


муниципальное казённое общеобразовательное учреждение Маслянинская основная общеобразовательная школа №4

<p>Рассмотрено на ШМО смежных дисциплин Протокол № 1 <u>31.08.2019.</u> от <u>Белый</u> В.Г. Белый</p>	<p>«Согласовано» Организатор ВР в МКОУ Маслянинской ООШ №4 <u>Борцова</u> Е.Н. Борцова <u>31.08.2019</u></p>	<p>«Утверждаю» Директор МКОУ Маслянинская ООШ №4 <u>О.В. Ахонян</u> Приказ № <u>310</u> от <u>01.09.2019</u></p> 
--	--	--

Программа внеурочной деятельности
«" Юный армеец".»
Социальное направление
Ступень: основное общее образование

Автор-составитель: Шишкин А. В.,
учитель ОБЖ.

р.п. Маслянино,
Новосибирская обл.
2019

1. Планируемые результаты

По окончании обучения будут достигнуты следующие результаты по предметам

Первая доврачебная помощь

Знать:

- правила остановки кровотечения;
- способы наложения повязок;
- оказание первой помощи при ожогах, обморожениях, солнечном и тепловом ударах.

Уметь:

- накладывать давящие повязки на конечности;
- оказывать первую помощь при ожогах, обморожениях, солнечном и тепловом ударах.

Знать:

- правила первой помощи при отравлениях;
- способы наложения окклюзивной повязки.

Уметь:

- накладывать давящие повязки на голову, нос и пальцы рук;
- проводить иммобилизацию конечностей при помощи шины;
- оказывать первую помощь при отравлениях.

Знать:

- правила первой помощи при ожогах и обморожениях.

Уметь:

- определять признаки опасных для жизни состояний;
- оказывать первую помощь при ожогах и обморожениях.

Знать:

- правила первой помощи при различных ранениях.

Уметь:

- определять признаки опасных для жизни состояний;
- оказывать первую помощь при ожогах и обморожениях.

Знать:

- способы вязки узлов;
- способы организации стоянки зимой.

Уметь:

- обустроить укрытие из подручных средств для ночлега зимой;

Огневая подготовка

Знать:

- меры безопасности при проведении стрельб;
- правила прицеливания;
- порядок неполной разборки автомата.

Уметь:

- выполнять норматив в стрельбе из пневматической винтовки;
- разбирать и собирать автомат в правильной последовательности.

Туристская подготовка

Знать:

- меры безопасности в походе;
- способы разведения костров;
- способы установки палаток.

Уметь:

- развести костер «колодец», «шалаш»;
- поставить двускатную палатку.

Знать:

- способы вязки узлов;
- способы организации стоянки зимой.

Уметь:

- обустроить укрытие из подручных средств для ночлега зимой;

Знать:

- способы создания укрытий из плащ-палаток;
- способы предсказания погоды.

Уметь:

- обустроить укрытие из подручных средств для ночлега летом;
- дать краткосрочный прогноз погоды по очевидным предметам.

Основы военных знаний

Знать:

- Дни воинской славы России;
- основные этапы Великой Отечественной войны;
- выдающихся полководцев;
- виды вооружения и боевой техники.

Уметь:

- выполнять строевые приемы, повороты на месте, выполнение воинского приветствия на месте.
- выполнять движение строевым шагом.

Знать:

- статьи устава внутренней службы (размещение военнослужащих, Распределение времени и внутренний порядок повседневной деятельности военнослужащих, суточный наряд организация и несение караульной службы, строевой устав вооруженных сил ;
- основные поражающие факторы химического оружия.

Уметь:

- выполнять строевые приемы в движении в составе подразделения;
- надевать комплект ОЗК в виде плаща.

Знать:

- воинские звания;
- ход основных сражений Великой Отечественной войны (Битва за Москву, Сталинградская битва, Курская битва);
- сражения Отечественной войны 1812 года и выдающихся полководцев;
- основные поражающие факторы ядерного взрыва;
- горячие точки сегодня.

Уметь:

- выполнять строевые приемы на месте в составе подразделения;
- надевать противогаз;
- действовать по команде «вспышка».

Огневая подготовка

Знать:

- способы определения средней точки попадания;
- способы выноса точки прицеливания.

Уметь:

- выполнять норматив «Юный стрелок» в стрельбе;
- разбирать и собирать автомат в правильной последовательности;
- снаряжать магазин 30 патронами не более чем за 1 минуту

Знать:

- способы выноса точки прицеливания при стрельбе по движущейся мишени.

Уметь:

- выполнять норматив «Меткий стрелок» в стрельбе;
- разбирать и собирать автомат в правильной последовательности;
- снаряжать магазин 30 патронами;

Военная топография

Знать:

- виды и классификацию карт;
- способы ориентирования на местности.

Уметь:

- определить азимут на местные предметы;
- определить расстояние по карте известного масштаба;
- определить свое местонахождение по карте и компасу.

Знать:

- способы движения по азимуту на различной местности.

Уметь:

- двигаться по азимуту на открытой местности, в лесу.

Общая и специальная физическая подготовка

Знать:

- правильность проведения разминки на разные группы мышц.

Уметь:

- пробегать 1 километр без учета времени;
- выполнять 12 отжиманий от пола;
- подтягиваться не менее 10 раз;
- перемещаться на лыжах классическим ходом;
- пробегать челночным бегом 3x10 за 8.9-10.0;

- выполнять прыжок в длину с места 135-155 см.

КРАЕВЕДЕНИЕ

знать

- топонимику родного края
- вклад жителей посёлка в победу в Великой Отечественной войне
- жителей посёлка, участников антитеррористических операций, воинов интернационалистов
- историю своего посёлка

2. Содержание курса

Раздел 1. Общая и специальная физическая подготовка, строевая подготовка

Тема 1.1 Строевой устав. Обязанности военнослужащего перед построением и в строю.

Тема 1.2 Одиночная строевая подготовка. Выполнение строевых приёмов на месте.

Тема 1.3 Строевой шаг. Выполнение строевых приёмов в движении.

