, героев, выдающихся ученых и полководцев, желание сохранить и приумножить патриотические традиции.

«Юнармия» - это программа, которая соотносима с иными существующими программами дополнительного образования детей по своему содержательному и организационному компонентам и уникальна по средовому признаку, так как при реализации программы учтены особенности культурно-образовательного пространства г. Тюмени.

Программа предназначена к освоению детьми и подростками в возрасте 11-13 лет, изъявившими добровольное желание ее осваивать и допущенных по состоянию здоровья. Для этого возраста характерны резкие качественные изменения, затрагивающие все стороны развития и жизни и связанные с изменением социальной ситуации развития и ведущей деятельности. Социальная ситуация развития - это особое положение ребенка в системе принятых в данном обществе отношений. Ведущая деятельность - эта та деятельность, которая определяет возникновение основных изменений в психическом развитии ребенка на каждом отдельном этапе. Если у младших школьников такой деятельностью является учебная, то в подростковом возрасте она сменяется на интимно-личностное общение. Именно в процессе общения со сверстниками происходит становление нового уровня самосознания ребенка, формируются навыки социального взаимодействия, умение подчиняться и в тоже время отстаивать свои права. Кроме того, общение является для подростков очень важным информационным каналом.

Срок освоения программы рассчитан на 2 учебных года. Общее количество учебного времени составляет 448 часов или 68 учебных недель по 6 часов (3 раза в неделю по 2 часа), что составляет 408 учебных часа, среди которых при помощи дистанционных технологий и электронного обучения 101 час (59 часов в течение первого года обучения и 42 в течение второго года); и культурно-массовые мероприятия в количестве 40 часов. Продолжительность одного учебного часа составляет 45 минут.

Форма обучения очная с применением дистанционных технологий и электронного образования. Учебные занятия проводятся согласно расписанию. Расписание занятий утверждается администрацией учреждения по предоставлению педагогов дополнительного образования, с учетом возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм. Занятия предполагают сочетание теоретических и практических знаний, умений, навыков, опыта творческой деятельности.

Формами подведения итогов реализации программы является анализ динамики изменения образовательных результатов, собранных за весь период

обучения и анализ результатов аттестации. То есть оценивается уровень физической подготовленности, наблюдения преподавателя, результаты внутреннего мониторинга образовательной деятельности.

Особенности организации образовательного процесса:

- Отсутствие линейности в построении образовательной деятельности;
- Смежность изучаемых дисциплин;
- Объединение опыта занятий по основным предметам в образовательном учреждении и учреждении дополнительного образования;
- Слитность и однонаправленность образовательных и воспитательных компонентов;
- Использование результатов диагностики в прогнозировании образовательного процесса и индивидуализации его построения;
- Профессиональная ориентация.

1.2. Цель и задачи программы

Общей целью программы «Юнармия» является всестороннее развитие и совершенствование личности детей и подростков, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование у обучающихся готовности и практической способности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите Отечества, повышение в обществе авторитета и престижа военной службы, сохранение и приумножение патриотических традиций, создание условий для духовно-нравственного воспитания и творческой самореализации.

Образовательной целью является развитие личностных компетенций ребенка, развитие коммуникативных способностей, формирование представления о будущей профессии, получение опыта в военно-профессиональной деятельности.

К **воспитательной цели** относится формирование чувства патриотизма у детей через любовь к близким людям, своей школе, к родному городу и родной стране, а значит становление личности ребенка.

Сформулированная цель определяет **задачи** обучения и воспитания:

- активизация побудительных сил и формирование устойчивой мотивации, ориентированной на всестороннее развитие личности;
- раскрытие теоретических основ развития личности;
- формирование навыков учебно-исследовательской деятельности;
- укрепление желания преодолевать трудности в обучении;
- поддержание стремления к совершенствованию своих возможностей за счет увеличения сложности решаемых учебно-методических задач;
- развитие готовности действовать в условиях риска;
- формирование опыта практических действий;
- формирование чувства патриотизма.

Реализацию программы предполагается осуществлять на основе следующих принципов:

- гуманистических начал, разнообразия форм организации жизнедеятельности и образования детей и подростков;
- приоритета интересов каждого обучающегося, учета его интеллектуальных, психофизиологических и личностных особенностей;
- непрерывности образования и воспитания;
- воспитывающего обучения;
- учета специфических региональных особенностей культуры, экологии и условий жизни;
- обеспечения подростку комфортной эмоциональной среды в ходе обучения;
- содействия выбору индивидуального образовательного маршрута.

Средства реализации программы:

- создание особой развивающей среды дисциплины, порядка, комфортности;
- обучение и воспитание подростков в соответствии с определенными программами, направлениями и содержанием деятельности;
- приобщение подростков к жизни в гражданском обществе, к культуре мира.

Формы учебных занятий, используемые в данной программе:

1. Лекция. Подразумевает устное изложение какой-либо темы, развитие творческой мыслительной деятельности обучающихся. Лекция носит научно-информативный характер, с приведением ярких, убедительных примеров, фактов, документов и научных доказательств. В ходе такого теоретического занятия важна эмоциональность формы изложения.
2. Тематическая экскурсия - играют важную роль в осуществлении связи обучения с жизнью и активизации учебной деятельности обучающихся. В ходе такой формы учебного занятия происходит интеграция и активизация учебной и внеурочной деятельности учащихся, осуществление связи обучения с жизнью, формирование практических умений и навыков, расширение кругозора учащихся, воспитание духовно-нравственных приоритетов.
3. Дискуссия и ролевая игра по тематике программы. В ходе дискуссии развивается умение формулировать свою и лояльно относиться, принимать чужую точку зрения, чужую позицию. Ролевая игра формирует у обучающихся новые поведенческие модели, осознание уже сложившихся и их коррекция, повышает компетентность в общении.
4. Формы дистанционного взаимодействия с обучающимися (чат-занятия, веб-занятия, видеоконференция, телеприсутствие).
5. Трудовая деятельность педагога и обучающихся - заключается в участии в совместном труде (например, в субботнике или работах по

поддержанию материальной базы), что предполагает использование педагогом личного примера как метода решения воспитательной задачи.

6. Досуговые, массовые мероприятия, соревнования, посвященные различным историческим или памятным датам.
7. Выездные формы занятий – экскурсии, профильные лагеря, экспедиции.
8. Практические занятия.

1.3. Содержание программы

Общеобразовательная программа «Юнармия» включает следующие основные дисциплины:

1. Военная история.
2. Огневая подготовка.
3. Строевая подготовка.
4. Основы самообороны.
5. Основы оказания первой помощи.
6. Общая физическая подготовка.
7. Туризм и выживание.
8. Основы тактической подготовки.
9. Профориентационная работа.

№ п/п	Название раздела, темы	Очная форма обучения, Количество часов				Форма контроля/ аттестации	Занятия с применением дистанционных технологий и электронного образования, количество часов				Форма контроля/ аттестации		
		Всего	Первый год обучения		Второй год обучения		Всего	Первый год обучения		Второй год обучения			
			Теория	Практика	Теория			Практика	Теория	Практика		Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности на занятиях, экскурсия.	2	2	-	-	-	Опрос	2	0	0	2	0	Опрос
2	Военная история	-	-	-	-	-	-	25	10	0	15	0	Тест
2.1	Вводное занятие. Дни воинской славы России.	-	-	-	-	-	-	2	1	0	1	0	Опрос
2.2	Сражение на Неве 1240г.	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Опрос
2.3	Ледовое побоище 1242г.	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Опрос
2.4	Куликовская битва 1380 г.	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Опрос
2.5	Великие патриоты Земли Русской Минин Пожарский.	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Опрос

2.6	Победа русской армии под командованием Петра Первого над шведами в Полтавской битве	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Опрос
2.7	История 38 Тобольского Пехотного полка	-	-	-	-	-	-	2	1	0	1	0	Опрос
2.8	Победа русского флота под командованием Петра I над шведами у мыса Гангут в 1714 году	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Опрос
2.9	Победа русского флота под руководством графа Алексея Орлова над турецким флотом в Чесменском сражении (7 июля 1770 г.)	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Опрос
2.10	Русско-турецкие войны XVIII века.	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Опрос
2.11	Победа русской эскадры под командованием адмирала Ф.Ф.Ушакова над турецкой эскадрой у мыса Тендра в 1790 году	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Опрос
2.12	Победный штурм турецкой крепости Измаил русскими войсками под командованием А.В. Суворова	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Опрос
2.13	Отечественная война 1812 года	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Опрос
2.14	Начало Великой Отечественной войны. План «Барбаросса»	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Опрос
2.15	День начала контрнаступления советских войск против немецко-фашистских войск в битве под Москвой	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Опрос
2.16	Победа советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Опрос
2.17	Победа советскими войсками немецко-фашистских войск в Курской битве.	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Опрос
2.18	День снятия блокады Ленинграда	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Опрос
2.19	День Победы советского народа в Великой Отечественной войне	-	-	-	-	-	-	2	1	0	1	0	Опрос
2.20	УЦ «Аванпост». История создания.	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Опрос

	Цель, задачи, результат.												
2.21	ВВПОД «Юнармия». Цель, задачи, устав.	-	-	-	-	-	-	2	2	0	0	0	Опрос
3	Огневая подготовка	46	6	18	1	21	Зачёт	7	6	0	1	0	-
3.1	Введение. ТБ на занятиях по ОП. Общие положения.	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Опрос
3.2	Виды современного стрелкового оружия.	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Опрос
3.3	Общее устройство, ТТХ и принцип работы ПМ.	1	1	0	0	0	Тест	-	-	-	-	-	-
3.4	Общее устройство, ТТХ и принцип работы РПК.	1	1	0	0	0	Тест	-	-	-	-	-	-
3.5	Общее устройство, ТТХ и принцип работы СВД.	1	1	0	0	0	Тест	-	-	-	-	-	-
3.6	Общее устройство, ТТХ и принцип работы АК. Порядок неполной разборки.	8	0	4	0	4	Зачёт	1	1	0	0	0	Тест
3.7	Гранаты. ТТХ гранат.	-	-	-	-	-	-	1	0	0	1	0	Тест
3.8	Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Изготовка к стрельбе «стоя»	2	1	1	0	0	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	-
3.9	Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Изготовка к стрельбе «с колена».	2	1	1	0	0	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	-
3.10	Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Изготовка к стрельбе «лежа»	2	1	1	0	0	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	-
3.11	Правильность прицеливания. Производство выстрела. Стрельба на вскидку.	1	0	1	0	0	Контрольное занятие	1	1	0	0	0	Опрос
3.12	Отработка броска гранат.	5	0	1	0	4	Контрольное занятие	1	1	0	0	0	Тест
3.13	Тренировочная стрельба	19	0	9	0	10	Контрольное занятие	1	1	0	0	0	Тест
3.14	Упражнение учебных стрельб	4	0	0	1	3	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	-
4	Строевая подготовка	28	3	11	2	12	Смотр	8	3	2	1	2	-
4.1	Вводное занятие. Основные понятия. Выдержки из Строевого Устава ВС РФ	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Тест
4.2	Строевые приемы и движение без оружия. Строевая стойка. Движение строевым	5	1	2	0	2	Контрольное занятие	4	1	1	1	1	Тест, видеотчет

