Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение«Центр образования с. Марково»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА **Военно-патриотического клуба «ВЫСОТА»**

Составитель: учитель физической культуры Манджиев Баатр Минкаевич.
Год составления: 2020 год.
Классы: 7 – 10 классы.
Общее количество часов по плану: 297 ч.
Количество часов в неделю: 9

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Направленность программы.**

Программа разработана с учётом положений государственной программы «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2016 - 2020 гг.». По *содержанию* она является военно- патриотической, по *функциональному назначению –* учебно – познавательной, досуговой, по *форме организации –* кружковой, по *времени реализации –* одногодичной. Программа имеет следующие разделы: основы военной службы, строевая подготовка, огневая подготовка, тактическая подготовка, медико- санитарная подготовка, гражданская оборона, физическая подготовка, ратные и трагические страницы истории.
**Цели и задачи программы:**

1. Формирование у воспитанников высокого патриотического сознания, верности Отечеству.
2. Воспитание готовности к службе в армии.
Изучение истории и культуры Отечества и родного края.
3. Физическое развитие и формирование здорового образа жизни.
4. Способствовать воспитанию гражданственности и нравственности, высокой
ответственности, патриотических чувств.

**Педагогическая целесообразность**.
Программа разработана с учётом современных образовательных технологий, которые
выражаются:

* в принципах обучения (индивидуальность, доступность, преемственность);
* в формах и методах обучения (активное, дифференцированное);
* в методах контроля (сдача нормативов, соревнования);
* в средствах обучения (тренажёры, макеты оружия, таблицы, плакаты,
* видеофильмы, книги). Теория всегда подкрепляется практикой.

**СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ**
Программа разработана на один учебный год, продолжительностью девять месяцев.
Общее количество часов – 297 часов.
Продолжительность учебного занятия – 45 минут.

**Возраст детей** участвующих в реализации программы от 13 до 16 лет. Этот период
отличается повышенной интеллектуальной и двигательной активностью, желанием
развиваться физически, демонстрировать свои способности, стремлением получать
высокую оценку со стороны.
**Форма занятий:** фронтальная; групповая; индивидуальная.
**Способы проверки освоения программы:**-выполнение нормативов;
-тестирование;
-зачётные занятия.
Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую деятельность.
**Режим занятий:** 3 раза в неделю по 1,5 часа, 1 раз в неделю по 2,15 часа (**9 часов в неделю**):
**Ожидаемые результаты.
По окончанию обучения воспитанник должен знать:**
• основные составляющие здорового образа жизни;
•ратные страницы истории Отечества;
•строй отделения и порядок управления им;
•правила оказания первой медицинской помощи;
•средства индивидуальной защиты;
•устройство автомата Калашникова.

**Должен уметь:**•выполнять строевые приёмы на месте и в движении;
•ориентироваться на местности и двигаться по азимуту и по карте;
•оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему; при ранении и т.п.
•выполнять неполную разборку и сборку АК- 74.
•Освоить навыки рукопашного боя.
•Освоить порядок использования СИЗ.

**В результате реализации данной программы:**

* участники военно-патриотического клуба достигнут общекультурного уровня образования по истории России, овладеют основами научно-исследовательской
деятельности;
* члены клуба освоят правила безопасного поведения в повседневной жизни, принципы;
* здорового образа жизни, способы самообороны и самосохранения, подготовятся к
действиям в чрезвычайных ситуациях и экстремальных условиях;
* у детей и подростков сформируется потребность в регулярных занятиях физической культурой;
* компенсируются отсутствующие в основном образовании знания, умения и навыки в области краеведения, физкультуры, медицины, спорта, военной подготовки.

**Условия реализации программы.**
Для успешной реализации данной программы имеется материально-техническое обеспечение деятельности военно-патриотического клуба «Высота»:

* Обмундирование (костюм камуфляжный, берцы, берет и.т.д.) - 8 шт.
* Противогаз учебный ГП-7 – 2 шт
* Общевойсковой защитный костюм (ОЗК) -1 шт
* Флаг (90\*135) – 1 шт
* Саперная лопата – 7 шт
* Макет гранаты РГД-5 – 3 шт
* Винтовка пневматическая МР – 512 -1 шт
* Макет МГ АК-74М – 2 шт
* Автомат резиновый макет АК- 1 шт