Тема 1.4 Строевая подготовка в составе подразделения. Одношереножный и двухшереножный строй.

Тема 1.5 Одиночная строевая подготовка. Выход из строя, подход к начальнику, выполнение воинского приветствия

Тема 1.6 Одиночная строевая подготовка. Выполнение строевых приёмов в движении.

Тема 1.7 Строевая подготовка в составе подразделения

Раздел 2. Основы первой доврачебной помощи

Тема 2.1. Способы остановки кровотечения.

Понятие сильного кровотечения, виды кровотечений: артериальное, венозное, смешанное; их различия и способы остановки.

Практическая часть. Обучение пальцевому прижатию артерии на плече, бедре, шее, обучение технике наложения жгута, использованию подручных средств (одежды, бинтов, платков, ремней и т.д.) для остановки кровотечения. Обучение технике наложения давящей повязки.

Тема 2.2. Раны и их классификация.

Виды ран в зависимости от способа их получения и особенности первой помощи при них; глубокая, скальпированная, проникающая раны, особенности первой помощи при таких ранах.

Тема 2.3. Общие правила наложения повязок.

Назначение повязок, общие принципы наложения фиксирующих повязок.

Практическая часть. Обучение наложению фиксирующих повязок на различные части тела: конечность, голову, грудь, отдельные суставы.

Тема 2.4. Асептика и антисептика.

Понятия асептика и антисептика; способы обработки ран, борьба с инфекцией, признаки воспаления.

Тема 2.5. Оказание первой помощи при переломах, вывихах, растяжениях и ушибах.

Причины и признаки закрытых повреждений опорно-двигательного аппарата: ушибов, растяжений, вывихов, переломов. Порядок оказания помощи при таких травмах, способы обездвиживания повреждённой части тела.

Практическая часть. Обучение способам иммобилизации повреждённой части тела с помощью подручных средств и шин из картона.

Тема 2.6. Первая помощь при ожогах, отморожениях.

Понятие о травмирующем факторе высоких или низких температур, глубине поражения тканей в зависимости от силы и времени воздействия фактора (степенях ожога или отморожения), порядке первой помощи и её особенностях в зависимости от степени поражения.

Тема 2.7. Реанимация: способы искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

Представление о клинической смерти, её причинах, признаках, смысл и содержание реанимационных мероприятий, порядок действий при их проведении.

Практическая часть. Отработка проверки признаков клинической смерти и сердечно-легочной реанимации на работе-тренажёре и других обучающихся в одиночку, парах и тройках.

Раздел 3. Огневая подготовка

Тема 3.1. Введение.

Общие сведения по истории создания и развития огнестрельного оружия. Техника безопасности при огневой подготовке.

Тема 3.2. Устройство и назначение составных частей автомата АК-74М.

Принадлежности для чистки автомата (пенал, шомпол), магазин, ствольная коробка, ударно-

спусковой механизм, ствол с дульным тормозом-компенсатором, прицельные приспособления.

Тема 3.3. Сборка и разборка автомата АК-74М.

Порядок неполной разборки и сборки автомата.

Практическая часть. Выполнение неполной разборки и сборки автомата.

Тема 3.4. Снаряжение магазина.

Порядок снаряжения магазина.

Практическая часть. Снаряжение магазина автомата 30-ю патронами.

Тема 3.5. Меры безопасности при проведении стрельб.

Меры безопасности при обращении с оружием; порядок организации стрельб.

Тема 3.6. Изготовка для стрельбы.

Изготовка для стрельбы лёжа; изготовка для стрельбы лёжа с упора; изготовка с помощью ремня.

Практическая часть. Отработка изготовки для стрельбы лёжа различными способами.

Тема 3.7. Правила прицеливания.

Понятие ровной мушки; дыхание при прицеливании.

Практическая часть. Отработка удержания ровной мушки на командирском ящике; отработка навыков прицеливания на макете автомата.

Тема 3.8. Отработка выполнения команд на стрельбище.

Команды, подаваемые на стрельбище; выдвижение к огневому рубежу; ведение огня; уход с рубежа.

Практическая часть. Отработка действий на стрельбище.

Тема 3.9. Выполнение начального упражнения при стрельбе из автомата АКС-74.

Практическая часть. Выполнение практических стрельб из автомата.

Раздел 4. Туристская подготовка

Начальная туристская подготовка

Тема 4.1. Техника безопасности в походе.

Хорошая подготовка перед походом – залог безопасности; поведение при движении; поведение на привалах.

Тема 4.2. Туристское снаряжение: рюкзак, палатка, топор, кань. Правила использования.

Виды рюкзаков, их назначение; виды палаток, их особенности; топоры, правила обращения; котлы, кань, другие виды туристской посуды.

Практическая часть. Отработка правильной укладки и подгонки рюкзака.

Тема 4.3. Разведение костров.

Виды костров, их назначение; правила разведения костров; способы разжигания костра с использованием природных материалов.

Практическая часть. Выбор места для костра; разведение костра-колодца; разведение костра-шалаша.

Тема 4.4. Постановка бивака.

Выбор места для бивака; составные части лагеря – палатка, костровое место, мусорная яма, сидушки.

Практическая часть. Организация места для стоянки, установка палаток, разведение костра.

Тема 4.5. Однодневный туристский поход.

Подготовка похода (маршрут, картографический материал, раскладка продуктов, подбор снаряжения).

Практическая часть. Проведение похода в окрестностях посёлка; отработка вопросов использования туристского снаряжения, разведения костров, установки бивака.

Раздел 5. Военная топография

Тема 5.1. Ориентирование на местности.

Понятие ориентирования; определение точки стояния; способы ориентирования.

Тема 5.2. Простейшее навигационное оборудование. Задачи, решаемые с его помощью.

Карта, компас, линейка, транспортир; курвиметр; понятие азимута и дирекционного угла.

Практическая часть. Определение сторон света; определение азимутов на местные предметы при помощи компаса; определение расстояний по карте при помощи линейки, при помощи курвиметра.

Тема 5.3. Определение своего местонахождения. Движение по азимуту днём.