	шагом. Повороты на месте и в движении.												
4.3	Воинское приветствие. Подход к начальнику и отход от него. Выход из строя и возвращение в строй.	3	0	2	0	1	Контрольное занятие	3	1	1	0	1	Тест, видеозапись
4.4	Строевое слаживание. Движение строевым шагом в составе подразделения. Исполнение строевой песни. Отдание воинского приветствия.	14	1	6	1	6	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	
4.5	Почетный караул.	6	1	1	1	3	Смотр	-	-	-	-	-	
5	Основы самообороны	56	3	23	3	27	Зачёт	9	3	2	2	2	-
5.1	Введение. ТБ на занятиях по самообороне. Общие принципы и положения	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Опрос
5.2	Защита от ударов.	8	0	2	0	6	Контрольное занятие	4	1	1	1	1	Опрос, видеозапись
5.3	Нижняя акробатика. Отработка падений, кувырки вперед.	12	1	5	1	5	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	-
5.4	Нижняя акробатика. Кувырок через препятствие.	14	1	7	1	5	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	
5.5	Освобождение от захватов. Освобождение от захватов, руки, плеча, головы, ноги	16	1	7	1	7	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	
5.6	Ударная техника. Формирование и постановка удара.	6	0	2	0	4	Контрольное занятие	4	1	1	1	1	Опрос, Видеозапись
6	Основы оказания первой помощи	7	0	7	0	0	Тест	15	15	0	0	0	Тест
6.1	Введение в дисциплину. Общие положения	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Опрос
6.2	Оказание первой помощи при переохлаждении, перегреве.	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Тест
6.3	Порядок действий при оказании ПП. Оценка ситуации. Эвакуация пострадавшего. Виды эвакуаций. Осмотр пострадавшего.	1	0	1	0	0	Контрольное занятие	2	2	0	0	0	Тест
6.4	Кровотечения. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений	1	0	1	0	0	Контрольное занятие	2	2	0	0	0	Тест
6.5	Ожоги. Виды ожогов. Первая помощь при ожогах. Электротравмы. Первая	1	0	1	0	0	Контрольное занятие	2	2	0	0	0	Тест

	помощь.												
6.6	Оказание первой помощи при переломах, вывихах различных частей тела.	1	0	1	0	0	Контрольное занятие	2	2	0	0	0	Тест
6.7	Отравления. Виды отравлений. Первая помощь при отравлениях.	1	0	1	0	0	Контрольное занятие	1	1	0	0	0	Тест
6.8	Остановка дыхания. Первая помощь при остановке дыхания.	1	0	1	0	0	Контрольное занятие	2	2	0	0	0	Тест
6.9	Остановка сердца. Первая помощь при остановке сердца.	1	0	1	0	0	Контрольное занятие	2	2	0	0	0	Тест
7	Общая физическая подготовка	108	3	47	3	53	Зачёт	18	3	6	3	6	-
7.1	Вводное занятие. ТБ на занятии. Основные понятия. Основы гигиены, форма одежды.	-	-	-	-	-	-	2	1	0	1	0	Опрос
7.2	Гимнастика, отжимания, приседания, сгибания на пресс, подтягивания, выходы силой, стойка и ходьба на руках.	13	1	6	1	5	Контрольное занятие	4	1	1	1	1	Видеотчет
7.3	Функциональное многоборье. Кардиотренировка и аэробика. Метаболические тренировки	37	1	16	1	19	Контрольное занятие	12	1	5	1	5	Видеотчет
7.4	Лыжная подготовка	34	1	15	1	17	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	
7.5	Сдача тестовых нормативов	24	0	12	0	12	Зачёт	-	-	-	-	-	
8	Туризм и выживание	31	1	7	2	21	Контрольное занятие	10	5	0	5	0	-
8.1	Вводное занятие. Правила безопасности в походе. Источники опасности. Дисциплина.	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Опрос
8.2	Основы выживания. Алгоритм действий при вынужденном автономном существовании,	2	0	2	0	0	Опрос, Контрольное занятие	2	2	0	0	0	Тест
8.3	Костры. Правила безопасности. Виды. Способы разведения.	3	0	1	0	2	Контрольное занятие	1	1	0	0	0	Тест
8.4	Способы добычи воды и пищи при вынужденном автономном существовании	7	0	3	0	4	Контрольное занятие	1	1	0	0	0	Тест
8.5	Временные укрытия. Устройство временных	4	0	0	0	4	Контрольное занятие	1	0	0	1	0	Тест

	укрытий.												
8.6	Работа с компасом	2	0	0	0	2	Контрольное занятие	1	0	0	1	0	Тест
8.7	Ориентирование в условиях автономного существования без спец.средств	6	0	0	2	4	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	-
8.8	Сигналы бедствия и сигнальные средства.	1	0	0	0	1	Контрольное занятие	1	0	0	1	0	Тест
8.9	Способы преодоления препятствий.	4	1	1	0	2	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	
8.10	Прокладка маршрута. Работа с картой	2	0	0	0	2	Контрольное занятие	2	0	0	2	0	Контрольное задание
9	Основы тактической подготовки	21	2	6	2	11	Контрольное занятие	7	4	0	3	0	-
9.1	Общие положения. Предмет и задачи тактики.	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Опрос
9.2	Виды боя. Их характеристика.	-	-	-	-	-	-	1	1	0	0	0	Тест
9.3	Одиночные перемещения на поле боя. Перемещения в группах. В составе подразделения	8	1	3	1	3	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	-
9.4	Действия наблюдателя при ведении разведки. Понятие разведки, назначение дозорных и их обязанности.	1	0	0	0	1	Контрольное занятие	1	0	0	1	0	-
9.5	Маскировка	2	0	1	0	1	Контрольное занятие	2	1	0	1	0	Опрос
9.6	Выбор огневой позиции. Сектор контроля	3	0	0	0	3	Контрольное занятие	1	0	0	1	0	Опрос
9.7	Марш и походное охранение.	1	0	1	0	0	Контрольное занятие	1	1	0	0	0	Опрос
9.8	Тактические игры	6	1	1	1	3	Контрольное занятие	-	-	-	-	-	-
10	Профориентационная работа	8	4	0	4	0	Опрос	-	-	-	-	-	-
Итого образовательный процесс:		307	24	121	17	145		101	49	10	32	10	
Воспитательная работа		40		16		24							

Вводное занятие. Инструктаж по ТБ

Теоретическое занятие: Знакомство с обучающимися. Доведение учебного плана и правил внутреннего распорядка. Инструктаж:

Пожарная безопасность.

Электробезопасность.

Безопасность на улицах и дорогах. Правила поведения в автобусе.

Безопасность в лесу.

Правила поведения во время экскурсии.

Правила поведения у водоёмов.

Профилактика инфекционных заболеваний.

Поведение при эвакуации.
Терроризм. Правила безопасного поведения в экстремальной ситуации.
Информационная безопасность.
Экскурсия по территории образовательного учреждения с демонстрацией учебно-материальной базы.

Содержание учебной дисциплины «Военная история»

Тема 2.1 «Вводное занятие. Дни воинской славы России»

Теоретическое занятие: цель и задачи дисциплины, формы проведения занятий, порядок осуществления контроля и формы аттестации.

Дни воинской славы России - краткая хронология событий героического прошлого нашей Родины.

Тема 2.2 «Сражение на Неве 1240г.»

Теоретическое занятие: События, предшествующие сражению. Причины сражения. Исход.

Тема 2.3 «Ледовое побоище 1242г.»

Теоретическое занятие: победоносная стратегия А.Невского.

Тема 2.4 «Куликовская битва 1380г.»

Теоретическое занятие: Дмитрий Донской. Укрепление Москвы. Князья Московские. Формирование московской дружины и боярства. Святой Благоверный князь Дмитрий Иванович Донской. Куликовская битва и ее значение.

Тема 2.5 «Великие патриоты Земли Русской Минин Пожарский.»

Теоретическое занятие: День народного единства (4 ноября 1612 г.). Памятные места, связанные с историей ополчения в Москве и Нижнем Новгороде. Как появился праздник День народного единства.

Тема 2.6 «Победа русской армии под командованием Петра Первого над шведами в Полтавской битве»

Теоретическое занятие: Поход Карла XII против России. Победа русских войск в битве при Лесной. Измена гетмана Мазепы. Обстановка в 1708-начале 1709 гг. Осада Полтавы. Полтавская битва. «Птенцы гнезда Петрова»: Б.П. Шереметев, А.Д. Меншиков, А.И.Репнин и др. Результаты и значение битвы.

Тема 2.7 «История 38 Тобольского Пехотного полка»

Теоретическое занятие: История формирования полка. Задачи, стоявшие перед полком в разное время. Тактика, оперативное и стратегическое искусство. Героические победы.

Тема 2.8 «Победа русского флота под командованием Петра I над шведами у мыса Гангут в 1714 году»

Теоретическое занятие: Морское противостояние России и Швеции в XVIII в. Значение военноморского флота для государства. Битва «кита со львом» после Полтавской битвы. Создание российского Балтийского флота. Линейные корабли и фрегаты. Галеры и скампаваи. Главная военно-морская база Балтийского флота. Накануне битвы при Гангуте. Финский залив и мыс Гангут. Планы русского командования на Балтике в 1714 году. Шведская эскадра адмирала Ватранга. Строительство переволки через мыс Гангут.

Разделение шведской эскадры. Военная хитрость Петра I. Гангутское сражение: прорыв русской эскадры в Рилакс – фиорд. Гангутский бой. Флотоводческое искусство Петра I и адмирала Ф.М. Апраксина. Итоги и значение битвы.

Тема 2.9 «Победа русского флота под руководством графа Алексея Орлова над турецким флотом в Чесменском сражении (7 июля 1770 г.)»

Теоретическое занятие: Первая архипелагская экспедиция. Две русских эскадры адмирала Григория Спиридова и контр-адмирала Джона Эльфинстона, объединённые под общим командованием графа Алексея Орлова. Бой в Хиосском проливе. Брандеры. Чесменское сражение и его значение.

Тема 2.10 «Русско-турецкие войны XVIII века»

Теоретическое занятие: Русско-турецкие войны XVIII века. Борьба России за выход к Черному морю. Морская мощь Османской империи. Крымское ханство. Набеги крымских турков на русские земли. Русско-турецкая война 1768-1774 гг. Кючук – Кайнарджийский мирный договор. Его значение для России. Присоединение Крыма. Основание главной военно-морской базы Черноморского флота – Севастополя. Создание Черноморского флота

Тема 2.11 «Победа русской эскадры под командованием адмирала Ф.Ф.Ушакова над турецкой эскадрой у мыса Тендра в 1790 году»

Теоретическое занятие: Линейная тактика флотов в XVIII веке. Новаторские приемы ведения морского боя адмирала Ф.Ф. Ушакова. Русско-турецкая война 1787- 1791 гг. Положение российской армии летом 1790 года и необходимость нанесения поражения турецкому флоту Хасана-паши. Соотношение сил русского и турецкого флотов у мыса Тендра. Победа русского флота. Значение сражения. Ясский мирный договор и его значение. Адмирал Ф.Ф. Ушаков - выдающийся русский флотоводец. Имя Ф.Ф. Ушакова в современной России: орден Ушакова, медаль Ушакова.

Тема 2.12 «Победный штурм турецкой крепости Измаил русскими войсками под командованием А.В. Суворова»

Теоретическое занятие: Положение на сухопутном фронте Русско-турецкой войны в 1790 году. Непрístupная крепость Измаил. Первая осада Измаила. Назначение командующим осадными войсками генерала А.В. Суворова. Подготовка к штурму. Штурм и взятие Измаила. Героизм русских воинов. Значение взятия Измаила. Детские и юношеские годы А.В. Суворова. Молодой офицер. «Наука побеждать». Альпийский поход Суворова. Память о генералиссимусе А.В. Суворове. Имя А.В.Суворова в современной России: орден Суворова, суворовские училища.

Тема 2.13 «Отечественная война 1812 года»

Теоретическое занятие: Отношения между Россией и Францией в начале XIX века. Участие России в коалициях против наполеоновской Франции. Тильзитский мир и его последствия. Подготовка Франции и России к войне. Начало Отечественной войны 1812 года. Силы сторон. Отступление русской армии. Бородинская битва русской армии под командованием М. И. Кутузова с французской армией (8 сентября 1812 г). Накануне Бородинской битвы. Полководцы: М.И. Кутузов, М.Б. Барклай де Толли, П.И. Багратион. Соотношение сил русских и французов на Бородинском поле. Расположение

русских войск на Бородинском поле. Бородинская битва. Бои за флешу. Битва за батарею Раевского. Герои битвы. Разгром Наполеона в России. Итоги войны.