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Раздел программыТема занятий** | **Теория** | **Практ.** | **Итого** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | **История Отечества (10 ч)** |  |  |  |
|  | День воинской славы России - 27 января 1944 года - День полного освобождения советскими войсками города Ленинграда от блокады его немецко-фашистскими войсками | 1 |  | 1 |
|  | День воинской славы России -2 февраля 1943 года - День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве | 1 |  | 1 |
|  | Памятная дата в истории России – 15 февраля – День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества. 30-летие вывода советских войск из Афганистана | **1** |  | **1** |
|  | День воинской славы России - 18 апреля 1242 года - День победы русских воинов князя Александра Невского над немецкими рыцарями на Чудском озере (Ледовое побоище) | **2** |  | **2** |
|  | День воинской славы России - 8 сентября 1812 года - День Бородинского сражения русской армии под командованием М.И. Кутузова с французской армией | **1** |  | **1** |
|  | День воинской славы России - 21 сентября 1380 года - День победы русских полков во главе с великим князем Дмитрием Донским над монголо-татарскими войсками в Куликовской битве | **1** |  | **1** |
|  | Памятная дата в истории России – 4 ноября 1612 года – День народного единства (освобождение Москвы от польских интервентов) | **1** |  | **1** |
|  | День воинской славы России - 5 декабря 1941 года - День начала контрнаступления советских войск против немецко-фашистских войск в битве под Москвой | **2** |  | **2** |
|  | **Основы военной службы (5 ч)** |  |  |  |
|  | Предназначение Вооружённых Сил РФ УВС РФ. Устав внутренней службы. История создания.  | **2** |  | **2** |
|  | Правила воинской вежливости и поведения военнослужащихВоинское приветствие. Обращение военнослужащих другдругу, к начальникам и старшим. Обращение военнослужащихво внеслужебное время и вне строя обязанностивоеннослужащих. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания | **2** |  | **2** |
|  | Структура ВС РФ Сухопутные войска.Военно-воздушные силы. Военно-морской флот.Другие рода войск. | **1** |  | **1** |
|  | **Строевая подготовка (50 ч)** |  |  |  |
|  | Строй и его элементы  |  | **1** | **1** |
|  | Обязанности военнослужащего перед построением и в строю, обязанности солдат, КО, комвзвода. | **1** | **1** | **2** |
|  | Строевая стойка и строевые приёмы без оружия. Становись, Разойдись, Ко мне, Смирно. Вольно. Заправиться, Отставить.Гол. Уборы снять, одеть Перестроения. Размыкание, смыкание строя. Повороты на месте |  | **10** | **10** |
|  | Воинское приветствие, повороты на месте и в движении.  |  | **4** | **4** |
|  | Строевые приёмы с оружием  |  | **7** | **7** |
|  | Одиночная строевая подготовка. Выход из строя, подход кначальнику. Доклад. Возвращение в строй. |  | **6** | **6** |
|  | Строевая подготовка в составе отделения, взвода, роты.Строевая песня. |  | **10** | **10** |
|  | Строевые элементы с боевым знаменем |  | **8** | **8** |
|  | Зачеты, тесты |  | **2** | **2** |
|  | **Огневая подготовка (43 ч)** |  |  |  |
|  | История создания автоматического оружия . Меры и техника безопасности при проведении стрельб. Инструктаж по ПМБ. | **2** |  | **2** |
|  | ТТХ автомата Калашникова. Основы АК-74. Изготовка к стрельбе, Прицеливание, спуск курка. Тренировка | **2** | **3** | **5** |
|  | Неполная разборка и сборка автомата Калашникова | **4** | **10** | **14** |
|  | Устройство мелкокалиберной винтовки. Правила прицеливания и приёмы стрельбы.. | **4** |  | **4** |
|  | Внесение поправок на прицельном механизме. Основы стрельбы из ПВ. Изготовка для стрельбы. |  | **6** | **6** |
|  | Учебная стрельба из пневматической винтовки |  | **8** | **8** |
|  | Соревнования по стрельбе из винтовки |  | **4** | **4** |
|  | **Тактическая подготовка (10 ч)** |  |  |  |
|  | Способы передвижения солдат в бою. Действия солдата в бою. Перебежки, переползание по-пластунски, на получетвереньках, на боку. Теория боя. | **1** | **1** | **2** |
|  | Инженерная подготовка. Устройство и оборудование одиночных окопов. Укрытие солдат на поле боя в обороне. Отрывка одиночного окопа для стрельбы лёжа. | **1** |  | **1** |
|  | Преодоление естественных препятствий.Подъём и спуск с использованием перил. Преодоление оврага по бревну с помощью шеста. Преодоление водных препятствий по параллельным верёвкам. Естественные и искусственные точки страховки. | **1** | **1** | **2** |
|  | Движение в заданном направлении в составе отделения.Старт команды. Движение по азимуту в заданном направлении.Финиш команды. Подведение итогов. | **1** |  | **1** |
|  | Определение высоты и расстояния.Виды и способы ориентирования. Отработка навыков определения высоты, ширины удалённого объекта, расстояние до него. | **1** |  | **1** |
|  | Методы и способы ведения разведкиСпособы маскировки. Использование для маскировки свойств местности, растительности, искусственных масок и табельных средств. Маскировочные костюмы и комплекты. Целеуказание. Действия ударного отделения. Разведывательные признаки целей (объектов).Наблюдение. Особенности ведения разведки наблюдением в лесу, горах, пустынях, на побережьях зимой и ночью. Организация наблюдательного поста.Отделение в засаде. Налет как способ разведки.Разведка поиском, разведка боем. Действие снайперской группы. Подготовка снайперов.Снятие часовых. Обыск, связывание и конвоирование. Захват автомобиля и другой техники.Способы совершения диверсионных актов. Специальные способы минирования. Проникновение на охраняемые территории,Способы скрытого отхода с места диверсии, скрытое перемещение по местности. Борьба с хищными животными и служебными собаками.Трасология. Определение происхождения следов. Следы техники и пребывания человека. Следовая работа. | **3** |  | **3** |
|  | **Медико-санитарная подготовка (16 ч)** |  |  |  |
|  | Понятие о ране, классификация ран. Первая медицинская помощь при ранениях | **1** | **1** | **2** |
|  | Виды кровотечений и их характеристика . Правила и техника остановки кровотечений | **1** | **1** | **2** |
|  | Понятие о переломах. Первая медицинская помощь при переломах | **1** | **1** | **2** |
|  | Первая медицинская помощь при ожогах и солнечном ударе  | **1** | **1** | **2** |
|  | Первая медицинская помощь при остановке сердца.Искусственная вентиляция лёгких. Непрямой массаж сердца | **1** | **1** | **2** |
|  | Способы переноски пострадавших  | **1** | **1** | **2** |
|  | Правила наложения стерильных повязок  | **1** | **1** | **2** |
|  | Первая медицинская помощь при поражении радиоактивными и отравляющими веществами | **1** | **1** | **2** |
|  | **ЗОМП (Защита от оружия массового поражения) (30 ч)** |  |  |  |
|  | История создания Гражданской обороны. Характеристика оружия массового поражения | **2** |  | **2** |
|  | Порядок использования средств индивидуальной защиты.Назначение и устройство фильтрующего противогаза и респиратора. Подбор лицевой части, сборка, проверкаисправности, укладка противогаза и респиратора в сумку.Правила пользования противогазом и респиратором.Обучение выполнению нормативов № 1 и 2. | **2** | **7** | **9** |
|  | Надевание ОЗК (плащ в рукава):порядок надевания ОЗК «Плащ в рукава» | **2** | **15** | **17** |
|  | Сдача нормативов |  | **2** | **2** |
|  | **Физическая подготовка (83 ч)** |  |  |  |
|  | Условия безопасного поведения  | **1** |  | **1** |
|  | Экстремальные ситуации в условиях проживания  | **1** |  | **1** |
|  | Основы оказания первой помощи в ЧС  | **1** |  | **1** |
|  | Силовые упражнения |  | **20** | **20** |
|  | Упражнения для развития быстроты  |  | **15** | **15** |
|  | Упражнения для развития выносливости  |  | **20** | **20** |
|  | Упражнения для развития гибкости  |  | **10** | **10** |
|  | Упражнения для развития координации и ловкости  |  | **15** | **15** |
|  | **Рукопашный бой (50 ч)** |  |  |  |
|  | *Приёмы задержания и сопровождения.*Задержание и сопровождение болевыми приёмами стоя |  | **5** | **5** |
|  | *Защитные действия при нападении противника с холодным оружием и подручными средствами.*Упреждающие действия при попытке противника извлечь холодное оружие.Защитные действия при угрозе холодным оружием.Защитные действия при нанесении противником колющих и режущих ударов холодным оружием. Защитные действия при нападении противника с использованиемподручных средств. Использование холодного оружия и подручных средств для защитных действий. Проведение учебных схваток. |  | **15** | **15** |
|  | *Защитные действия при угрозе огнестрельным оружием.*Упреждающие действия при попытке противника извлечь огнестрельное оружие.Защитные действия при угрозе противником огнестрельным оружием с близкогорасстояния и в упор.Использование огнестрельного оружия в защитных действиях.Проведение учебных схваток. |  | **15** | **15** |
|  | *Защитные действия при нападении нескольких противников.*Тактика действий при групповом нападении.Тактика действий группы при групповом нападении.Проведение учебных схваток. |  | **12** | **12** |
|  | *Сдача нормативов по рукопашному бою* |  | **3** | **3** |
| **ИТОГО:** | **297** |

**СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛА**

**«ИСТОРИЯ ОТЕЧЕСТВА» (10 часов)**

**Учебные цели:**

* ознакомить учащихся с историей нашей страны,
* изучить памятные историчекие даты,
* воспитывать чувство гордости за подвиги и героизм защитников Отечества.

**Темы занятий:**

- День воинской славы России - 27 января 1944 года - День полного освобождения советскими войсками города Ленинграда от блокады его немецко-фашистскими войсками;

- День воинской славы России -2 февраля 1943 года - День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве;

- Памятная дата в истории России – 15 февраля – День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества. 30-летие вывода советских войск из Афганистана;

- День воинской славы России - 18 апреля 1242 года - День победы русских воинов князя Александра Невского над немецкими рыцарями на Чудском озере;

- День воинской славы России - 8 сентября 1812 года - День Бородинского сражения русской армии под командованием М.И. Кутузова с французской армией;

- День воинской славы России - 21 сентября 1380 года - День победы русских полков во главе с великим князем Дмитрием Донским над монголо-татарскими войсками в Куликовской битве;

- Памятная дата в истории России – 4 ноября 1612 года – День народного единства (освобождение Москвы от польских интервентов);

- День воинской славы России - 5 декабря 1941 года - День начала контрнаступления советских войск против немецко-фашистских войск в битве под Москвой.

**«СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА» (50 часов)**

**Учебные цели:**

* выработать умение правильно и быстро выполнять команды, строевые приёмы и действия в составе отделений, взводов, строевой выправки, подтянутости и
выносливости;
* подготовить подразделения к слаженным действиям в различных строях;
* воспитывать дисциплинированность, любовь к традициям Вооружённых Сил,
патриотические чувства.

В результате изучения раздела программы «Строевая подготовка» и получения
практических навыков в выполнении Строевого устава члены клуба должны
**Знать**:
- положения Строевого устава Вооружённых Сил РФ в соответствии с его служебным
подразделением;
**Уметь:**- выполнять обязанности командиров перед строем и в строю;
- уверенно выполнять строевые приёмы на месте и в движении, без оружия и с оружием;
- отдавать воинскую честь;
- выходить и становиться в строй;
- подходить к начальнику и отходить от него;
- правильно действовать в строях взвода и роты в пешем порядке;
- организовывать и методически грамотно проводить занятия по строевой подготовке с
личным составом отделения.