Способы определения местонахождения; движение по азимуту.

Практическая часть. Определение положения при помощи карты и компаса; выполнение движения по азимуту.

Тема 5.4. Особенности ориентирования в лесу, населённом пункте, на открытой местности.

Особенности лесной местности (закрытость, трудность в выборе ориентиров); особенности

населённого пункта (прямолинейность улиц, закрытость обзора); особенности открытой местности (трудность в выборе ориентиров для движения по азимуту, сложность длительного прямолинейного движения).

Тема 5.5. Топографическая карта и работа с ней. Назначение и классификация карт.

Виды карт, понятие масштаба; номенклатура карт.

Тема 5.6. Условные обозначения на карте. Измерение расстояний по карте.

Измерение расстояний на карте известного масштаба при помощи линейки, циркуля, курвиметра; условные знаки топографических карт.

Практическая часть. Проведение измерений расстояний на карте.

Раздел 6. Основы военных знаний

История Вооружённых Сил России

Тема 6.1. Дни Воинской славы России.

Указ об учреждении Дней Воинской славы России. Дни и события, включённые в перечень.

Тема 6.2. Великая Отечественная война. Общее представление.

Основные этапы войны.

Тема 6.3. Начало Великой Отечественной войны. Битва за Москву.

Первые дни войны. Оборона Брестской крепости. Смоленское сражение. Оборона Севастополя. Битва за Москву. Выдающиеся военачальники первого периода войны.

Тема 6.4. Сталинградская битва.

Оборонительный этап. Наступательный этап. Командующие фронтов. Введение единоначалия в Советской Армии. Значение битвы в ходе войны.

Тема 6.5. Курская битва.

Оборонительный этап. Наступательный этап. Командующие фронтов. Значение битвы в ходе войны.

Уставы ВС РФ

Тема 6.6. Общевоинские Уставы ВС РФ.

Общевоинские Уставы – Устав Внутренней службы, Устав гарнизонной и караульной службы, Строевой устав, Дисциплинарный Устав.

Тема 6.7. Устав Внутренней службы.

Устав Внутренней службы, общие положения.

Тема 6.8. Обязанности солдата.

Обязанности солдата (матроса); статьи 154, 155, 156.

Практическая часть. Отработка обязанностей солдата (матроса).

Тема 6.9. Приказ, понятие единоначалия.

Понятие единоначалия; старшие и младшие, начальники и подчиненные; порядок отдачи приказов.

Тема 6.10. Суточный наряд по роте.

Лица суточного наряда; обязанности дневального; обязанности дежурного по роте.

Практическая часть. Отработка действий лиц суточного наряда по роте.

Тема 1.1 Строевой устав. Обязанности военнослужащего перед построением и в строю.

Тема 1.2 Одиночная строевая подготовка. Выполнение строевых приёмов на месте.

Тема 1.3 Строевой шаг. Выполнение строевых приёмов в движении.

Тема 1.4 Строевая подготовка в составе подразделения. Одношереножный и двухшереножный строй.

Тема 1.5 Одиночная строевая подготовка. Выход из строя, подход к начальнику, выполнение воинского приветствия

Тема 1.6 Одиночная строевая подготовка. Выполнение строевых приёмов в движении.

Тема 1.7 Строевая подготовка в составе подразделения

Раздел 2. Основы первой доврачебной помощи

Тема 2.1. Оказание первой помощи при отравлениях.

Наиболее распространённые причины пищевых отравлений, их признаки; порядок первой помощи при пищевых отравлениях; способы промывания желудка; бытовые адсорбенты.

Тема 2.2. Реанимация.

Причины, признаки клинической смерти, показания для сердечно-лёгочной реанимации, основные ошибки при проведении сердечно-лёгочной реанимации; способы текущей оценки эффективности реанимационных мероприятий.

Практическая часть. Отработка проверки признаков клинической смерти и сердечно-лёгочной реанимации на работе-тренажёре и других обучающихся в одиночку, в парах и тройках.

Тема 2.3. Состав аптечки.

Планирование состава аптечки исходя из задач группы и возможных опасностей; обезболивающие средства; жаропонижающие средства; средства обработки ран и перевязки; антибиотики; антигистаминные препараты.

Практическая часть. Совместное составление списка аптечки первой помощи для 2-3-х суточного туристического выхода с учётом имеющегося туристического опыта и навыков по оказанию первой помощи.

Тема 2.4. Способы транспортировки пострадавшего.

Положения пострадавшего при травмах различных частей тела. Основные показания для транспортировки и общие её принципы. Способы транспортировки пострадавшего.

Практическая часть. Отработка транспортировки пострадавшего группой в 5 и более человек без использования подручных средств и на плащ-палатке, транспортировка пострадавшего на плащ-палатки вдвоём и вчетвером, переноска пострадавшего сидя вдвоём и втроём, способы переноски пострадавшего в одиночку.

Раздел 3. Огневая подготовка

Тема 3.1. Явление выстрела.

Устройство патрона; процесс производства выстрела; работа пороховых газов.

Тема 3.2. Рассеивание пули при стрельбе.

Траектория движения пули после покидания канала ствола; влияние прикладки стрелка; влияние внешних факторов (ветер, изменение влажности, давления, температуры); деривация.

Тема 3.3. Расчёт и вынос точки прицеливания.

Определение средней точки попадания; вынос точки прицеливания.

Практическая часть. Работа на командирском ящике по определению СТП.

Тема 3.4. Гранаты – общие сведения, устройство и назначение.

Наступательные гранаты, оборонительные гранаты, противотанковые гранаты; устройство гранат.

Тема 3.5. Техника метания гранат.

Ознакомление с техникой метания гранат из положения стоя, с колена, лёжа.

Практическая часть. Выполнение метания гранат из положения стоя на дальность и точность; выполнение метания гранат из положения с колена и лёжа на дальность.

Тема 3.6. Практическая стрельба из пневматического оружия Иж-38п.

Меры безопасности при проведении стрельб; правила стрельбы из пневматической винтовки.

Практическая часть. Стрельба из пневматической винтовки из положения лёжа.