Тема 2.14 «Начало Великой Отечественной войны. План «Барбаросса»

Теоретическое занятие: План «Барбаросса» в действии (22 июня - 30 сентября 1941 года). Справедливый характер и этапы Великой Отечественной войны. Мобилизация советского народа на борьбу с врагом. Персоналии: К.Е.Ворошилов, Н.Ф. Гастелло, А. Гитлер, Г. К. Жуков, В. Лееб, В.М. Молотов, И. Риббентроп, Г.Рунштедт, И.В. Сталин.

Тема 2.15 «День начала контрнаступления советских войск против немецко-фашистских войск в битве под Москвой»

Теоретическое занятие: Операция «Тайфун». Первое генеральное наступление вермахта на Москву (30 сентября-30 октября). Бои на дальних подступах к Москве. Окружение советских войск под Вязьмой. Можайская линия обороны. Москва фронтовая. Введение в столице осадного положения (с 20 октября 1941 г). Военный парад на Красной площади в ознаменование 24-й Великой Октябрьской социалистической революции (7 ноября 11 1941 г) и его значение. 15 ноября - 5 декабря 1941 - второе наступления вермахта. Генерал В.И. Панфилов и подвиги бойцов его дивизии. Героизм защитников столицы. Контрнаступление Красной армии (5 декабря 1941 - 20 апреля 1942). Разгром ударных группировок немецкофашистских войск. Итоги и значение поражения немцев под Москвой. Стрелковое оружие в годы войны. Персоналии: Ф. Бок, Г. Гудериан, Дегтярев Л.М. Доватор, Г.К.Жуков, М.Г. Ефремов, В.Г. Клочков, И.С. Конев, З.А. Космодемьянская, Мосин, В.И. Панфилов, К.К. Рокоссовский, И.В. Сталин, В.В.Талалихин, Токарев, Б.М. Шапошников , Г. Шпагин.

Тема 2.16 «Победа советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве»

Теоретическое занятие: Планы советского и германского командования на лето 1942 года на южном направлении («Кремль», «Блау»). Оборонительная операция на подступах к Сталинграду 17июля-12 сентября 1942 года. Приказ «Ни шагу назад». Оборона Сталинграда 13 сентября18 ноября 1942 года. 62-я армия и ее командующий генерал В.Чуйков. Героизм защитников города. План окружения германской группировки в Сталинграде (план «Уран»). Контрнаступление Красной армии. Окружение группировки Ф.Паулюса. Попытка деблокады окруженных (операция «Зимняя гроза»). Разгром группировки ГотаМанштейна. Операция «Кольцо» - разгром немецко-фашистских войск под Сталинградом. Всемирно-историческое значение победы Красной армии в Сталинградской битве. Начало коренного перелома во Второй мировой и в Великой Отечественной войне. Советская артиллерия и ее роль в ВОВ. Горьковский завод № 92. Знаки различия и боевые награды Красной армии в годы войны. Мамаев курган-главный мемориал Сталинградской битвы. Советская артиллерия в 1941-1945 гг. Пушка. Гаубица. Миномет. Гвардейский миномет. Самоходная артиллерийская установка. Город Горький - артиллерийский арсенал Красной армии. Персоналии: Г.Гот, В. Г. Грабин, А.М. Василевский, Н.Ф. Ватутин, А. Гитлер, Г.К. Жуков, И.И. Людников, Э.

Манштейн, Я.Ф. Павлов, Ф. Паулюс, Ф.Ф. Петров, А.И.Родимцев, К.К. Рокоссовский, И.В. Сталин, В.И. Чуйков, Б.И. Шавырин, М.С. Шумилов.

Тема 2.17 «Победа советскими войсками немецко-фашистских войск в Курской битве»

Теоретическое занятие: Положение на советско-германском фронте к лету 1943 года. Немецкий план операции «Цитадель» - попытка реванша за Сталинград с помощью тотальной мобилизации и новейшего оружия. Планы советского командования. Боевые бронированные машины в ВОВ. Заводы «Красное Сормово» и ГАЗ - производители танков в г. Горьком в годы войны. «Тигры» и «пантеры». Соотношение сил к началу Курской битвы. Стратегия советского командования - преднамеренная оборона. Накануне сражения. Этапы Курской битвы. Оборонительные бои на орловском направлении. Оборонительные бои на белгородском направлении. Контрнаступление на северном фланге Курского выступа - Операция «Кутузов». Наступление на южном фланге Курского выступа - операция «Полководец Румянцев». Первый салют. Итоги и значение битвы на Курской дуге. Коренной перелом во Второй мировой и Великой Отечественной войне. Практическое занятие - интеллектуальная игра «Сталинградская и Курская битвы- коренной перелом в войне». Персоналии: А.М. Василевский, Н.Ф.Ватулин, Г.К.Жуков, И.С. Конев, Ж.Я. Котин, М.И. Кошкин, Н.А. Кучеренко, Э. Манштейн, В. Модель, П.А. Ротмистров, К.К. Рокоссовский, И.В. Сталин.

Тема 2.18 «День снятия блокады Ленинграда»

Теоретическое занятие: Ленинград в планах Гитлера. Наступление на город группы армий «Север». Оборона на дальних подступах летом 1941 года. Штурм города в сентябре 1941 года. Назначение командующим Ленинградским фронтом Г.К. Жукова. Установление блокады Ленинграда (8 сентября 1941). Суровые будни блокадников. Упорство и героизм защитников Ленинграда. Артобстрелы и бомбежки. Бытовые бедствия. Дорога жизни. Навигация под бомбами. Эвакуация. Полуторки из Горького. Промышленность Ленинграда - фронту. Культурная жизнь города. Прорыв блокады в январе 1943 года. Операции «Искра». Значение прорыва блокады. Снятие осады. (27 января 1944 г). Величие подвига блокадников и защитников Ленинграда. Балтийский флот обороняет Ленинград. Линкоры. Крейсера. Эсминцы. Торпедные катера. Благодарность морякам. Итоги и значение Ленинградской битвы. Медаль «За оборону Ленинграда». Персоналии: А.М. Василевский, К.Е.Ворошилов, А. Гитлер, Л.А.Говоров, А.А.Жданов, Г.К. Жуков, В. Лееб, К.А Мерецков, И. В. Сталин, Д.Д.Шостакович

Тема 2.19 «День Победы советского народа в Великой Отечественной войне»

Теоретическое занятие: Заключительные события Великой Отечественной войны. Планы германского командования по обороне Берлина. Соотношение сил на берлинском направлении, планы сторон и подготовка к операции. Первый этап битвы за Берлин (прорыв одеро-нейсенского рубежа обороны и выход к пригородам Берлина). Второй этап битвы (окружение и расчленение Берлинского гарнизона). Третий этап (разгром и капитуляция окруженной

группировки). Знамя Победы над Рейхстагом. Итоги и значение битвы за Берлин. Безоговорочная капитуляция гитлеровской Германии. День Победы. Парад Победы 24 июня. Медаль «За победу над Германией». Медаль «За доблестный труд в Великой Отечественной войне». Marshals Победы. Marshal Советского Союза Г.К. Жуков. Marshal Советского Союза А.М. Василевский. Marshal Советского Союза Л.А. Говоров. Marshal Советского Союза И.С. Конев. Marshal Советского Союза К.К. Рокоссовский. Масштабы, значение и источники победы советского народа в Великой Отечественной войне. Военная авиация в годы войны. Роль Советского Союза в разгроме фашистской Германии. Персоналии: Г.К.Жуков, С.В. Илюшин, М.А.Егоров, М.В. Кантария, И.С.Конев, Н.Н. Масалов, С.А.Неустроев, К.К. Рокоссовский, И.В. Сталин, В.И. Чуйков, Г.Вейдлинг, Е.В. Вучетич, Й. Геббельс, А. Гитлер.

Тема 2.20 «УЦ «Аванпост». История создания. Цель, задачи, результат.»

Теоретическое занятие: История создания. Люди, стоявшие у истоков. Цель. Патриотическое воспитание в Тюмени и области. Допризывная молодёжь. Задачи Центра. Достижения.

Тема 2.21 «ВВПОД «Юнармия». Цель, задачи, устав.»

Теоретическое занятие: история создания движения. Цель, задачи. Устав.

Содержание учебной дисциплины «Огневая подготовка»

Тема 3.1 «Введение. ТБ на занятиях по ОП. Общие положения.»

Теоретическое занятие: цель и задачи дисциплины, формы проведения занятий, порядок осуществления контроля и формы аттестации.

Тема 3.2 «Виды современного стрелкового оружия.»

Теоретическое занятие: Виды современного стрелкового оружия: 9-мм пистолет Сердюкова СПС «Гюрза», 7,62-мм пулемет «Печенег», 9-мм винтовка снайперская специальная ВСС «Винторез», 5,45-мм автомат Никонова АН-94 «Абакан», 5,45-мм автомат Калашникова АК-74М, 12,7-мм пулемет НСВ, 7,62-мм снайперская винтовка Драгунова СВД, 5,45-мм ручной пулемет Калашникова РПК, 30-мм автоматический гранатометный комплекс АГС30, 7,62-мм модернизированный пулемет Калашникова ПКМ, 9-мм пистолет Макарова ПМ, 30-мм автоматический станковый гранатомет АГС-17 «Пламя», Ручной противотанковый гранатомет «РПГ-7», Пистолет Ярыгина.

Тема 3.3 «Общее устройство, ТТХ и принцип работы ПМ.»

Теоретическое занятие: Основные тактико-технические характеристики пистолета, устройство и принцип работы.

Тема 3.4 «Общее устройство, ТТХ и принцип работы РПК.»

Теоретическое занятие: Основные тактико-технические характеристики пулемета, устройство и принцип работы.

Тема 3.5 «Общее устройство, ТТХ и принцип работы СВД.»

Теоретическое занятие: Основные тактико-технические характеристики винтовки, устройство и принцип работы.

Тема 3.6 «Общее устройство, ТТХ и принцип работы АК. Порядок неполной разборки.»

Теоретическое занятие: Основные тактико-технические характеристики АК-74, АК-12. Устройство и принцип работы.

Практические занятия: порядок неполной разборки АК-74, АК-12.

Тема 3.7 «Гранаты. ТТХ гранат»

Теоретическое занятие: Основные тактико-технические характеристики Ф-1, РГД-5, РГН, РГО. Устройство и принцип работы.

Тема 3.8 «Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Изготовка к стрельбе «стоя»

Теоретическое занятие: правила безопасного использования оружия при стрельбе стоя, техника изготовки.

Практические занятия: изготовка для стрельбы из положения «стоя» с применением ММГ.

Тема 3.9 «Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Изготовка к стрельбе «с колена»

Теоретическое занятие: правила безопасного использования оружия при стрельбе с колена, техника изготовки.

Практические занятия: изготовка для стрельбы из положения «с колена» с применением ММГ.

Тема 3.10 «Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Изготовка к стрельбе «лежа»

Теоретическое занятие: правила безопасного использования оружия при стрельбе лёжа, техника изготовки.

Практические занятия: изготовка для стрельбы из положения «лёжа» с применением ММГ.

Тема 3.11 «Правильность прицеливания. Производство выстрела. Стрельба на вскидку»

Теоретическое занятие: устройство прицельного приспособления, теоретические аспекты правил прицеливания, взятие ровной мушки, особенности поведения во время произведения выстрела: контроль дыхания, правильное нажатие на спусковой крючок.

Практическое занятие: упражнения по спортивной стрельбе.

Тема 3.12 «Отработка броска гранат»

Теоретическое занятие: Правила безопасности при метании учебной гранаты, техника выполнения упражнений.

Практические занятия: Метание ручных гранат на меткость и дальность с места с использованием учебных гранат (600гр.).

Тема 3.13 «Тренировочная стрельба из ПВ»

Теоретическое занятие: Правила безопасности при стрельбе из пневматической винтовки, техника выполнения упражнений.