**Темы занятий**
**Строй и его элементы.**Основные положения Строевого устава России. Строй и его элементы.
**Обязанности военнослужащего перед строем и в строю. Строевая стойка
и строевые приёмы.**Выход из строя. Подход и отход от начальника. Строевая стойка. Выполнение команд
«Смирно», «Вольно». Повороты на месте и в движении. Движение походным и строевым
шагом.
**Воинское приветствие на месте и в движении.**
Выполнение воинского приветствия на месте и в движении. Выход из строя, подход к
начальнику и отход от него. Возвращение в строй.
**Одиночная строевая подготовка. Практическая отработка строевых
приёмов.**Строевая стойка. Выполнение команд. Повороты на месте и в движении. Движение
походным и строевым шагом. Выполнение команд становись «Смирно», «Вольно»,
Заправиться», «Отставить», «Головные уборы снять (надеть)». Повороты на месте.
Движение строевым шагом, повороты в движении.
**Строевая подготовка в составе отделения.**Строи отделения. Развёрнутый строй, походный строй. Выполнение воинского
приветствия в строю на месте и в движении. Выполнение команд. Повороты на месте и в
движении. Перестроение из одно шереножного строя в 2-х, 3-х шереножный и обратно.
Выполнение команд «Разомкнись, Сомкнись», Движение строевым шагом, повороты в
движении, исполнение строевой песни
**Строевые приёмы с оружием.**Строевая стойка и выполнение строевых приёмов с оружием на месте. Повороты на месте
и в движении с оружием. Отдание воинского приветствия. Выполнение команд: «К
оружию, Оружие положить, оружие на ремень, оружие за спину, на грудь, ремень
подтянуть, отпустить»

**Показательные выступления по строевой подготовке с оружием и без.
Итоговое занятие.**

**СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛА «ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА» (43 часа).
Занятие 1. *История создания отечественного оружия.***История создания отечественного автоматического оружия и его назначение.
**Занятие 2: Меры и техника безопасности при проведении стрельб.** Инструктаж по
ПМБ.
Правила и меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Общие правила
безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Положение оружия, меры
безопасности при обращении с ним во время следования на транспортных средствах,
несения боевой службы, на занятиях и стрельбах. Правила производства
предупредительного выстрела. Порядок осмотра оружия и патронов перед стрельбами.
Меры предосторожности при устранении задержки. Правила заряжения и разряжения
оружия. Меры безопасности при стрельбе холостыми патронами и при использовании
имитационных средств.
**Занятие 3: Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.**
**Занятие 4:**. Назначения, боевые свойства, общее устройство основных частей и
механизмов автомата. Принцип работы автомата Калашникова. Изготовка к стрельбе,
Прицеливание, спуск курка**.
Занятие 5: *Устройство мелкокалиберной винтовки.*** Устройство, принцип действия
основных частей и механизмов пневматической винтовки. Назначения, боевые свойства,
общее устройство пневматической винтовки.
**Занятие 6: *Правила прицеливания и приёмы стрельбы.***Порядок приведения оружия к нормальному бою для ведения огня днем. Тренировка в
удержании автомата, винтовки, прицеливание, нажатие на спусковой крючок. Выбор
прицела и точки прицеливания. Изготовка к стрельбе лёжа. Меры безопасности при
обращении с оружием.
**Занятие 7: Правила стрельбы из стрелкового оружия.**Основы стрельбы из ПВ. Изготовка. Работа частей и механизмов при стрельбе. Выбор
установки прицела, дели и точки прицеливания для стрельбы по неподвижным и
появляющимся целям. Определение и учет поправок на отклонение от нормальных
(табличных) целей в зависимости от условий стрельбы. Внесение поправок на прицельном
механизме. Назначения, боевые свойства, общее устройство мелкокалиберной винтовки.
**Занятие 8: Основы стрельбы из ПВ, изготовка.** Тренировка по технике стрельбы.
Стрельба по неподвижным целям. Производство стрельбы. Прекращение стрельбы.
Явление выстрела. Начальная скорость пули. Пробивное и убойное действие пули.
Прямой выстрел. Образование траектории. Отдача оружия и угол вылета пули.
**Занятие 9-15:** Учебная стрельба из ПВ. Изготовка. Стрельба стоя, лежа, сидя, из-за
укрытия, на точность, скорость
**Занятие 16:** Стрелковое соревнование.
**Занятие 17-18**: Стрельба из ПВ стоя на скорость, выполнение норматива.
**Занятие 19:** Выполнение двух УУС из пневматической винтовки. Обучение стрельбе по
неподвижной цели днем.
**Занятие 20:** Выполнение трех УУС из пневматической винтовки. Обучение стрельбе по
появляющимся целям днем.
**Занятие 21-22:** Учебная стрельба из ПВ. Изготовка. Стрельба стоя, лежа, с колена, сидя,
из-за укрытия, на точность, скорость.
**Занятие 23:** Средства индивидуальной защиты.
Краткий экскурс в историю. Средства индивидуальной защиты бойца. Каски и их
разновидности. Изделия «Колпак», «Маска», «Сфера». Средства бронезащиты. Степени и
уровни защищенности. Требования к вышеуказанным изделиям. Стандарты изготовления
данных изделий в России и странах НАТО.
**Занятие 24:** Тактическое снаряжение бойца. Холодное оружие.
Универсальные тактические комплекты. Их комплектация. Десантные рюкзаки (РД) и
разгрузочные жилеты (РЖ), их предназначение и использование. Доработка стандартных
образцов. Занятие № 2. Пошив РД и РЖ.
Холодное оружие. Боевые ножи и ножи специального применения. Способы ношения
холодного оружия.
**Занятие 25:** Стрельба из ПВ. Выполнение норматива.
**Занятие 26:** Соревнования со сдачей норматива по стрельбе из ПВ.
**Занятие 27:** ТТХ автомата Калашникова, пулеметов РПК.
Возможные задержки и неисправности при стрельбе и способы их устранения.
Снаряжение магазин к АК. Порядок неполной разборки автомата. Тренировка в разборке
и сборке автомата. Уход за оружием, его хранение и сбережение. Порядок чистки и
смазки оружия и его хранение.
**Занятие 28:** Сдача нормативов по разборке и сборке АК – 74. 47, снаряжению магазина к
АК – 74, 47

**ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (10 часов)
Учебные цели:**Помочь приобрести практические навыки, необходимые для самостоятельных действий в
бою в любое время года и на различной местности.
Учить тактически правильно использовать местность, быстро передвигаться на поле боя,
сноровисто преодолевать различные препятствия, быстро окапываться, умело применять
своё оружие, проявлять инициативу и находчивость.
Учить пользоваться топографическими картами, ориентироваться по солнцу, определять
высоту, ширину объекта и расстояние до него. Воспитывать собранность и выносливость.
Формировать навыки по спасению человека в экстремальной ситуации. Морально-боевые
качества.
В результате изучения раздела программы «Тактическая подготовка» члены клуба
должны
**знать:**- теорию боя;
- средства и способы страховки;
- устройство компаса;
- ориентирование карты по компасу;
- движение по азимутам;
- способы передвижения солдат в бою;
- топографическую карту;
**уметь.**- перебегать, переползать по-пластунски, на получетвереньках, на боку;
- преодолевать естественные преграды;
- двигаться по азимуту в заданном направлении;
- ориентироваться на местности;
- определять высоту и расстояние;
- пользоваться страховкой;
- преодолевать препятствия и преграды;
- быстро окапываться;
- применять оружие.;
- устанавливать палатку;
- разводить костер разными способами;
- «читать» топографические карты;
- определять высоту, ширину объекта и расстояние до него;
- пользоваться страховкой;
- преодолевать препятствия и преграды.

**СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛА «ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА».
Тема № 1. Способы передвижения солдат в бою.**Занятие 4.1 – 2 часа. Способы передвижения солдат в бою. Действия солдата в бою.
Перебежки, переползание по-пластунски, на получетвереньках, на боку. Теория боя.
**Тема № 2. Инженерная подготовка.**Занятие 4.2 – 3 часа. Устройство и оборудование одиночных окопов. Укрытие солдат на
поле боя в обороне. Отрывка одиночного окопа для стрельбы лёжа.
**Тема № 3. Преодоление естественных препятствий.**Занятие 4.3 -5 часов. Подъём и спуск с использованием перил. Преодоление оврага по
бревну с помощью шеста. Преодоление водных препятствий по параллельным верёвкам.
Естественные и искусственные точки страховки.
**Тема № 4. Движение в заданном направлении в составе отделения.**Занятие 4.4 – 2 часа. Старт команды. Движение по азимуту в заданном направлении.
Финиш команды. Подведение итогов.
**Тема № 5. Определение высоты и расстояния.**Занятие 5.7 – 2 часа. Виды и способы ориентирования. Отработка навыков определения
высоты, ширины удалённого объекта, расстояние до него.
**Тема № 6. Методы и способы ведения разведки**
Занятие № 1 (2 т., 3 пр.). Способы маскировки. Использование для маскировки свойств
местности, растительности, искусственных масок и табельных средств. Маскировочные
костюмы и комплекты. Целеуказание. Действия ударного отделения. Разведывательные
признаки целей (объектов).
Занятие № 2 (2 т. - 1 год). Наблюдение. Особенности ведения разведки наблюдением в
лесу, горах, пустынях, на побережьях зимой и ночью. Организация наблюдательного
поста.
Занятие № 3 (4 пр. - 1 год); (4 пр. - 2 год). Отделение в засаде. Налет как способ разведки.
Разведка поиском, разведка боем. Действие снайперской группы. Подготовка снайперов.
Снятие часовых. Обыск, связывание и конвоирование. Захват автомобиля и другой
техники.
Занятие №4(1 т., 2 пр. - 2 год). Способы совершения диверсионных актов. Специальные
способы минирования. Проникновение на охраняемые территории,
Занятие № 5 (1 т., 2 пр. - 2 год). Способы скрытого отхода с места диверсии, скрытое
перемещение по местности. Борьба с хищными животными и служебными собаками.
Занятие № 6 (2 т., 2 пр. - 2 год). Трасология. Определение происхождения следов. Следы
техники и пребывания человека. Следовая работа.