Тема 3.7. Подготовка к выполнению стрельб из автомата.

Меры безопасности при проведении стрельб.

Практическая часть. Отработка выполнения команд на стрельбище, изготки при ведении огня, способов ведения огня и прицеливания.

Тема 3.8. Выполнение первого упражнения учебных стрельб при стрельбе из автомата АКС-74.

Практическая часть. Выполнение практических стрельб из автомата.

Раздел 4. Военная топография

Тема 4.1. Топографические карты. Номенклатура, подбор карт для работы.

Виды карт. Номенклатура карт. Особенности подбора карт в зависимости от задач (пеший марш, марш на технике, разведка объекта)

Практическая часть. Работа с картами.

Тема 4.2. Определение пройденных расстояний. Пар-шаги.

Определение расстояний по карте, относительно явных ориентиров, по времени движения, парами шагов.

Практическая часть. Измерение собственной пары шагов, тренировка в определении проходимых расстояний.

Тема 4.3. Способы глазомерного определения дальностей.

Способы определения дальностей по степени видимости предметов, по способу равных отрезков.

Практическая часть. Тренировка в глазомерном определении дальностей.

Тема 4.4. Особенности ориентирования в лесу, населённом пункте, на открытой местности.

Особенности лесной местности (закрытость, трудность в выборе ориентиров); особенности

населённого пункта (прямолинейность улиц, закрытость обзора); особенности открытой местности (трудность в выборе ориентиров для движения по азимуту, сложность длительного прямолинейного движения).

Практическая часть. Выполнение ориентирования в разных условиях.

Тема 4.5. Определение координат целей. Прямоугольные координаты.

Географические координаты. Полные и сокращенные прямоугольные координаты.

Практическая часть. Определение прямоугольных координат объектов.

Раздел 5. Туристская подготовка

Начальная туристская подготовка

Тема 5.1. Подготовка многодневного похода.

Подготовка картографического материала; проработка маршрута, определение мест днёвок; составление раскладки продуктов; определение ролей участников похода.

Практическая часть. Подготовка всех необходимых материалов для организации многодневного похода.

Тема 5.2. Приготовление пищи на костре.

Особенности приготовления пищи на костре; особенности туристской посуды; рецепты первых блюд; рецепты каш; рецепты сладких блюд и напитков.

Практическая часть. Приготовление пищи в условиях похода.

Раздел 6. Выживание

Тема 6.1. Особенности организации стоянки в летних условиях.

Факторы опасности летних походов; стоянка в условиях густого леса; стоянка в безлесных условиях; использование подручных средств для обустройства стоянки.

Тема 6.2. Постановка различных укрытий из плащ-палатки.

Виды укрытий из плащ-палаток.

Практическая часть. Установка укрытия на одного человека; установка навеса; установка двускатной палатки; установка укрытия из 4-х сшитых плащ-палаток.

Тема 6.3. Основы научного предсказания погоды.

Влияние изменений погоды на природные объекты (растения, животных, водоёмы); предсказание погоды на следующий день; краткосрочные прогнозы изменения погоды.

Практическая часть. Тренировка в предсказании погоды во время пребывания на природе (походы, экспедиции).

Раздел 7. Основы военных знаний

История Вооружённых Сил России

Тема 7.1. Великая Отечественная война – повторение.

Повторение основных этапов войны.

Тема 7.2. Блокада Ленинграда.

Начало обороны Ленинграда; блокада; Дорога жизни; снятие блокады.

Тема 7.3. Освобождение Украины и Белоруссии.

Операция «Багратион»; освобождение Крыма; выдающиеся советские полководцы.

Тема 7.4. Освобождение Европы.

Освобождение стран Восточной Европы; Варшавское восстание; совместные действия с войсками стран Восточной Европы.

Тема 7.5. Битва за Берлин.

Штурм Зееловских высот; ход битвы за Берлин; командующие фронтов; капитуляция фашистской Германии.

Уставы ВС РФ

Тема 7.6. Воинские звания.

Приложение к Уставу Внутренней Службы; воинские звания сухопутных родов войск; воинские звания военно-морского флота.

Тема 7.7. Внутренний распорядок воинской части.

Организация жизни воинской части; распорядок дня; виды боевой учёбы; суточный наряд.

Тема 7.8. Устав гарнизонной и караульной службы.

Устав гарнизонной и караульной службы: общие положения; гарнизон; караул; должностные лица гарнизона.

Тема 7.9. Караул.

Особенности караула; должностные лица караула; особый статус.

Тема 7.10. Часовой.

Особый статус часового; обязанности часового; действия в случае нападения на пост.

Тема 7.11. Разводящий.

Обязанности разводящего; действия разводящего при смене часовых.

Тема 7.12. Действия лиц караула.

Смена караулов; смена часовых; действия лиц караула при нападении на пост.

Практическая часть. Отработка действий лиц караула.

Защита от оружия массового поражения

Тема 7.16. Введение.

Защита от оружия массового поражения (ОМП). Виды оружия массового поражения. Основные поражающие факторы ОМП. Способы коллективной и индивидуальной защиты.

Тема 7.17. Поражающие факторы ядерного взрыва.

Явление цепной ядерной реакции. Вспышка ядерного взрыва; световое излучение; ударная волна; проникающая радиация; тепловое излучение; электромагнитный импульс; радиоактивное заражение местности.

Тема 7.18. Назначение и устройство противогаза ГП-5.

Устройство противогаза ГП-5; шлем-маска, размеры; фильтр, типы фильтров, маркировка; принадлежности. Порядок одевания противогаза.

Тема 7.19. Отработка норматива по надеванию противогаза ГП-5.

Практическая часть. Отработка норматива по одеванию противогаза.

Тема 7.20. Действия по команде «Вспышка»

Правила залегания по команде «Вспышка»; использование особенностей местности.

Практическая часть. Отработка команды в спортзале; отработка команды на местности; внезапная подача команды

Тема 1.1 Строевой устав. Обязанности военнослужащего перед построением и в строю.

Тема 1.2 Одиночная строевая подготовка. Выполнение строевых приёмов на месте.