Практические занятия: тренировочная стрельба в тире по мишени №10 и мишенным установкам с использованием пневматических винтовок ИЖ, «Sapsan» и стрелкового тренажера «СКАТТ».

Тема 3.14 «Упражнение учебных стрельб»

Теоретическое занятие: правила безопасности при нахождении на полигоне; порядок проведения учебных стрельб; команды, подаваемые руководителем стрельб; действия обучающихся по командам и сигналам.

Практические занятия: выполнение упражнения начальных стрельб: «Стрельба с места по неподвижной цели днем» с применением охолощенного оружия АК-103.

Содержание учебной дисциплины «Строевая подготовка»

Тема 4.1 «Вводное занятие. Основные понятия. Выдержки из Строевого Устава ВС РФ»

Теоретическое занятие: цель и задачи дисциплины, формы проведения занятий, порядок осуществления контроля и формы аттестации. Строевой Устав: строй, шеренга, колонна, фланг, фронт, тыльная сторона строя, дистанция, интервал, глубина строя, развернутый строй, походный строй.

Практические занятия: построение в одну шеренгу, перестроение в две шеренги, построение в колонну по одному (по два, по три).

Тема 4.2 «Строевые приемы и движение без оружия»
Теоретическое занятие: Действия по команде «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться». Техника выполнения строевых приемов и движений: строевая стойка; движение строевым шагом; повороты на месте и в движении.

Практические занятия: выполнение упражнений: строевая стойка по разделениям на 8 счетов, повороты на месте по разделениям на 2 счета, отмашка рук по разделениям на 2 и 4 счета, строевой шаг по разделениям на 2 и 4 счета.

Тема 4.3 «Воинское приветствие. Подход к начальнику и отход от него. Выход из строя и возвращение в строй.»

Теоретическое занятие: команды, подаваемые для выхода из строя и возвращения в строй, правила выполнения воинского приветствия вне строя и в составе строя.

Практические занятия: выполнение упражнений: подход к начальнику и отход от него по разделениям на 8 и 16 счетов, воинское приветствие по разделениям на 2 и 4 счета.

Тема 4.4 «Строевое слаживание. Движение строевым шагом в составе подразделения. Исполнение строевой песни. Отдание воинского приветствия.»

Теоретическое занятие: изучение строевой песни, правильность исполнения.

Практические занятия: строевые приемы в составе подразделения, прохождение торжественным маршем с отдаванием воинского приветствия, исполнение строевой песни.

Тема 4.5 «Почетный караул»

Теоретическое занятие: порядок действий караульной смены.

Практические занятия: выполнение упражнений, направленных на слаживание караульной смены.

Содержание учебной дисциплины «Самооборона»

Тема 5.1 «Введение. ТБ на занятиях по самообороне. Общие принципы и положения.»

Теоретическое занятие: цель и задачи дисциплины, формы проведения занятий, порядок осуществления контроля и формы аттестации.

Тема 5.2 «Защита от ударов»

Теоретическое занятие: техника выполнения: защита уходом (отскоком), защита уклоном (нырком), защита подставкой, защита блоком (отражением).

Практические занятия: защита уходом (отскоком), защита уклоном (нырком), защита подставкой, защита блоком (отражением).

Тема 5.3 «Нижняя акробатика: Самостраховка при падении, кувырки вперед.»

Теоретическое занятие: техника выполнения самостраховки, виды падений, техника выполнения кувырка вперед.

Практические занятия: упражнения на самостраховку при падении, кувырок вперед по разделениям на 2 счета.

Тема 5.4 «Нижняя акробатика: кувырок через препятствие.»

Теоретическое занятие: техника выполнения элементов нижней акробатики.

Практические занятия: выполнение кувырка вперед через препятствие.

Тема 5.5 «Освобождение от захватов. Освобождение от захватов, руки, плеча, головы, ноги»

Теоретическое занятие: техника выполнения приёмов самообороны. Правила безопасности при выполнении приемов освобождения от захвата.

Практические занятия: отработка приемов освобождения от захватов руки, туловища, шеи, головы, ноги.

Тема 5.6 «Ударная техника. Формирование и постановка удара.»

Теоретическое занятие: техника выполнения ударов рукой, ногой.

Практические занятия: базовые приемы нанесения ударов руками (прямой удар, боковой удар, апперкот, удары в корпус.). Базовые приемы нанесения ударов ногами (прямой удар, лоу-кик, боковой удар, удар в голову).

Содержание учебной дисциплины «Основы оказания первой помощи»

Тема 6.1 «Введение в дисциплину. Общие положения»

Теоретическое занятие: цель и задачи дисциплины, формы проведения занятий, порядок осуществления контроля и формы аттестации.

Тема 6.2 «Оказание первой помощи при переохлаждении, перегреве.»

Теоретическое занятие: понятие о переохлаждении/перегреве; причины и факторы, способствующие переохлаждению/перегреву; алгоритм оказания первой помощи при переохлаждении/перегреве.

Тема 6.3 «Порядок действий при оказании ПП. Оценка ситуации. Эвакуация пострадавшего. Виды эвакуаций. Осмотр пострадавшего.»

Теоретическое занятие: оценка ситуации; собственная безопасность; осмотр пострадавшего; оказание помощи; эвакуация пострадавшего.

Практические занятия: осмотр пострадавшего; оказание первой помощи; эвакуация пострадавшего.

Тема 6.4 «Кровотечения. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений»

Теоретическое занятие: определение кровотечения. Основные понятия. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений.

Практические занятия: наложение кровоостанавливающей повязки на различные части тела.

Тема 6.5 «Ожоги. Виды ожогов. Первая помощь при ожогах. Электротравмы. Первая помощь.»

Теоретическое занятие: Основные понятия и виды ожогов. Первая помощь при ожогах. Электротравмы. Первая помощь.

Практические занятия: оказание первой помощи при ожогах, электротравмах.

Тема 6.6 «Оказание первой помощи при переломах, вывихах различных частей тела.»

Теоретическое занятие: Основные понятия и виды переломов и вывихов. Порядок действий при оказании первой помощи при переломе, вывихе.

Практические занятия: наложение шины, тугой повязки, иммобилизация конечности.

Тема 6.7 «Отравления. Виды отравлений. Первая помощь при отравлениях.»

Теоретическое занятие: Классификация ядовитых веществ, порядок действий при оказании первой помощи при отравлении.

Практические занятия: эвакуация и первая помощь при различных отравлениях.

Тема 6.8 «Остановка дыхания. Первая помощь при остановке дыхания.»

Теоретическое занятие: причины остановки дыхания. Порядок действий при оказании первой помощи пострадавшему.

Практические занятия: проведение ИВЛ. Методы проведения ИВЛ: «рот ко рту», «рот в нос». Порядок оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом у пострадавших в сознании

Тема 6.9 «Остановка сердца. Первая помощь при остановке сердца.»

Теоретическое занятие: причины остановки сердца. Порядок действий при оказании первой помощи пострадавшему.

Практические занятия: проведение сердечно-легочной реанимации(СЛР) с применением тренажера Little Anne.

Содержание учебной дисциплины «Общая физическая подготовка».

Тема 7.1 «Вводное занятие. ТБ на занятиях. Основные понятия. Основы гигиены, форма одежды.»

Теоретическое занятие: цель и задачи дисциплины, формы проведения занятий, порядок осуществления контроля и формы аттестации.

Тема 7.2 «Гимнастика, отжимания, приседания, сгибания на пресс, подтягивания, выходы силой, стойка и ходьба на руках.»

Теоретическое занятие: техника выполнения упражнений: сгибание-разгибание рук в упоре лежа, сгибания туловища на пресс, подтягивания на перекладине, выход силой, стойка и ходьба на руках.

Практические занятия: выполнение упражнений: сгибание-разгибание рук в упоре лежа, сгибания туловища на пресс, подтягивания на перекладине, выход силой, стойка и ходьба на руках.

Тема 7.3 «Функциональное многоборье. Кардиотренировка и аэробика. Метаболические тренировки»

Теоретическое занятие: техника выполнения упражнений.

Практические занятия: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 8 кг, гантели до 5 кг, гимнастические палки). Лазание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе; отжимание в упоре лежа; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево).

Тема 7.4 «Лыжная подготовка»

Теоретическое занятие: техника передвижения на лыжах.

Практические занятия: попеременный двухшажный ход, одновременный бесшажный ход.

Тема 7.5 «Сдача тестовых нормативов»

Практические занятия: тестовый контроль развития физических качеств: сила, скорость, выносливость, ловкость.

Содержание учебной дисциплины «Туризм и выживание»

Тема 8.1 «Вводное занятие. Правила безопасности в походе. Источники опасности. Дисциплина.»

Теоретическое занятие: Введение. Основные понятия: Туризм. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный. Характеристики каждого вида. Техника безопасности при занятиях туризмом. Одежда и обувь для летних походов.

Тема 8.2 «Основы выживания. Алгоритм действий при вынужденном автономном существовании»

Теоретическое занятие: понятие «выживание», «автономное существование», алгоритм действий при вынужденном автономном существовании.

Практическое занятие: отработка действий при вынужденном автономном существовании.

Тема 8.3 «Костры. Правила безопасности. Виды. Способы разведения.»

Теоретическое занятие: растопка. Место для костра. Виды костров, техника безопасности при разведении костров. Способы разведения.

Практическое занятие: сбор и заготовка дров и растопки, выбор и подготовка места для костра, устройство костра, разведение различными способами.

Тема 8.4 «Способы добычи воды и пищи при вынужденном автономном существовании»

Теоретическое занятие: источники воды, способы фильтрации и обеззараживания воды. Добыча пищи: сбор ягод, охота, рыбалка, съедобные растения.

Практическое занятие: добыча, фильтрация и обеззараживание воды.

Тема 8.5 «Временные укрытия. Устройство временных укрытий.»

Теоретическое занятие: виды укрытий. Место для укрытия. Устройство различных укрытий.

Практическое занятие: выбор места для укрытия, сооружение временного укрытия.

Тема 8.6 «Работа с компасом.»

Теоретическое занятие: Компас. Устройство компаса. Назначение компаса. Правила обращения с компасом. Азимутальное кольцо («Роза направлений»). Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Действия с компасом: определение сторон горизонта. Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный.

Практическое занятие: Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков.

Тема 8.7 «Ориентирование в условиях автономного существования без спец.средств.»

Теоретическое занятие: Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки. Определение азимута по небесным светилам.

Практическое занятие: Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Полярной звезде.

Тема 8.8 «Сигналы бедствия и сигнальные средства.»

Теоретическое занятие: Сигнальные костры. Способы оборудования сигнальных костров. Дымовые сигналы. Сигнальное зеркало. Международная кодовая таблица. Информационные сигналы.

Практическое занятие: имитация подачи сигнала бедствия.

Тема 8.9 «Способы преодоления препятствий.»

Теоретическое занятие: естественные препятствия и основные способы их преодоления.

Практическое занятие: Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов.

Тема 8.10 «Прокладка маршрута. Работа с картой»

Теоретическое занятие: Топография и ориентирование. Понятие о топографической карте. Масштаб. Виды масштабов. Географические координаты. Условные знаки. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Способы измерения расстояний на местности и на карте. Маршрут. Способы прокладки маршрута.

Практическое занятие: Движение по маршруту. Ориентирование по карте. Прокладка маршрута.

Содержание учебной дисциплины «Основы тактической подготовки»

Тема 9.1 «Общие положения. Предмет и задачи тактики.»

Теоретическое занятие: Правила техники безопасности. Общие положения дисциплины «Основы тактической подготовки». Предмет и задачи тактики. Основы современного общевойскового боя.

Тема 9.2 «Виды боя. Их характеристика.»

Теоретическое занятие: Виды боя. Их характеристика. Походный и предбоевой порядок. Силы и средства общевойскового боя. Краткая характеристика понятий «охват», «обход», «отход», «удар», «маневр», «огонь». Характеристика содержания боя. Виды огня, маневра. Управление подразделением в бою.