**МЕДИКО-САНИТАРНАЯ ПОДГОТОВКА (16 часов)
Учебные цели**:
Помочь приобрести необходимые знания и термины для понимания угрожающих жизни
состояний. Научить владеть тактикой оказания помощи при несчастных случаях.
Упражнять в практическом использовании полученных знаний и навыков в конкретных
ситуациях. Воспитывать чувство сострадания и взаимопомощи.
В результате изучения раздела программы «Медико-санитарная подготовка» и получения
практических навыков члены клуба должны
**знать:**- классификация ран и их причины;
- характеристику различных видов кровотечений и их причины;
- правила и технику остановки кровотечений;
- симптомы солнечного удара, виды ожогов;
- клиническая смерть, искусственная вентиляция лёгких, непрямой массаж сердца;
- характеристику перевязочного материала;
- правила наложения стерильных повязок;
- как оказать первую медицинскую помощь при поражении радиоактивными
отравляющими веществами;
**уметь:**
- оказать первую медицинскую помощь при ранениях, кровотечениях, переломах, ожогах,
солнечном ударе, при поражении радиоактивными и отравляющими веществами;
- накладывать стерильную повязку на любую часть тела;
- обездвиживать повреждённую часть тела;
- делать искусственную вентиляцию лёгких, непрямой массаж сердца;
- переносит пострадавших;- оказывать неотложную помощь в любых ситуациях, не
теряться при этом.
**Содержание раздела «Медико-санитарная подготовка»
Тема № 1. Понятие о ране, классификация ран. Первая медицинская помощь при
ранениях.**Характеристика различных видов ран и их причин. Отработка навыков оказания первой
медицинской помощи при ранениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды
кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки
кровотечения. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку,
верхние и нижние конечности.
**Тема № 2. Виды кровотечений и их характеристика.**Характеристика различных видов кровотечений и их причины.
Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях.
**Тема № 3. Правила и техника остановки кровотечений.**Способы остановки кровотечений (давящая повязка, наложение жгута, пережатие
артерии, сгибание конечностей). Отработка навыков оказания первой медицинской
помощи при кровотечении.
**Тема № 4. Понятие о переломах. Первая медицинская помощь при переломах.**Характеристика различных видов переломов. Отработка навыков оказания первой
медицинской помощи при переломах.
**Тема № 5. Первая медицинская помощь при ожогах и солнечном ударе.**Симптомы солнечного удара. Виды ожогов. Отработка навыков оказания первой
медицинской помощи при ожогах и солнечном ударе. Первая помощь при утоплении,
солнечном и тепловом ударе. Оказание первой медицинской помощи при отравлении
техническими жидкостями и поражении электрическим током. Меры безопасности при
работе с ядовитыми жидкостями и электрическим током.
**Тема № 6. Первая медицинская помощь при остановке сердца и дыхания. Непрямой
массаж сердца и искусственная вентиляция лёгких.
Занятие 8. Правила оказания первой медицинской помощи при клинической смерти.**Отработка на муляже навыков оказания помощи пострадавшему с искусственной
вентиляцией лёгких и не прямым массажем сердца.
**Тема № 9. Способы переноски пострадавших.**
*Занятие 1. Табельные редства индивидуального медицинского оснащения
военнослужащих и правила пользования ими.*-средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка
индивидуальная (АИ-1М и АИР-3), аптечка войсковая (АВ), пакет перевязочный
индивидуальный (ППИ и АВ-3), пакет противохимический индивидуальный (ИПП-10 и
ИПП-11). Предназначение, порядок и правила пользования.
*Занятие 2. Розыск раненных на поле боя. Вынос и вывоз раненых с поля боя.*Розыск раненых в зависимости от характера обстановки и местности днем и ночью.
Укрытие и маскировка раненых на поле боя и оказание им первой медицинской помощи.
Порядок вызова санитара Правила и способы транспортировки пострадавших.
Транспортная иммобилизация. Отработка навыков по переноске пострадавших. Приемы и
способы переноски раненных с помощью подручным материалов. Эвакуация раненых с
учетом характера ранения и вида транспорта.
**Тема № 10. Правила наложения стерильных повязок.**Перевязочные средства. Характеристика перевязочных материалов. Отработка навыков
наложения повязок на верхнюю и нижнюю конечности. Отработка навыков наложения
повязок на голову и туловище и способов обездвиживания повреждённой части тела.
**Тема № 11 Первая медицинская помощь при поражении радиоактивными и
отравляющими веществами.**Действие, виды, поражающие факторы радиоактивных и отравляющих веществ.
Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при поражении
радиоактивными и отравляющими веществами.