Тема 1.3 Строевой шаг. Выполнение строевых приёмов в движении.

Тема 1.4 Строевая подготовка в составе подразделения. Одношереножный и двухшереножный строй.

Тема 1.5 Одиночная строевая подготовка. Выход из строя, подход к начальнику, выполнение воинского приветствия

Тема 1.6 Одиночная строевая подготовка. Выполнение строевых приёмов в движении.

Тема 1.7 Строевая подготовка в составе подразделения

Раздел 2. Основы первой доврачебной помощи

Тема 2.1. Оказание первой помощи при отравлениях.

Наиболее распространённые причины пищевых отравлений, их признаки; порядок первой помощи при пищевых отравлениях; способы промывания желудка; бытовые адсорбенты.

Тема 2.2. Реанимация.

Причины, признаки клинической смерти, показания для сердечно-лёгочной реанимации, основные ошибки при проведении сердечно-лёгочной реанимации; способы текущей оценки эффективности реанимационных мероприятий.

Практическая часть. Отработка проверки признаков клинической смерти и сердечно-лёгочной реанимации на роботе-тренажёре и других обучающихся в одиночку, в парах и тройках.

Раздел 3. Альпинистская подготовка

Тема 3.1. Техника безопасности.

Правила обращения со снаряжением; подгонка подвесной системы; безопасность при движении в связке; безопасность при работе с верёвками.

Тема 3.2. Узлы: назначение и техника вязки.

Назначение узлов; способы вязки прямого узла, узла проводника, булинь, двойной булинь.

Практическая часть. Вязание узлов (прямой, встречный, брамшкотовый, проводник, восьмёрка, схватывающий, стремя, штык, булинь, двойной булинь на обвязке).

Тема 3.3. Альпинистское снаряжение: назначение и использование.

Нижняя беседка, грудная обвязка, карабины, жумар, основная веревка, вспомогательная веревка, репшнур.

Практическая часть. Правильное одевание на себя частей обвязки, оснащение карабинами.

Тема 3.4. Подъём и спуск по вертикальной верёвке.

Практическая часть. Выполнение подъёма при помощи жумара; выполнение спуска на восьмёрке со страховкой шантом.

Раздел 4. Выживание

Тема 4.1. Особенности организации стоянки в зимних условиях.

Факторы опасности зимних походов; стоянка в условиях глубокого снежного покрова; стоянка в бесснежных условиях; использование подручных средств для обустройства стоянки.

Раздел 5. Основы военных знаний

Тема 5.1. Назначение, состав и организация Вооруженных Сил РФ.

Оборонная доктрина Российской Федерации; состав ВС РФ; виды и рода войск.

Тема 5.2. Стратегия, оперативное искусство, тактика. Виды общевойскового боя.

Суть и масштаб понятий стратегии, оперативного искусства, тактики; виды общевойскового боя (оборона, нападение).

Тема 5.3. Дни Воинской славы России.

Указ Госдумы РФ о Днях Воинской славы России; Дни Воинской славы.

Тема 5.4. СССР во Второй мировой войне.

Начало Великой Отечественной войны; битва за Москву; Сталинградская битва; Курская битва; освобождение Европы; битва за Берлин; война с Японией.

Раздел 2. Основы первой доврачебной помощи

Тема 2.1. Состав аптечки.

Планирование состава аптечки исходя из задач группы и возможных опасностей; обезболивающие средства; жаропонижающие средства; средства обработки ран и перевязки; антибиотики; антигистаминные препараты.

Практическая часть. Совместное составление списка аптечки первой помощи для 2-3-х суточного туристического выхода с учётом имеющегося туристического опыта и навыков по оказанию первой помощи.

Тема 2.2. Способы транспортировки пострадавшего.

Положения пострадавшего при травмах различных частей тела. Основные показания для транспортировки и общие её принципы. Способы транспортировки пострадавшего.

Практическая часть. Отработка транспортировки пострадавшего группой в 5 и более человек без использования подручных средств и на плащ-палатке, транспортировка пострадавшего на плащ-палатки вдвоём и вчетвером, переноска пострадавшего сидя вдвоём и втроём, способы переноски пострадавшего в одиночку.

Раздел 3. Альпинистская подготовка

Тема 3.1. Отработка срыва и страховки.

Практическая часть. Организация верхней страховки; организация нижней страховки с косичкой; отработка срыва.

Тема 3.2. Перестёжка и прохождение траверса.

Практическая часть. Прохождение траверса в связке; прохождение траверса по страховочной верёвке.

Тема 3.3. Организация переправ.

Практическая часть. Натяжение страховочной верёвки для переправы вброд; наведение переправы по двойной верёвке; наведение переправы со сдёргиванием.

Раздел 4. Выживание

Тема 4.1. Особенности организации стоянки в зимних условиях.

Факторы опасности зимних походов; стоянка в условиях глубокого снежного покрова; стоянка в бесснежных условиях; использование подручных средств для обустройства стоянки.

Раздел 5. Основы военных знаний

Тема 5.1. Боевые награды СССР и РФ.

Статус и история создания орденов и медалей СССР и РФ.

Тема 5.2. Одиночная строевая подготовка с оружием.

Практическая часть. Отработка перевода автомата с отомкнутым прикладом в положения «на ремень», «на грудь», «за спину»; работа с автоматом со сложенным прикладом; выполнение команд «положить оружие», «в ружьё».

Тема 5.3. Действия знамённой группы.

Практическая часть. Выполнение выноса знамени; представление знамени; склонение знамени.

Тема 5.4. Защита от оружия массового нападения.

Практическая часть. Отработка нормативов по одеванию ОЗК и противогАЗа.

Тема 5.5. Итоговое занятие. Подведение итогов учебного года. Подведение итогов обучения по программе. Вручение свидетельств и дипломов об окончании обучения.

3. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1.	Общая и специальная физическая подготовка, строевая подготовка	1	6	7
2.	Основы первой доврачебной помощи	4	7	11
3.	Огневая подготовка	4	10	14
4.	Туристская подготовка	4	11	15
5.	Военная топография	1	5	6
6.	Основы военных знаний Уставы ВС РФ	10	4	14
7.	Краеведение	1	2	3
	ИТОГО	25	45	70

КОЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№п/п	Тема	Количество часов	Форма проведения занятий	дата	Требования к уровню подготовки обучающегося	Литература
1.Раздел ОФП .СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА-7 часов						
1	Введение. Строевой устав. Обязанности военнослужащего перед построением и в строю.	1	Теоретическое занятие		Знать обязанности солдата перед построением и в строю	Строевой устав. Плакаты по строевой подготовке
2	Одиночная строевая подготовка. Выполнение строевых приёмов на месте.	1	практическое занятие.		Порядок выполнения команд «Равняйся!», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Разойдись»; порядок выполнения поворотов на месте.	
3	Строевой шаг. Выполнение строевых приёмов в движении.	1	практика		Правила строевого шага, выполнение поворотов в движении, выполнение приветствия в движении, остановка на месте по команде «Стой»	
4	Строевая подготовка в составе подразделения. Одношереножный и двухшереножный строй, перестроения. Движение в	1	практика		Отработка перестроения в одну и две шеренги, движение в составе подразделения походным и строевым шагом	

	составе подразделения.					
5	Одиночная строевая подготовка. Выход из строя, подход к начальнику, выполнение воинского приветствия.	1	практика		Правила выхода из строя, подход к начальнику, выполнение воинского приветствия.	
6	Одиночная строевая подготовка. Выполнение строевых приёмов в движении.	1	практика		Правила строевого шага. Выполнение поворотов в движении, выполнение воинского приветствия в движении, остановка по команде «Стой».	
7	Строевая подготовка в составе подразделения.	1	практика		Выполнение воинского приветствия в движении в составе подразделения, прохождение торжественным маршем с песней.	
2.Раздел. Основы первой доврачебной помощи.- 11 часа						
8	Понятия. Способы остановки кровотечения.	1	Теория и практика		Понятие сильного кровотечения, виды кровотечений, различия и способы остановки..Пальцевое прижатие артерии на бедре, плече, шее. Техника наложения жгута, использование подручных средств для остановки кровотечения. Техника наложения давящей повязки.	1. Гоголева М. И. Основы медицинских знаний учащихся. – М.,1990.
9	Раны и их классификация.	1	Теория,		Виды ран в зависимости от способа их получения и особенности первой помощи при них : глубокая, скальпированная, проникающие раны, особенности первой помощи при таких ранах.	
10	Общие правила наложения повязок.	1	Теория и практика.		Назначение повязок, общие принципы наложения фиксирующих повязок.. наложение повязок на различные части тела: конечности,	

					голову, грудь, отдельные суставы.
11	Асептика и антисептика.	1	теория		Понятие асептика и антисептика, способы обработки ран, борьба с инфекцией, признаки воспаления.
12	Оказание первой помощи при переломах, вывихах, растяжениях и ушибах.	1	Теория и практика		Причины и признаки закрытых повреждений опорно-двигательного аппарата: ушибов, растяжений, вывихов, переломов. Порядок оказания помощи при таких травмах. Способы обездвиживания поврежденной части тела. Способы иммобилизации поврежденной части тела с помощью подручных средств и шин из картона.
13	Первая помощь при ожогах и обморожениях.	1	Теория.		Понятие о травмирующем факторе при высоких и низких температурах, глубина поражения тканей, в зависимости от времени воздействия травмирующего фактора- степень ожога или отморожения, порядок первой помощи в зависимости от степени поражения.
14	Реанимация: способы искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	1	Теория и практика		Представление о клинической смерти и её признаках, смысл и содержание реанимационных мероприятий, порядок действия при их проведении. отработка приёмов реанимации в тройках и двойках.
15	Оказание первой доврачебной помощи при отравлениях.	1	Теория.		Наиболее распространенные причины пищевых отравлений, их признаки, порядок первой помощи при пищевых отравлениях,

					способы промывки желудка, бытовые адсорбенты.	
16	Реанимация	1	Теория и практика		Причины и признаки клинической смерти, показания для применения сердечно-легочной реанимации, основные ошибки при проведении реанимации, способы текущей оценки проведения сердечно-легочной реанимации.	
17	Состав аптечки	1	Теория и практика		Планирование состава аптечки , в зависимости из задач и состава группы, возможных опасностей, обезболивающие средства, жаропонижающие, средства обработки ран и повязки, антибиотики, антигистаминные средства. Составление содержания аптечки для 2-3 суточного похода.	
18	Способы транспортировки пострадавшего	1	Теория и практика		Положение пострадавшего при травмах различных частей тела. Основные показания для траеспортировки и общие её принципы. Способы транспортировки пострадавшего.Спос обы транспортировки пострадавшего без подручных средств, на плащ-палатке, способы переноски пострадавшего в одиночку, вдвоём.	
3.Раздел «Огневая подготовка».14ч						
19	Общие сведения по истории создания и	1	Теория.		Виды и история возникновения стрелкового	

	развития огнестрельного оружия. Техника безопасности при огневой подготовке.				вооружения. Техника безопасности при стрельбе.	
20	Устройство и назначение основных частей автомата АК-74М	1	Теория и практика.		Составные части автомата, их назначение.	
21	Сборка и разборка АК-74.	1	Практика		Порядок неполной разборки и сборки автомата. Выполнение неполной разборки и сборки автомата.	
22	Снаряжение магазина.	1	Практика.		Порядок снаряжения и снаряжение магазина патронами.	
23	Меры безопасности при выполнении стрельб. Изготовка для стрельбы лёжа различными способами.	1	Теория и практика.		Меры безопасности при выполнении стрельб. Изготовка для стрельбы лёжа различными способами.	
24	Правила прицеливания.	1	Теория и практика.		Понятие ровной мушки, дыхание при прицеливании. Отработка навыков прицеливания на макете автомата.	
25	Отработка выполнения команд на стрельбище.	1	Теория и практика		Команды, подаваемые на стрельбище, выдвижение к огневому рубежу, ведение огня, уход с рубежа. Отработка действий на стрельбище.	
26	Явление выстрела.	1	Теория.		Устройство патрона, процесс производства выстрела, работа пороховых газов	
27	Рассеивание пуль при выстреле.	1	Теория.		Траектория движения пули по каналу ствола, после покидания ствола, влияние прикладки стрелка, внешние факторы (ветер, изменение влажности, давление, температура), деривация.	
28	Расчёт и вынос точки прицеливания.	1	Теория и практика		Определение средней точки попадания, вынос точки прицеливания.	
29	Гранаты-общие сведения, устройс	1	Теория		Наступательные, оборонительные,	