Тема 9.3 «Одиночные перемещения на поле боя. Перемещения в группах. В составе подразделения»

Теоретическое занятие: виды и способы перемещений в различных условиях.

Практические занятия: перебежки, переползания с изготовкой для стрельбы из различных положений. Движение в составе группы.

Тема 9.4 «Действия наблюдателя при ведении разведки. Понятие разведки, назначение дозорных и их обязанности.»

Теоретическое занятие: Понятие «наблюдение». Виды наблюдения. Выбор места для ведения наблюдения. Основные обязанности наблюдателя. Журнал наблюдений. Схема наблюдателя.

Практические занятия: оборудование наблюдательного пункта. Составление схемы наблюдения.

Тема 9.5 «Маскировка.»

Теоретическое занятие: Виды маскировок. Способы маскировки в зависимости от местности и освещения. Войсковые средства маскировки.

Практические занятия: Маскировка на местности.

Тема 9.6 «Выбор огневой позиции. Сектор контроля»

Теоретическое занятие: Основные понятия. Виды огневых позиций в сухопутных войсках. Особенности при выборе огневой позиции.

Практические занятия: Занятие и обустройство огневой позиции.

Тема 9.7 «Марш и походное охранение»

Теоретическое занятие: Марш и походное охранение. Построение походного охранения, место и задачи в походном охранении. Обеспечение марша, порядок движения, ориентирование, осмотр местности и местных предметов днем. Разведка. Требования, предъявляемые к разведке. Место отделения в разведке. Задачи, решаемые дозорным отделением. Ведение разведки.

Практические занятия: группа на марше, ориентирование, осмотр местности, разведка. Группа в охранении.

Тема 9.8 «Тактические игры»

Теоретическое занятие: Условия и правила игры. Легенда. Техника безопасности в игре. Брифинг.

Практические занятия: решение ситуационных задач в составе подразделения.

Содержание профориентационной работы

Программа нацелена на раннюю профориентацию обучающихся посредством посещения музеев и экскурсий в военные училища, силовые ведомства, части МЧС и смежных структур.

Цель программы – формирование профориентационной компетентности подростков путем включения в процесс активного планирования своего профессионального будущего.

Задачи:

- активизировать внутренние психологические ресурсы обучающихся для формирования умения составлять и корректировать свою профессиональную перспективу;
- помочь осознать значимость правильного выбора будущей профессии;
- создать условия для раннего самоопределения в выборе будущей профессии.

Содержание воспитательной работы

Программа воспитательной работы содержит внутренние, муниципальные, региональные и всероссийские культурно-массовые, спортивно-массовые и культурно-просветительские мероприятия, направленные на создание целостных воспитательных систем, позволяющих повысить статус воспитания в образовательных учреждениях, перейти от акций и мероприятий, посвященных каким-либо датам, к планируемой целенаправленной воспитательной деятельности.

Цель программы – создание условий для патриотического, гражданского и духовно- нравственного воспитания обучающихся; формирование чувства гордости за свою Отчизну.





Задачи:

- помочь обучающимся осознать нравственные нормы и правила;
- углубить знания об истории, традициях, культуре народов России, о своём родном крае, своей семье;
- воспитывать гордость за свою Родину, уважение к патриотам своей земли, защитникам земли Русской;
- способствовать формированию у обучающихся чувства сопричастности к истории и ответственности за будущее страны;
- воспитывать у обучающихся активную жизненную позицию.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

В результате реализации общеобразовательной программы социально-педагогической направленности «Юнармия» ожидается:

- Ранняя профориентация.

- 
 Активизация и повышение интереса школьников к изучению истории Отечества, в том числе военной истории, к историческому прошлому нашей страны, ее героическим страницам, повышение уровня осознания необходимости сохранения памяти о великих исторических подвигах защитников Отечества; повышение интереса к военно-прикладным видам спорта, гуманитарным и естественно-географическим наукам, литературе, музыке, изобразительному искусству.
- 
 Осознание ответственности за судьбу страны, формирование гордости за сопричастность деяниям предыдущих поколений.
- 
 Способность к самореализации в пространстве российского государства, формирование активной жизненной позиции; знание и соблюдение норм правового государства, готовность к выполнению долга защиты Отечества.
- 
 Осознание обучающимися высших ценностей, идеалов, ориентиров, способность руководствоваться ими в практической деятельности.

Программа отражает необходимый обществу и государству социальный заказ на воспитание гражданина своей Родины, патриота с активной жизненной позицией. Конечным результатом реализации программы должны стать активная гражданская позиция и патриотическое сознание обучающихся, как основа личности будущего гражданина России, обладающего навыками и умениями начальной военной подготовки защитника Российской Федерации.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий









2.1. Календарный учебный график.

Календарный учебный график представлен в Приложении №6.

2.2. Условия реализации программы.

Для реализации программы «Юнармия» необходимо выполнение следующих условий.

2.2.1. Материально-техническое обеспечение и оборудование в расчете на количество обучающихся по дисциплинам:

1. «Военная история»:
 - 
 Учебно-лекционный кабинет (аудитория), оборудованный видеопроектором и акустической системой;
 - 
 Учебные фильмы;
 - 
 Учебно-методические пособия.
2. «Огневая подготовка»:
 - 
 учебный класс, оборудованный видеопроектором и акустической системой;
 - 
 макеты АК-74М, РПК, СВД, ПМ, АК-12, МР-443 «Грач»;
 - 
 учебные магазины;
 - 
 учебные патроны 5,45*39;
 - 
 мишени;

- наглядные пособия;
- стрелковый тир для стрельбы по мишеням с дистанции 10м.
- пневматические винтовки;
- упоры;
- плащ-палатки;
- шлем армейский металлический;
- ремни поясные с подсумками АК-74;
- охолощённое оружие СХП АК-103;
- холостые патроны 7,62*39 для СХП АК-103;
- учебные фильмы;
- учебно-методические пособия.

3. «Строевая подготовка»:

- Строевой плац;
- Строевой Устав ВС РФ.

4. «Основы самообороны»:

- учебный класс, оборудованный видеопроектором и акустической системой;
- спортивный зал, оснащенный борцовским ковром – татами;
- шлем с решетчатым забралом, перчатки-краги, футы, бандаж, самбовки, защитный жилет-протектор;
- наглядные пособия;
- макивары, лапы, мешок для постановки и отработки ударов;
- учебные фильмы;
- учебно-методические пособия.

5. «Основы оказания первой помощи»:

- учебный класс, оборудованный видеопроектором и акустической системой;
- манекен-тренажер сердечно-легочной реанимации;
- аптечка первой помощи: бинты, жгуты, маски для ИВЛ с обратным клапаном;
- дидактический материал;
- учебные фильмы;
- учебно-методические пособия.

6. «Общая физическая подготовка»:

- учебный класс, оборудованный видеопроектором и акустической системой;
- спортивный зал со следующим оснащением: гимнастические маты, подкидной мостик, атлетические тренажеры, набивные мячи, гимнастические палки, гири, гантели, скакалки, борцовский ковер – татами;
- стадион с установленной полосой для общей физической подготовки (гимнастические брусья, гимнастический канат, перекладина, гимнастические кольца, скамья для отжимания и пресса), беговая дорожка с разметкой на 60 и 100 м;
- учебные фильмы;

■ учебно-методические пособия.

6. «Туризм и выживание»:

- плащ-палатки;
- веревка диаметр 6мм – длина 50 м;
- маскировочные сети;
- компасы и карты;
- котлы для приготовления пищи;
- спальные мешки;
- саперные лопатки;
- туристические, тактические рюкзаки;
- котелки, кружки, фляжки;
- учебно-методические пособия.

7. «Основы тактической подготовки»:

- плащ-палатки;
- трубка разведчика;
- маскировочные сети;
- компасы и карты;
- ММГ АК-74М, СВД, РПК, РПГ;
- учебно-методические пособия.

2.2.2 Информационное обеспечение:

1. Видеофильмы по темам дисциплины «Военная история»
2. Видеофильмы о современном стрелковом оружии, о принципах работы, явлении выстрела, взаимодействии частей и механизмов стрелкового оружия;
3. Видеофильмы о правилах оказания первой помощи в различных ситуациях;
4. Учебные фильмы по темам дисциплины «Основы тактической подготовки»;
5. Сайт ГАУ ДО ТО «Региональный центр допризывной подготовки и патриотического воспитания «Аванпост».

2.2.3 Кадровое обеспечение:

1. Педагогический состав ГАУ ДО ТО «Региональный центр допризывной подготовки и патриотического воспитания «Аванпост».
2. Представители МЧС, подразделений УМВД России, военных учебных заведений (для профессиональной ориентации).

2.3. Формы аттестации

№ п/п	Наименование дисциплины	Форма аттестации при очной форме обучения	Форма аттестации при дистанционной форме
1.	Военная история.	Тест. Приложение 1	Тест. Приложение 1

2.	Огневая подготовка.	Обучающиеся сдают тестирование по ТТХ современного стрелкового вооружения (прил.2). Сдают норматив по разборке-сборке ММГ АК-74М и стрельбе на меткость из ПВ. Приложение 3. Демонстрируют основные приемы стрельбы, изготовка к стрельбе “лежа”, “стоя”, “с колена”.	Обучающиеся сдают тестирование по ТТХ современного стрелкового вооружения (прил.2).
3.	Строевая подготовка.	Смотр строя, в результате которого оценивается выполнения строевых приемов (строевая стойка, движение строевым шагом, повороты на месте и в движении, строевая песня).	Видеоотчет, в результате которого оценивается одиночная строевая подготовка (строевая стойка, движение строевым шагом, повороты на месте и в движении).
4.	Основы самообороны	Контрольное занятие, в результате которого обучающиеся демонстрируют полученные умения и навыки.	Видеоотчет, в результате которого обучающиеся демонстрируют полученные умения и навыки.
5.	Основы оказания первой помощи пострадавшим.	Тест. Приложение 4.	Тест. Приложение 4.
6.	Общая физическая подготовка.	Сдача норм ВФСК ГТО. Приложение 5.	Видеоотчет, в результате которого обучающиеся демонстрируют полученные умения и навыки.
7.	Туризм и выживание	Контрольное занятие, в результате которого обучающиеся демонстрируют навыки ориентирования на местности, добывания и приготовление пищи, способы обеззараживания воды, практически выкладывают различные виды костров и демонстрируют различные способы их разведения.	Тест. Приложение 8
8.	Основы тактической подготовки	Контрольное занятие, в результате которого обучающиеся демонстрируют навыки передвижения на поле боя.	Тест. Приложение 9
9.	Профориентация	Опрос, в результате которого обучающиеся демонстрируют полученные знания о той или иной профессии, службе.	Опрос, в результате которого обучающиеся демонстрируют полученные знания о той или иной профессии, службе.

Для отслеживания уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции, целесообразно использовать следующие формы контроля:

1. Текущий контроль – оперативная и динамичная проверка результатов обучения, сопутствующая процессу выработки и закрепления умений и навыков обучающихся (проверка знаний). Текущий контроль за реализацией программы предусмотрен в конце каждой дисциплины. Контрольное занятие может быть проведено в форме беседы, тестирования, зачетного занятия, полевого выхода или другое, учитывая содержание дисциплины.

2. Тематический контроль – проверка решения заранее определенных задач или программного материала (контрольные занятия, сдача нормативов).

3. Итоговый контроль – оценка результатов обучения за полугодие, год (зачет). В конце полугодия, учебного года обучающиеся сдают зачет по теоретической части, а также нормативы по физической подготовке. Результаты сдачи нормативов, результаты участия обучающихся в соревнованиях по тематике общеобразовательной программы заносятся в протоколы.

На начальных этапах обучения (октябрь) обучающиеся сдают входные нормативы по физической подготовке.

Итоговый контроль осуществляется в 2 этапа:

- 1) устный зачет по содержанию программы,
- 2) практический этап (сдача контрольных нормативов).

2.4. Оценочные материалы

Проверка знаний, умений и навыков обучающихся осуществляется: в процессе обучения, в конце обучения (по теме, разделу) и на итоговых зачетах.