**ЗОМП (ЗАЩИТА ОТ ОРУЖИЯ МАССОВОГО ПОРАЖЕНИЯ)(30 часов).
Учебные цели:**Познакомить с основными положениями Федерального закона «О гражданской обороне»,
основными понятиями и определениями, задачами Гражданской обороны, структурой и
органами управления. Познакомиться с классификацией средств индивидуальной защиты,
их назначением и принципом действия, с простейшими и подручными средствами
защиты, правилами эвакуации, устройством фильтрующего противогаза. Отработать
навыки защиты органов дыхания и кожи. Помочь уяснить принципы действия и
поражающие факторы оружия массового поражения. Учить изготовлять простейшие
средства индивидуальной защиты, стрелять и преодолевать полосу препятствий в
противогазе.
В результате изучения раздела программы «Гражданская оборона» члены клуба должны
**знать:**- историю создания, предназначение, структуру и задачи Гражданской обороны;
- классификацию средств индивидуальной защиты;
- назначение и принцип действия средств индивидуальной защиты, правила пользования
ими; - устройство фильтрующего противогаза;
- принцип действия и поражающие факторы оружия массового поражения, способы
защиты от него;- правила эвакуации;
**уметь:**- пользоваться средствами индивидуальной защиты;
- изготовлять простейшие средства индивидуальной защиты;
- стрелять и преодолевать полосу препятствий в противогазе;
- защищать органы дыхания и кожу.
Содержание раздела «Гражданская оборона»
**Тема № 1. История создания системы гражданской обороны и её задачи.**История создания системы гражданской обороны. Структура и органы управления.
Основные понятия и определения гражданской обороны. Задачи, стоящие перед
гражданской обороной.
**Тема № 2. Характеристика оружия массового поражения.**История появления, принципы действия и поражающие факторы оружия массового
поражения (ядерного, химического, бактериологического). Способы защиты от него.
**Тема № 3. Средства индивидуальной защиты.**Классификация средств индивидуальной защиты. Назначение и принцип действия.
Простейшие и подручные средства защиты. Устройство фильтрующего противогаза.
**Тема № 4. Практические тренировки.**Правила эвакуации Отработка навыков пользования средствами индивидуальной защиты
органов дыхания ( противогаз) и кожи (ОЗК).
Изготовление простейших средств индивидуальной защиты (ватно-марлевые повязки).
Преодоление полосы препятствий в средствах индивидуальной защиты. Стрельба в
противогазе и ОЗК.

**ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (83 часа).
СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛА «ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА».
1. Условия безопасного поведения.**Понятие о среде обитания человека и экстремальных ситуациях, возникающих с
человеком.
Общие сведения и особенности региона проживания. Наличие зон повышенной
опасности. Государственные и муниципальные службы региона.
Общая характеристика опасностей криминального характера. Варианты покушения на
личность, имущество, жилище. Зоны повышенной криминогенной опасности: места
скопления людей, вокзалы и т.д. Правила поведения при возникновении опасности.
**2. Экстремальные ситуации в условиях проживания.**
Опасности, возникающие на улице, во дворе. Безопасный путь. Правила поведения при
возникновении опасности. Элементы дороги, дорожные знаки, знаки и сигналы
регулировки, правила поведения на дороге.
Характеристика возможных опасностей, возникающих в жилище: пожар, затопление,
бытовые травмы и т.д. Правила поведения при возникновении опасности.
Характеристика возможных опасностей, возникающих на транспорте: авто-, электро-,
железнодорожном, водном и воздушном. Обеспечение безопасности. Возможные ЧС и
правила поведения при их возникновении.
Понятие о производственных авариях и катастрофах: пожары, взрывы, выброс ядовитых и
радиоактивных веществ, гидродинамические аварии, экологические нарушения
равновесия. Характеристика опасностей и возможные последствия. Правила поведения и
действий. Знаки, предупреждающие последствия и об опасностях.
**3.Выживание в условиях природной среды.**Понятия об экстремальных ситуациях для человека в природной среде: жара, холод, снег,
дождь, жажда, голод, переутомление, физическая боль, отравления и т.д.
Характеристика различных регионов: тайга, водные просторы, горы, тундра и т.д.
Человек в условиях автономного существования. Возможные случаи автономного
существования и правила поведения. Способы ориентирования на местности и по карте.
Сигналы бедствия и сигнальные средства. Способы передвижений в различных условиях.
Водная переправа. Правила поведения на воде. Сооружение жилища. Способы добычи
огня, воды и еды. Съедобные и ядовитые грибы. Приготовление пищи и её сохранение.
Питьевой и пищевой режимы. Виды снаряжения и их значение.
Медицинская аптечка. Использование природных лекарственных средств.
ЧС природного характера: землетрясения, оползни, обвалы, ураганы, бури, смерчи,
наводнения, лесные и торфяные пожары, снежные лавины, извержение вулканов, цунами.
Причины возникновения, характеристика и последствия, меры предупреждения и
снижения ущерба от их последствий, правила поведения.
**4.Анатомическая характеристика человека.**Вопросы, изучаемые медициной, анатомией и физиологией.
Понятие о строении человека.
Физиологическая характеристика систем жизнеобеспечения человека.
Физиология состояний организма при различных видах деятельности. Физиологические
основы физических качеств.
Физиология работоспособности в различных условиях.
Здоровый образ жизни и вредные привычки. Гигиена человека.
**4.Основы оказания доврачебной помощи.**Правила и приёмы оказания доврачебной помощи: остановка кровотечений,
иммобилизация, наложение повязок, искусственная вентиляция лёгких и непрямой массаж
сердца, противошоковые мероприятия, транспортировка пострадавших.
**5.Способы оказания первой медицинской помощи в ЧС.**
Понятие о различных заболеваниях, их фазах и течении.
Медицинская помощь при различных заболеваниях: травмах, утоплении, обморожении и
переохлаждении, психических травмах, обмороках и потере сознания, укусов змей и
насекомых, отравлениях, сердечно-сосудистой и костно-мышечной систем, желудочнокишечного тракта, мочеполовых органов, кожи, уха, горла, носа и т.д.
Способы изготовления медицинских препаратов из лекарственных трав, приёмы
классического и точечного массажа, а также другие способы лечения народной медицины.
Способы восстановления при различных заболеваниях.