	тво и назначение. Метание гранат.				противотанковые гранаты, устройство гранат. Техника метания гранат. Способы метания гранат из положения стоя на дальность, из положения с колена и лёжа на дальность.	
30	Практическая стрельба из пневматического оружия.	1			Меры безопасности при проведении стрельб, правила стрельбы из пневматической винтовки.	1. Дворкин А. Д. Стрельба из пневматических винтовок. – М., 1986.
31	Укрытия на поле боя. Маскировка.	1	Теория и практика		Способы изготовления укрытий, окопов, маскировка.	
32	Тактика. Передвижение солдата в бою.	1	практика		Способы передвижения солдат в бою.	
4. Раздел «Туристическая подготовка» 15ч.						
33	Техника безопасности в походе.	1	теория		Поведение в движении и на привалах	1. Выживание в экстремальных условиях. – М.: ИПЦ «Русский раритет», 1993.
34	Туристическое снаряжение: рюкзак, палатка, топор.	1	Теория.		Виды рюкзаков, их назначение, палатки, их особенности, топоры, правила обращения, котлы, другие виды туристического снаряжения. Отработка правильной укладки и подгонки рюкзака.	
35	Разведение костра.	1	Теория и практика.		Виды костров, их назначение, правила разведения костров, способы разведения костров с помощью природных материалов. Выбор места для костра, разведение костра-колодца, разведение костра-шалаша.	
36	Постановка бивака.	1	Теория и практика.		Выбор места для бивака, составные части лагеря, палатка, костровое место, мусорная яма, сидушки. Практика Организация места для стоянки,	

					разведение костра, установка палаток.	
37	Однодневный туристский поход.	1	Теория и практика.		Подготовка похода(маршрут, картографический материал, раскладка продуктов, подбор снаряжения).Практика: проведение похода в окрестностях посёлка, отработка вопросов использования туристического снаряжения, разведение костра, установка бивака.	
38	Подготовка многодневного похода	1			Подготовка похода(маршрут, картографический материал, раскладка продуктов, подбор снаряжения).	
39	Приготовление пищи на костре.	1	Практика		Особенности приготовления пищи на костре, особенности туристской посуды, рецепты первых блюд, рецепты каш, рецепты сладких блюд и напитков.	
40	Особенности организации стоянки в летних условиях	1	Теория и практика		Факторы опасности летних походов, стоянка в условиях густого леса и на открытой местности, использование подручных средств , для обустройства стоянки.	
41	Постановка различных укрытий из плащ-палатки	1	Практика		Виды укрытий из плащ-палатки. Установка укрытия на одного человека, установка навеса, установка двухскатной палатки.	
42	Основы научного предсказания погоды.	1	Теория.		Влияние изменений погоды на природные объекты(растения, животных, водоёмы); предсказание погоды на следующий день, краткосрочные прогнозы изменения погоды. Практика: тренировка в предсказании погоды во время пребывания на природе.	
43	Узлы, назначение и техника вязки.	1	Практика.		Назначение узлов, вязка прямого узла,	

					узла проводника, восьмерка, схватывающий, стремя, штык, булинь, двойной булинь, на обвязке.	
44	Альпинистское снаряжение: назначение и использование.	1	Теория и практика.		Нижняя беседка, грудная обвязка, карабины, жумар, основная веревка, вспомогательная веревка, репшнур. Правильное надевание на себя обвязки, оснащение карабинами.	
45	Подъём и спуск по вертикальной веревке.	1	Практика		Выполнение подъёма при помощи жумара, спуск на восьмерке со страховкой шантом.	
46	Особенности организации стоянки в зимних условиях.	1	Теория.		Факторы опасности зимних походов, стоянка в условиях глубокого снежного покрова, стоянка в бесснежных условиях, использование подручных средств для обустройства стоянки.	
47	Техника передвижения в местностях с пересеченным рельефом.	1	Практика		Передвижение по равнинной, горной, лесистой, степной местности. Организация переправы через равнинные и горные местности.	
5.Раздел «Военная топография» 6 ч						
48	Ориентирование на местности	1	Практика		Понятие ориентирования, определение точки стоянки, способы ориентирования.	
49	Простейшие навигационные приборы и решаемые с их помощью задачи.	1	Практика		Карта, компас, линейка, курвиметр, транспортир, понятие азимута и дирекционного угла.Определение сторон света, азимута, определение расстояний по карте при помощи линейки и курвиметра.	
50	Определение своего местоположения, движение по азимуту днем.Особенности	1	Практика.		Определение своего местоположения по карте, движение по азимуту .Особенности лесной местности(

	ориентирования в лесу, в населенном пункте, на открытой местности.				закрытость, трудности в выборе ориентиров, особенности населенного пункта (прямолинейность улиц, закрытость обзора), особенности открытой местности (трудности в выборе ориентира для движения по азимуту, сложность длительного прямолинейного движения).	
51	Топографическая карта и работа с ней. Условные обозначения на карте. Измерение расстояний по карте.	1	Теория. Практика		Виды карт, понятие масштаба, номенклатура карт, условные знаки топографических карт.	
52	Определение пройденных расстояний. Паршаги. Способы глазомерного определения расстояний.	1	Теория и практика.		Определение расстояния по карте, относительно ясных ориентиров, по времени движения, парами шагов, измерение собственной пары шагов, тренировка в определении проходимых расстояний. Способы определения расстояний по степени видимости предметов, по способу равных отрезков.	
53	Определение координат целей. Прямоугольные координаты.	1	Практика		Географические координаты. Полные и сокращенные географические координаты.	
6.Раздел «Основы военных знаний. Уставы ВС РФ» 14ч						
54	Дни Воинской славы России	1	Теория.		Указ об учреждении Дней Воинской славы России. Дни и события, включенные в перечень.	
55	Великая Отечественная Война. Общие представления.	1	Беседа, обсуждение. Доклад		Основные этапы войны. Первые дни войны, оборона Брестской крепости, Смоленское сражение, оборона Севастополя. Битва за Москву, Сталинградская битва, Курская битва.	