В ходе проверки оцениваются:

- техника выполнения двигательных действий;
- знания;
- методические умения обучающихся.

Задания, позволяющие определить достижение обучающимися планируемых результатов:

1. Военная история.

По темам 2.1-2.21 проводится общий опрос, в результате которого обучающиеся должны рассказать о значимых датах, сражениях и героях прошедших войн и вооруженных конфликтов, их результатах и значении. По окончании курса проводится тестирование на знание всего изученного материала (Приложение 1).

2. Огневая подготовка.

По дисциплине «Огневая подготовка» проводятся контрольные занятия, в ходе которых обучающиеся демонстрируют знания основных приемов стрельбы и основ выстрела, умения выполнять упражнения учебной стрельбы, практические навыки эксплуатации огнестрельного оружия. Ежегодно проводятся соревнования по огневой подготовке среди слушателей центра.

По темам 3.1, 3.2 в конце занятия проводится опрос.

По темам 3.3-3.6 и 3.11 проводятся тесты (Приложение 2).

На зачёт обучающиеся выполняют норматив по неполной разборке-сборке АК-74М, метанию гранат на дальность, стрельбе из пневматической винтовки (Приложение 3).

3. Строевая подготовка.

По дисциплине «Строевая подготовка» проводится строевой смотр, в ходе которого проверяется одиночная строевая подготовка обучающихся, слаженность подразделения, знание строевого устава, строевые приёмы без оружия.

По теме 4.5. проводится смотр караулов в соответствии с положением, разработанным ГАУ ДО ТО «Региональный центр допризывной подготовки и патриотического воспитания «Аванпост».

4. Основы самообороны.

По дисциплине «Основы самообороны» проводятся контрольные занятия, по результатам которых обучающийся должен выполнить элементы нижней акробатики (кувырок, падение), приемы рукопашного боя (освобождение от захватов, защита от ударов).

5. Основы оказания первой помощи.

По дисциплине «Основы оказания первой помощи» проводятся контрольные занятия, в ходе которых обучающиеся демонстрируют знания алгоритма оказания первой помощи в различных ситуациях, решают ситуативные задачи, решают тесты (Приложение 4).

6. Общая физическая подготовка.

По теме 7.1 проводится опрос, в ходе которого обучающиеся демонстрируют полученные знания.

По темам 7.2 – 7.6 проводятся контрольные занятия на правильность техники выполнения упражнений, приёмов.

Тема 7.7 – это сдача тестовых нормативов ВФСК ГТО на быстроту, силу, выносливость, гибкость (Приложение 5), с периодичностью 4 раза за учебный год.

7. Туризм и выживание.

По темам 8.1,8.2 проводится опрос на знание изученного материала.

По темам 8.2-8.10 проводятся контрольные занятия, в ходе которых обучающиеся демонстрируют навыки ориентирования по компасу и местным предметам, ориентирования по карте, выживания в условиях вынужденной автономии.

8. Основы тактической подготовки.

По темам 9.1 проводится опрос на знание изученного материала.

По темам 9.2-9.8 проводятся контрольные занятия, в ходе которых обучающиеся демонстрируют знания основ тактических действий в различных ситуациях.

Раздел 2.5. Методические материалы

Методика работы по программе характеризуется общим поиском эффективных технологий, позволяющих конструктивно воздействовать как на развитие физических качеств обучающихся, на решение их индивидуально-личностных проблем, так и на совершенствование среды их жизнедеятельности.

Важнейшее требование к занятиям:

1. дифференцированный подход к обучающимся с учетом их здоровья, физического развития, двигательной подготовленности;
2. формирование у обучающихся навыков для самостоятельных занятий спортом и получения новых знаний.

Предполагается использовать методики, основанные на постепенном изучении программного материала.

Все используемые методы условно можно разделить на группы:

- методы, оценивающие и стимулирующие деятельность личности;
- методы, побуждающие и формирующие определенную деятельность, сознание личности;
- методы самовоспитания, т.е. самоуправляемого воспитания, которое подразумевает систему самостоятельных упражнений и тренировок.

Методы, используемые для организации деятельности по программе:

Метод убеждения – разъяснение, эмоционально-словесное воздействие, внушение, просьба.

Словесные методы – рассказ, лекция, беседа, дискуссия, опрос, этическая беседа, диспут, инструкция, объяснение.

Метод показа – демонстрация изучаемых действий, экскурсии, посещение соревнований и т.п.

Метод упражнения – систематическое выполнение и повторение изучаемых действий, закрепление полученных знаний, умений и навыков.

Метод состязательности – поддержание у обучающихся интереса к изучаемому материалу, проверка на практике действенности полученных знаний и умений, демонстрация и сравнение достижений обучающихся, определение успехов, ошибок и путей их исправления.

Анкетирование, опрос обучающихся. Позволяют выяснить состояние и динамику развития личностных качеств обучающихся и определить направления дальнейшего педагогического воздействия на обучающихся.

Работа с родителями - родительские собрания, родительский комитет, индивидуальная работа. Дает возможность для согласованного воздействия на учащегося, педагогов и родителей.

Практические занятия проводятся в группах с целью закрепления и совершенствования обучающихся ранее приобретенных навыков и умений, отработки коллективных действий, а также для сплочения коллектива. В практике обучения применяется известный принцип: «Делай, как я!».

Тактико-строевые занятия, как правило, предшествуют тактическим занятиям и проводятся с целью отработки обучающимися техники выполнения приемов и способов действий личного состава (подразделений) в определенных условиях обстановки. Приемы и способы действий могут отрабатываться путем их повторения. Переход к выполнению очередного вопроса осуществляется только после того, как отрабатываемые приемы и способы действий поняты и выполняются четко и правильно. Для каждого учебного вопроса создается тактическая обстановка.

Тактические занятия – в ходе занятий обучающимся прививаются навыки и умения по выполнению должностных обязанностей в боевой обстановке. Учебные вопросы на них отрабатываются последовательно, в соответствии с замыслом и тактической обстановкой. В течение года с обучающимися проводятся экскурсии по территории военных учебных заведений, где они знакомятся со стрелковым оружием, применяемым в ВС РФ, с жизнью и бытом военнослужащих. В процессе проведения занятий педагог проводит инструктаж по технике безопасности. В конце каждого занятия проводится закрепление знаний, умений и навыков. Педагог проводит анализ работы обучающихся, акцентирует внимание на допущенные ошибки. Реализация программы предполагает осуществление тесной связи со школьными дисциплинами (ОБЖ, физика, химия, история, физическая подготовка). На занятиях используются, в сочетании, различные методы обучения:

- словесный (рассказ, беседа, диалог, объяснение);
- наглядный (рисунки, плакаты, таблицы, схемы, видеоматериалы);
- практический (графические работы, наблюдения, упражнения),
- метод игры (игра на развитие внимания, памяти, наблюдательности, глазомера); На занятиях по специальной подготовке чаще всего применяют комбинированные методы (рассказ + использование плакатов, видеоматериала + упражнение и т.д.).

Воспитательная деятельность. Система методов воспитания основана на глубоком уважении человеческого достоинства обучающегося, всестороннем развитии его личности, духовных и физических сил, удовлетворении его растущих духовных потребностей. Основным методом воспитания является метод убеждения, сочетаемый с методами примера, упражнения, поощрения, принуждения. Между всеми методами существует органическая связь и взаимозависимость. Именно она определяет сущность воспитательной технологии при реализации программы. Программой предусмотрен ряд мероприятий, направленных на воспитание патриотизма у обучающихся: беседы с подростками, посвященные Дням воинской славы, знаменитым людям РФ; беседы по прочитанным книгам и просмотренным фильмам. Мощным стимулом для воспитания духовно-нравственных ценностей у обучающихся являются экскурсии в музеи, встречи с участниками Великой Отечественной войны и локальных воин, тружеников тыла, сотрудниками правоохранительных органов и разведывательных подразделений.

Алгоритм учебного занятия выглядит следующим образом:

Организационный момент. Как правило, характеризуется внешней и внутренней (психологической) готовностью слушателей к занятию. Обычно в орг.момент входит приветствие, проверка личного состава, оборудования.

Вводная часть – предназначена для доведения до обучаемых цели занятия, постановки им учебной задачи, начиная с объявления темы занятия и обоснования ее актуальности. Затем следует указать, какие цели ставятся перед обучаемыми, объявить отрабатываемые на занятии учебные вопросы и порядок проведения занятия.

В ходе изложения вступительной части, особенно материала, имеющего практическое предназначение, целесообразно проверить подготовку обучаемых методом опроса.

Основная часть занятия – отработка запланированных учебных вопросов. В зависимости от вида занятия и его целей отработка учебных вопросов может осуществляться различными методами: обсуждение поставленных вопросов (беседа, семинар), тренировка, практическая работа и т.п. В любом случае в ходе отработки вопросов педагог обучает слушателей, осуществляя доведение до них учебного материала спланированными приемами и способами, то есть реализуя намеченные цели обучения.

В ходе занятия педагог должен обеспечить активную работу всех обучаемых по усвоению содержания обрабатываемых вопросов, выработку у них необходимых умений и навыков, контроль усвоения обучаемыми материала и в соответствии с результатами контроля ввод необходимых корректировок в ход занятия.

На занятии должны использоваться все имеющиеся возможности по комплексному обучению слушателей, что, в свою очередь, не должно отрицательно сказываться на отработке конкретных вопросов. В ходе их отработки должны создаваться условия, приближенные к условиям реальной жизни и практической деятельности.

Заключительная часть: подведение итогов, проверка полученных знаний и умений. К подведению итогов занятия педагог должен готовиться еще до его начала (при подготовке к занятию он намечает структуру его разбора, готовит теоретическую часть, необходимые иллюстрационные материалы). В ходе занятия, при отработке вопросов, он анализирует действия обучаемых на занятии и накапливает необходимые данные.

В начале подведения итогов целесообразно напомнить тему занятия и цели, которые были поставлены. Затем необходимо проанализировать работу обучаемых в ходе занятия при отработке поставленных вопросов, определить положительное в их действиях и недостатки, отметить полноту и качество достижения целей занятия. В заключении подведения итогов даются рекомендации по устранению выявленных недостатков, а также определяются методические рекомендации по дальнейшему углубленному изучению материала по теме занятия.

По окончании проводится анализ эффективности занятия:

- уровень освоения учебного материала;
- соответствие способов работы поставленным целям и содержанию;
- уровень организации занятия;
- психологическое состояние слушателей;
- материально-техническое обеспечение;
- учебно-методическое сопровождение.

На основе анализа делаются выводы и вносятся корректировки в приемы и методы обучения, в структуру занятия.

Методические и дидактические материалы, используемые в ходе реализации программы:

- 🎬 Методические рекомендации по проведению учебных занятий по ДООП «Юнармия»: «Аванпост»;
- 🎬 Методические рекомендации по проведению занятий по дисциплине «Огневая подготовка»: «Аванпост»;
- 🎬 Методические рекомендации по оказанию первой помощи: «МЧС»;
- 🎬 Методические рекомендации по проведению занятий общей физической подготовкой: «Аванпост»;
- 🎬 Плакаты по огневой подготовке по темам занятий;
- 🎬 Плакаты по строевой подготовке по темам занятий;
- 🎬 Плакаты по оказанию первой помощи по темам занятий;
- 🎬 Плакаты по самообороне;
- 🎬 Плакаты по тактической подготовке.

Раздел 2.6. Список используемой литературы и информационных ресурсов

1. Федеральный закон от 29.09.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р);
3. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
4. Федеральный закон от 29.12.2010 N 436-ФЗ (ред. от 18.12.2018) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;
5. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831);
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242),
7. Положение о рабочей программе педагога дополнительного образования Государственного автономного учреждения дополнительного образования Тюменской области «Региональный центр допризывной подготовки и патриотического воспитания «Аванпост».

8. В.Р. Мединский, М.Ю.Мягков, Ю.А.Никифоров. – Военная история России. Учебное пособие для общеобразовательных организаций. 3-е издание, исправленное, дополненное. ООО «Торговый дом РВИО (Российское военно-историческое общество)» 2018 г.
9. А.Волков, В.Е.Воронин, В.В. Горский – Военная история России с древнейших времен до конца XIX века. Учебное пособие. М. «Прометей» 2012 г.
10. Жуковский В., Ковалев С., Петров И. Психология стрельбы. М., 2003г.
11. <https://structure.mil.ru/structure/forces/ground/weapons/arma.htm>
12. Курс стрельб из стрелкового оружия, боевых машин и танков Вооруженных Сил Российской Федерации (КС СО БМ и Т- 2003). Издание 3-е, исправленное и дополненное. М.:2011
13. Апакидзе В.В., Дудков Р.Г. Методика строевой подготовки. Воениздат, М., 1987
14. Строевой Устав ВС РФ, 2006г.
15. В. Н. Вельмякин, В. В. Модестов. Боевое самбо и рукопашный бой для спецвойск. Методическое пособие – Рязань, 1993 г.
16. Ретюнских А.И. Русский стиль рукопашного боя (стиль Кадочникова). Методическое пособие – Киев, 1992г.
17. Методические рекомендации по оказанию первой помощи. МЧС РФ. М.:2018г.
18. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М., «Академия», 2000.
19. Методические рекомендации В. Г. Варламов, Центральный совет по туризму и экскурсиям Центральное рекламное-информационное бюро “Турист”, Москва—1983
20. Приемы и способы действий солдата в бою. Москва. Военное изд. – 2010г.
21. Тактическая подготовка солдата, мотострелкового отделения и взвода. Москва. Военное изд. – 2009г.

Приложение № 1
к рабочей программе по дисциплине
«Военная история»
для ДООП «ЮНАРМИЯ»

Тест по дисциплине «Военная история».

1. В каком году состоялось сражение на Неве?

1. 988г. 2. 1147г. 3. **1240г.** 4. 1242г.

2. В каком году состоялось Ледовое побоище?

1. 1147г. 2. 1240г. 3. **1242г.** 4. 1380г.

3. Под чьим командованием русские войска одержали победу над монголо-татарским полчищем в 1380 году?

1. Князя Александра Невского. 2. **Князя Дмитрия Донского.**
3. Князя Юрия Долгорукого. 4. Князя Ярослава Мудрого.

4. Какой патриотический подвиг совершили Минин и Пожарский?

1. Освободили Русь от нашествия Золотой орды
2. Открыли и исследовали Аляску
3. Присоединили Сибирские земли
4. **Организовали народное ополчение**

5. Укажите, кто командовал русской армией, одержавшей победу над шведами в Полтавской битве?

1. **Петр-I.** 2. Александр-II.
3. Алексей Орлов. 4. Александр Меншиков.

6. В каком году был основан 38-Тобольский Пехотный полк?

1. 1612г. 2. 1642г. 3. **1703г.** 4. 1812г.

7. Укажите название флота, разгромившего шведскую эскадру адмирала Ватранга в битве при Гангуте?

1. **Балтийский флот** 2. Черноморский флот
3. Северный флот 4. Тихоокеанский флот

8. В каком сражении русский флот под командованием графа Орлова одержал победу в 1770г.?

1. Гангутское сражение. 2. **Чесменское сражение.**
3. Полтавское сражение. 4. Османское сражение.

9. Укажите морское сражение русского и турецкого флотов, завершившее русско-турецкую войну?

1. **Бой при Тендре**
2. Бой при Калиакрии
3. Бой у Змеиного острова
4. Бой при Стамбуле

10. Укажите командующего русскими войсками при штурме турецкой крепости Измаил в 1790 году?

1. Ф.Ф.Ушаков
2. М.Б. Барклай де Толли
3. М.И.Кутузов
4. **А.В.Суворов**

11. В каком году состоялась битва русской армии под командованием М. И. Кутузова с французской армией Наполеона Бонапарта на Бородинском поле?

1. в 1614 г.
2. в 1790 г.
3. **в 1812 г.**
4. 1917г.

12. Укажите, о каком событии идет речь: «Они одними из первых приняли на себя удар немецко-фашистских оккупантов и держали оборону 32 дня оставив надпись на стене «Я умираю, но не сдаюсь! Прощай Родина»?

1. Битва за Москву.
2. Оборона батареи Раевского
3. Оборона форта Сталина
4. **Оборона Брестской крепости**

13. Укажите дату начала контрнаступления советских войск против немецко-фашистских захватчиков в битве под Москвой?

1. **5 декабря 1941г.**
2. 22 июня 1941г.
3. 15 августа 1942г.
4. 7 ноября 1943г.

14. В какой битве победа советских войск ознаменовала начало коренного перелома во Второй мировой и в Великой Отечественной войне?

1. Битва за Смоленск
2. **Сталинградская битва**
3. Битва за Севастополь
4. Симферопольская битва

15. В честь какого события был Первый салют Великой Отечественной войны?

1. Победа в битве за Москву
2. Победа в битве за Берлин
3. Прорыв блокады Ленинграда
4. **Победа в Курской битве**

16. Сколько дней длилась блокада Ленинграда?

1. почти 390 дней
2. почти 300 дней
3. **почти 900 дней**
4. почти 90 дней

17. Укажите дату, когда на здании Рейхстага был водружён советский флаг?

1. 9 мая 1945г.
2. 30 августа 1944г.
3. 8 мая 1945г.
4. **30 апреля 1945г.**

18. В каком году был основан Учебный центр "Аванпост"?

1. 1991г.
2. 1998г.
3. **1993г.**
4. 2003г.

19. Какие строки не содержит Клятва Юнармейца?

1. Следовать традициям доблести, отваги и товарищеской взаимовыручки
2. Чтить память героев, сражавшихся за свободу и независимость нашей Родины, быть патриотом и достойным гражданином России
3. Стремиться к победам в учебе и спорте, вести здоровый образ жизни, готовить себя к служению и созиданию на благо Отечества
4. **Всегда быть защитником представителей государственной власти, преодолевать все трудности в борьбе за награды и поощрения**

Приложение № 2
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе
социально-педагогической направленности
«ЮНАРМИЯ»

Тест по теме «Общее устройство, ТТХ и принцип работы 5,45мм РПК-74».

1. Какова начальная скорость полета пули 5,45мм РПК-74?

1. 900 м/сек. 2. 730 м/сек. 3. 810 м/сек. 4. 960 м/сек.

2. Емкость магазина?

1. 30 патронов. 2. 40 патронов. 3. 45 патронов. 4. 35 патронов.

3. Укажите массу РПК-74 со снаряженным магазином?

1. 4,7 кг. 2. 5,77 кг. 3. 5,46 кг. 4. 3,6 кг.

4. Сколько нарезов имеет канал ствола 5,45 РПК-74?

1. Два. 2. Три. 3. Ни одного. 4. Четыре.

5. Какова длина патрона 5,45 мм РПК-74?

1. 35 мм. 2. 39 мм. 3. 25 мм. 4. 54 мм.

6. Укажите темп стрельбы РПК-74.

1. 60 выстрелов в минуту.

2. 600 выстрелов в минуту.

3. 600 выстрелов в секунду.

4. 60 выстрелов в секунду.

7. Какую функцию выполняет возвратный механизм?

1. Служит для возвращения затворной рамы с затвором в крайнее заднее положение.

2. Служит для возвращения затворной рамы с затвором в крайнее переднее положение.

3. Для всего вышеперечисленного.

8. Прицельная дальность РПК-74?

1. 600м. 2. 800м. 3. 1000м. 4. 1200м.

9. В каком из ответов правильно перечислены предметы, входящие в комплект РПК-74?

1. сумка для переноски, направляющий стержень с защелкой, затыльник с ремнем и банник.
2. коробки с патронными лентами, принадлежность, ремень, чехол, запасные части и запасной ствол.
3. принадлежность, ремень и две сумки для магазинов.
4. Протирка, масленка, подсумок, чехол.

10. На каком принципе основана работа автоматики 5,45мм РПК-74?

1. Использование энергии пороховых газов при подвижном вперед стволе и неподвижном затворе.
2. Использование отдачи при коротком ходе ствола.
3. Использование энергии пороховых газов, отводимых из канала ствола.
4. Использование отдачи свободного затвора.

Тест по теме «Общее устройство, ТТХ и принцип работы СВД».

1. Укажите калибр СВД?

1. 5,45мм. 2. 5,56мм. 3. 7,62мм. 4. 9мм.

2. Емкость магазина?

1. 9 патронов 2. 6 патронов 3. 8 патронов 4. 10 патронов

3. Укажите дальность полета пули?

1. 1000м. 2. 1300м. 3. 3000м. 4. 3800м.

4. Сколько нарезов имеет канал ствола СВД?

1. Два. 2. Три. 3. Ни одного. 4. Четыре.

5. Какова длина патрона СВД?

1. 45 мм. 2. 51 мм. 3. 54 мм. 4. 39 мм.

6. Во сколько раз оптика ПСО-1 увеличивает изображение?

1. 3 крат. 2. 4 крат. 3. 5 крат. 4. 6 крат.

7. Укажите назначение тумблера на ПСО-1:

1. Для переключения кратности увеличения прицела.
2. Для включения-выключения подсветки сетки.
3. Для включения-выключения изображения на линзах прицела.

8. Укажите прицельную дальность СВД с открытым прицелом.

1. 800 метров 2. 1000 метров 3. 1200 метров 4. 1300 метров

9. В каком из ответов правильно перечислены предметы, входящие в принадлежность 9 мм пистолета Макарова?

1. сумка для переноски, направляющий стержень с защелкой, затыльник с ремнем и банник.
2. коробки с патронными лентами, принадлежность, ремень, чехол, запасные части и запасной ствол.
3. прицел снайперский оптический, штык-нож, сумка для прицела и магазинов, сумка под ЗИП, ремень для ношения стрелкового оружия.
4. прицел снайперский оптический, штык-нож, ремень, чехол, запасные части и запасной ствол.

10. На каком принципе основана работа автоматики СВД?

1. Использование энергии пороховых газов при подвижном вперед стволе и неподвижном затворе.
2. Использование отдачи при коротком ходе ствола.
3. Использование энергии пороховых газов, отводимых из канала ствола.
4. Использование отдачи свободного затвора.

Тест по теме «Общее устройство, ТТХ и принцип работы ПМ».

1. Какова начальная скорость полета пули 9 мм пистолета Макарова?

1. 350 м/сек. 2. 730 м/сек. 3. 810 м/сек. 4. 315 м/сек.

2. Емкость магазина?

1. 9 патронов 2. 6 патронов 3. 8 патронов 4. 10 патронов

3. Укажите вес пистолета Макарова с магазином без патронов?

1. 830 г. 2. 710 г. 3. 810 г. 4. 730 г.

4. Сколько нарезов имеет канал ствола 9 мм пистолета Макарова?

1. Два. 2. Три. 3. Ни одного. 4. Четыре.

5. Какова длина патрона 9 мм пистолета Макарова?

1. 26,75 мм. 2. 25 мм. 3. 18 мм. 4. 20 мм.

6. Какова боевая скорострельность 9 мм пистолета Макарова?

1. 10 выстрелов в минуту.

2. 30 выстрелов в минуту.

3. 40 выстрела в минуту.

4. 20 выстрелов в минуту

7. Укажите назначение насечки по бокам затвора:

1. Для исключения отсвечивания поверхности затвора при прицеливании

2. Для удобства отведения затвора рукой.

3. Для всего вышеперечисленного.

8. До какого расстояния огонь из 9 мм пистолета Макарова является эффективным?

1. до 25 метров 2. до 50 метров 3. до 80 метров 4. до 40 метров

9. В каком из ответов правильно перечислены предметы, входящие в принадлежность 9 мм пистолета Макарова?

1. Кобура, 16 патронов, запасной магазин, шомпол.

2. 16 патронов, протирка, шомпол, кобура, запасной магазин, пистолетный ремешок.