56	Блокада Ленинграда	1	Теория. Просмотр фильма		Начало обороны, Блокада, дорога жизни, снятие блокады.	
57	Освобождение Украины и Белоруссии.	1	Теория		Операция «Багратион», освобождение Крыма, выдающиеся Советские полководцы.	
58	Освобождение Европы, битва за Берлин	1	Беседа, просмотр фильмов, обсуждение.		Освобождение стран Восточной Европы, Штурм Зееловских высот, ход битвы за Берлин, капитуляция Фашистской Германии	
59	Общевойсковые Уставы ВС РФ	1	Теория.		Общевойсковые Уставы- Устав Внутренней службы, Устав гарнизонной и караульной службы, Строевой устав и Дисциплинарный Устав.	
60	Устав Внутренней службы. Обязанности солдата.	1	Теория.		Устав внутренней службы, общие положения..Отработка обязанностей солдата, матроса.	
61	Приказ, понятие единоначалия. Суточный наряд по роте.	1	Теория и практика.		Понятие единоначалия, старшие и младшие, начальники и подчиненные, порядок отдачи приказов. Лица суточного наряда, обязанности дневального, обязанности дежурного по роте.	
62	Воинские звания. Устав караульной и гарнизонной службы.	1	Теория.		Воинские звания сухопутных и военно-морских сил. Общие положения о караульной и гарнизонной службе	
63	Караул. Часовой, Разводящий. действия караула.	1	Теория и практика		Особенности караула, положение лица караула, особый статус. Особый статус часовых, обязанности часового, действия в случае нападения на пост. Обязанности разводящего, действие разводящего при смене часовых. Смена караулов, смена часовых, действие лиц караула	

					при нападении на пост. Отработка действий караула.	
64	ОМП. Виды.	1	Теория		Виды оружия массового поражения.	
65 - 66	Поражающие факторы ядерного оружия. Защита от оружия массового поражения.	2	Теория Практика.		Поражающие факторы ядерного взрыва. Устройство ГП-5, методика подбора шлем-маски. Отработка норматива по одеванию противогаза. Действия по команде «Вспышка».	
67	Боевые награды СССР и РФ.	1	Теория.		Статус, и история создания орденов и медалей СССР и РФ.	
7. Раздел «Краеведение» 3ч						
68 - 69 - 70	Топонимика. История Родного края.	3	Теория. Исследование. Встреча со старожилам и посёлка. Экскурсии по родному посёлку		Знать названия и историю возникновения местных топонимов. Вклад жителей посёлка в Победу в Великой Отечественной Войне.	

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

1-й этап:

Первичная диагностика

Тесты по ОФП, бег, прыжки в длину, отжимания.

2-й этап:

Промежуточный контроль.

Подтягивания, медицина.

3-й этап:

Итоговая аттестация.

Контрольные занятия, соревнования, конкурсы, зачет, показательные выступления.

Итоги занятий подводятся методом анкетирования, тестирования.

Результаты выявляются при участии в школьных и районных соревнованиях.

Практическая подготовка осуществляется во время тактических тренировок.

Условия реализации программы:

1. Спортивный зал;
2. Лыжи;
3. Тир;
4. Пневматическое оружие;
5. ММГ АК-74;
6. Учебные магазины к АК-74 для снаряжения учебными патронами;
7. Кабинет ОБЖ;
8. Наглядные пособия;
9. Макет-тренажер.

Литература для педагога:

2. Березина В. А. Воспитание в системе дополнительного образования детей. – М., 2005.
3. Великая отечественная война 1941-1945. Энциклопедия для школьников. – М., 2001.
4. Волков А. П. Знай и умей. – М., 1990.
5. Выживание в экстремальных условиях. – М.: ИПЦ «Русский раритет», 1993.
6. Гоголева М. И. Основы медицинских знаний учащихся. – М., 1990.
7. Гостюшин А. Энциклопедия экстремальных ситуаций. – М., 1990.
8. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006-2010 годы»//http://www.ed.gov.ru/junior/new_version/gragd_pat_vospit_molod/gosprog/
9. Дворкин А. Д. Стрельба из пневматических винтовок. – М., 1986.
10. История русской армии. – М.: Эксмо, 2007.
11. Костров А. М. Гражданская оборона. – М., 1991.
12. Основы подготовки к военной службе: Методические материалы и документы. – М., 2003.
13. Бубнов В.Г., Каташинский Н.В. Атлас первой помощи.
14. Смирнов А.Т. Основы подготовки к военной службе: методические материалы и документы, М., 2003.
15. Начальная военная подготовка. Москва . Просвещение. 1987 год.
16. Общевоинские Уставы ВС РФ. Новосибирск. 2008.

Литература для обучающихся:

1. 100 вопросов – 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и контракту. – М., 2006.
2. Великая Отечественная война 1941-1945. Энциклопедия для школьников. – М., 2001.
3. Волков А. П. Знай и умей. – М., 1990.
4. Выживание в экстремальных условиях. – М.: ИПЦ «Русский раритет», 1993.
5. Гоголева М. И. Основы медицинских знаний учащихся. – М., 1990.
6. Гостюшин А. Энциклопедия экстремальных ситуаций. – М., 1990.
7. Дворкин А. Д. Стрельба из пневматических винтовок. – М., 1986.
8. История русской армии. – М.: Эксмо, 2007.
9. Патриотизм – источник героизма, боевых и трудовых подвигов народа России. – М., 2008.