3. Пистолетный ремешок, запасной магазин, кобура, протирка.

10. На каком принципе основана работа автоматики 9 мм пистолета Макарова?

1. Использование энергии пороховых газов при подвижном вперед стволе и неподвижном затворе.

2. Использование отдачи при коротком ходе ствола.

3. Использование энергии пороховых газов, отводимых из канала ствола.

4. Использование отдачи свободного затвора.

Тест по теме «Общее устройство, ТТХ и принцип работы АК-12».

1. Какова начальная скорость полета пули 5,45мм АК-12?
 1. 900 м/сек.
 2. 730 м/сек.
 3. 810 м/сек.
 4. 960 м/сек.
2. Укажите ёмкость коробчатого магазина?
 1. 30 патронов.
 2. 40 патронов.
 3. 45 патронов.
 4. 90 патронов.
3. Укажите массу АК-12 без патронов?
 1. 3 кг.
 2. 3,5 кг.
 3. 3,9 кг.
 4. 3,6 кг.
4. Сколько нарезов имеет канал ствола АК-12?
 1. Два.
 2. Три.
 3. Ни одного.
 4. Четыре.
5. Какова длина патрона 5,45 мм АК-12?
 1. 35 мм.
 2. 39 мм.
 3. 25 мм.
 4. 54 мм.
6. Укажите темп стрельбы АК-12.
 1. 600 выстрелов в минуту.
 2. 700 выстрелов в минуту.
 3. 600 выстрелов в секунду.
 4. 60 выстрелов в секунду.
7. Сколько фиксированных положений имеет регулируемый по длине приклад?
 1. 2.
 2. 3.
 3. 4.
 4. 5,
8. Каким прицельным приспособлением оснащен АК-12?
 1. открытым прицелом
 2. коллиматорным прицелом
 3. апертурным прицелом
 4. диоптрическим прицелом
9. Какую функцию выполняет Газовая трубка?
 1. отведение пороховых газов из канала ствола
 2. направление движения газового поршня
 3. катализ пороховых газов в СО₂
 4. направление пороховых газов из канала ствола

10. На каком принципе основана работа автоматики 5,45мм АК-12?

1. Использование энергии пороховых газов при подвижном вперед стволе и неподвижном затворе.
2. Использование отдачи при коротком ходе ствола.
3. Использование энергии пороховых газов, отводимых из канала ствола.
4. Использование отдачи свободного затвора.

Тест по теме «Гранаты».

Вопрос № 1.

По какой команде осуществляется бросок гранаты?

- А. «Гранатой – ОГОНЬ!» Б. «Гранату – БРОСАЙ!»
В. «Гранату – МЕТАЙ!» Г. «Гранату в ОГОНЬ!»

Вопрос № 2

Какие действия должен выполнять по команде «Разрядить гранату»?

- А. запал вывинчивается, завертывается в ветошь (бумагу) и укладывается в гранатную сумку; в трубку корпуса ввертывается пробка и граната укладывается в сумку
Б. граната бросается в безопасное место и там подрывается, так как безопасное разряжение гранаты исключено
В. в отверстие запала вставляется чека, усики разводятся в стороны, после чего граната укладывается в сумку

Вопрос № 3

Радиус поражения гранаты РГД-5.

- А. 25 м Б. 40 м В. 50 м

Вопрос № 4

Укажите время горения замедлителя запала УЗРГМ.

- А. 1,5-2,7 сек. Б. 3,2-4,2 сек. В. 5-6сек.

Вопрос № 5

Какую гранату прозвали «Лимонкой»?

- А. РГД-5 Б. Ф-1 В. РГН

Вопрос № 6

Укажите, какой должна быть средняя дальность броска гранаты РГД-5.

- А. 15-20 м Б. 20-40 м В. 30-45 м

Вопрос № 7

Укажите, какой должна быть средняя дальность броска гранаты Ф-1.

- А. 15-20 м Б. 20-40 м В. 30-45 м

Вопрос № 8

Под каким углом рекомендуется метать гранату для поражения живой силы противника, расположенной в окопе (траншее) или на открытой местности?

- А. 15-20гр. Б. 20-30гр. В. 35-45гр. Г. 45-60гр.

Вопрос № 9

Радиус поражения гранаты Ф1

- А. 100 м. Б. 200 м. В. 300 м.

Вопрос № 10

Тип гранаты РГД5.

- А. Оборонительная Б. Наступательная В. Оборонительно-наступательная

Приложение № 3
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе
социально-педагогической направленности
«ЮНАРМИЯ»

Контрольные нормативы по стрельбе из пневматической винтовки.

Возрастная категория	Образовательная ступень	Положение для стрельбы	Расстояние	Цель	Зачёт
11-12 лет	1 год обучения	Сидя с упора	5 метров	Мишенная установка для стрельбы из пневматической винтовки	1/5
11-12 лет	2 год обучения	Стоя	5 метров	Мишенная установка для стрельбы из пневматической винтовки	3/5
13-14 лет	1 год обучения	Сидя с упора	10 метров	Мишенная установка для стрельбы из пневматической винтовки	2/5
13-14 лет	2 год обучения	Стоя	10 метров	Мишенная установка для стрельбы из пневматической винтовки	3/5

Контрольные нормативы по неполной разборке-сборке АК-74М.

Пол	Возрастная категория	Образовательная ступень	Время неполной разборки			Время неполной сборки		
			Золото	Серебро	Бронза	Золото	Серебро	Бронза
Мальчики	11-12 лет	1 год обучения	30 сек	35 сек	40 сек	60 сек	70 сек	80 сек
	11-12 лет	2 год обучения	20 сек	25 сек	30 сек	25 сек	30 сек	35 сек

	13-14 лет	1 год обучения	25 сек	30 сек	35 сек	40 сек	50 сек	60 сек
	13-14 лет	2 год обучения	17 сек	21 сек	25 сек	23 сек	26 сек	30 сек
Девочки	11-12 лет	1 год обучения	35 сек	40 сек	45 сек	70 сек	80 сек	90 сек
	11-12 лет	2 год обучения	25 сек	30 сек	35 сек	35 сек	45 сек	55 сек
	13-14 лет	1 год обучения	30 сек	35 сек	40 сек	45 сек	55 сек	65 сек
	13-14 лет	2 год обучения	20 сек	24 сек	28 сек	28 сек	31 сек	34 сек

Контрольные нормативы по метанию гранат на дальность (Учебная Ф-1 600гр.).

Возрастная категория	Образовательная ступень	Положение для метания	Дальность метания гранаты		
			Золото	Серебро	Бронза
11-12 лет	1 год обучения	Стоя с разбега	12 метров	10 метров	8 метров
11-12 лет	2 год обучения	Стоя с разбега	15 метров	13 метров	11 метров
13-14 лет	1 год обучения	Стоя с разбега	15 метров	12 метров	10 метров
13-14 лет	2 год обучения	Стоя с разбега	20 метров	17 метров	15 метров

Приложение № 4
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе
социально-педагогической направленности
«ЮНАРМИЯ»

Тест по дисциплине «Основы оказания первой помощи».

Вопрос № 1.

Транспортная шина, какой она должна быть.

- А. С возможностью фиксации только места перелома.
- Б. **С возможностью фиксации места перелома и обездвиживанию двух смежных суставов.**
- В. С возможностью фиксации места перелома и обездвиживания ближайшего сустава.

Вопрос № 2.

Какую повязку следует наложить при повреждении пальца.

- А. Крестообразную
- Б. **Спиральную**
- В. Прощевидную

Вопрос № 3.

При транспортировке пострадавшего с переломом позвоночника пострадавший должен находиться в положении:

- А. **Пострадавший должен быть уложен на жесткий щит, в положении «на животе» (с валиком под верхнюю часть туловища) или на спине (с валиком в поясничном отделе).**
- Б. Пострадавший должен быть уложен на жесткий щит, в положении «на животе» с приподнятым головным концом.
- В. Пострадавший должен быть уложен на жесткий щит, в положении «на животе» с опущенным головным концом.

Вопрос № 4.

Первая помощь при открытом переломе.

- А. **Осуществить правильную иммобилизацию конечности, наложить на рану стерильную повязку, дать обезболивающее средство и организовать транспортировку пострадавшего в лечебное учреждение.**
- Б. Погрузить обнаженные костные осколки в рану, наложить на рану стерильную повязку и пузырь со льдом, дать обезболивающее лекарство и обеспечить покой конечности.
- В. Концы сломанных костей совместить, наложить стерильную повязку на рану, осуществить иммобилизацию конечности.

Вопрос № 5.

Основные правила наложения транспортной шины при переломе костей голени.

- А. Наложить 2 шины с внутренней и наружной сторон ноги от стопы до коленного сустава и прибинтовать их.
- Б. **Наложить 2 шины с внутренней и наружной сторон ноги от стопы до середины бедра, чтобы обездвижить место перелома, коленный и голеностопный суставы.**

Вопрос № 6.

Какой материал может быть использован в качестве шины.

- А. Кусок доски.
- Б. Бинт, вата.
- В. Ткань, мягкий картон.

Вопрос № 7.

Первая помощь при обморожении.

- А. Растереть пораженный участок жестким материалом или снегом.
- Б. Создать условия для общего согревания, наложить ватно-марлевую повязку на обмороженный участок, дать теплое питье.
- В. Сделать легкий массаж, растереть пораженное место одеколоном.

Вопрос № 8.

Чем характеризуется венозное кровотечение.

- А. Кровь из раны вытекает пульсирующей струей, имеет ярко-алую окраску.
- Б. Кровь из раны вытекает непрерывно, сплошной струей темно-красного цвета.
- В. Кровь из раны вытекает редкими каплями или медленно расплывающимся пятном.

Вопрос № 9.

Какие признаки закрытого перелома костей конечностей.

- А. Сильная боль, припухлость мягких тканей и деформация конечностей.
- Б. Конечность искажена, поврежден кожный покров, видны осколки костей.
- В. Синяки, ссадины на коже.

Вопрос № 10.

Как оказать помощь при ожоге кипятком.

- А. Смазать обожженный участок мазью или лосьоном, наложить стерильную повязку.
- Б. Промыть обожженный участок холодной водой минут 10, наложить стерильную повязку, дать болеутоляющее средство.
- В. Обожженную поверхность присыпать пищевой содой, наложить стерильную повязку.

Приложение № 5
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе
социально-педагогической направленности
«ЮНАРМИЯ»

Тестовые нормативы ВФСК «ГТО».

Возрастная категория 11-12 лет/пол						Возрастная категория 13-15 лет/ пол					
М	М	М	Д	Д	Д	М	М	М	Д	Д	Д
Зол	Сер	Бр	Зол	Сер	Бр	Зол	Сер	Бр	Зол	Сер	Бр
Бег 60 метров, сек.						Бег 60 метров, сек.					
9,50	10,40	10,90	10,10	10,90	11,30	8,20	9,20	9,60	9,60	10,40	10,60
Лыжи 2000 метров, мин.						Лыжи 3000 метров, мин.					
12,30	13,50	14,10	13,30	14,40	15,00	16,30	17,40	18,50	19,30	21,30	22,30
Бег 1500 метров, мин.						Бег 2000 метров, мин.					
6,50	8,05	8,20	7,14	8,29	8,55	8,10	9,40	10,00	10,00	11,40	12,10
Подтягивание на перекладине, раз.											
7	4	3				12	8	6			
Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, раз.											
28	18	13	14	9	7	36	24	20	18	12	10
Сгибание на пресс, раз.											
46	36	32	40	30	28	49	39	35	43	34	31
Наклон вперед на гимнастической скамье, см.											
-9	-5	-3	-13	-6	-4	-11	-6	-4	-15	-8	-5
Прыжок в длину с места, см.											
180	160	150	165	145	135	215	190	170	180	160	150
Челночный бег 3*10, сек.											
7,90	8,70	9,00	8,20	9,10	9,40	7,20	7,80	8,10	8,00	8,80	9,00