**ОСНОВЫ ТЕХНИКИ РУКОПАШНОГО БОЯ (50 часов)
Цель:** ознакомить и обучить приёмам РБ на основе системы Кадочникова А.А., развитие и
укрепление здоровья.
**Задачи:**- формирование необходимых теоретических знаний по РБ;
- развитие практических навыков применения приёмов РБ в ЧС.
**2.1. Базовые элементы.**Базовые стойки и перемещения в них.
Нижняя акробатика: самостраховки, перекаты, кувырки, перемещения на нижнем уровне.
Подготовительные упражнения.
**2.2. Освобождения от захватов, обхватов и удушающих приёмов.**Освобождение от захватов за руки, одежду, волосы, уши.
Освобождение от обхватов за туловище, ноги.
Освобождение от удушающих приёмов.
Подготовительные упражнения.
Проведение учебных схваток.
**2.3. Удары и защита от ударов.**Способы нанесения ударов ногами, руками и головой.
Защитные действия от ударов ногами, руками и головой.
Подготовительные упражнения.
Проведение учебных схваток.
**2.4. Приёмы задержания и сопровождения.**Задержание и сопровождение болевыми приёмами стоя.
Элементы надевания наручников при различных обстоятельствах.
Способы связывания.
**2.5. Защитные действия при нападении противника с холодным оружием и
подручными средствами.**Упреждающие действия при попытке противника извлечь холодное оружие.
Защитные действия при угрозе холодным оружием.
Защитные действия при нанесении противником колющих и режущих ударов холодным
оружием. Защитные действия при нападении противника с использованием
подручных средств. Использование холодного оружия и подручных средств
для защитных действий. Проведение учебных схваток.
**2.6. Защитные действия при угрозе огнестрельным оружием.**Упреждающие действия при попытке противника извлечь огнестрельное оружие.
Защитные действия при угрозе противником огнестрельным оружием с близкого
расстояния и в упор.
Использование огнестрельного оружия в защитных действиях.
Проведение учебных схваток.
**2.7. Защитные действия при нападении нескольких противников.**Тактика действий при групповом нападении.
Тактика действий группы при групповом нападении.
Проведение учебных схваток.

**ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ.
Цель:** пропаганда здорового образа жизни, обучить правильной технике выполнения
различных упражнений.
**Задачи:**- развитие и укрепление здоровья;
- содействие нормальному физическому развитию;
- развитие основных жизненноважных функций;
- формирование здорового образа жизни.
**3.1. Силовые упражнения.**Упражнения с внешним сопротивлением: с тяжестями, с партнёром, с сопротивлением
упругих предметов, в преодолении сопротивления внешней среды.
Упражнения с преодолением веса собственного тела: гимнастические, легкоатлетические
прыжковые, преодоление препятствий.
Изометрические упражнения: пассивное и активное напряжение мышц.
**3.2. Упражнения для развития быстроты.**Упражнения с тяжестями, собственным весом тела, мячом.
Беговые и прыжковые упражнения.
**3.3. Упражнения для развития выносливости.**Упражнения для развития общей (аэробной) выносливости, выносливости к скоростной
работе, специальной и «статической» выносливости.
**3.4. Упражнения для развития гибкости.**
Упражнения с собственным весом тела, партнёром, отягощениями и простейшими
тренировочными приспособлениями для развития общей гибкости.
Упражнения для развития специальной гибкости.
**3.5. Упражнения для развития координации и ловкости.**Упражнения для развития общей координации и ловкости.
Упражнения для развития специальной координации и ловкости.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. Конституция Российской Федерации.

2. Закон Российской Федерации «Об образовании» №273-ФЗ от 29.12.2012.

3. Национальная доктрина образования в Российской Федерации.

4. Концепция модернизации российского образования до 2020года.

5. Федеральная программа развития образования в Российской Федерации.

6. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2015-2020
годы, утвержденной постановлением правительства РФ от 05.10.2015, №795.

7. Концепция патриотического воспитания молодежи в ДОСААФ России на период до
2020 года.

8. Послание Президента Федеральному собранию 30 ноября 2017 года.

9. Приказ министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008 "Об
утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по
дополнительным общеобразовательным программам".

10. Приказ Минобрнауки России от 25.10.2013 №1185 "Об утверждении примерной
формы договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным
программам".

11. Басова, Н. В. Педагогика и практическая психология. – Ростов н/Д: «Феникс», 1999. –
416 с.

12. Бачевский, В. И. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних
граждан: Учебно-методическое пособие по разделу «Основы военной службы». – М.:
ООО «Редакция журнала «Военные знания», 2001. – 186 с.

13. Беспятова, Н. К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство
социализации / Н. К.Беспятова, Д. Е.Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 192 с.

14. Буторина, Т. С. Воспитание патриотизма средствами образования / Т. С. Буторина, Н.
П.Овчинникова – СПб: КАРО, 2004. – 224 с.

15. Воронцов, В. Л. Могущество знания. – М.: Изд-во «Знание», 1979. – 380 с.

16. Героико-патриотическое воспитание в школе: детские объединения, музеи, клубы,
кружки, поисковая деятельность /Авт.-сост. Т. А.Орешкина. – Волгоград: Учитель, 2007. –
122 с.

17. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской
Федерации на 2001 – 2005 годы».

18. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской
Федерации на 2006 – 2010 годы».

19. Касимова, Т. А. Патриотическое воспитание школьников: Методическое пособие / Т.
А.Касимова, Д. Е.Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2005. – 64 с.

20. Лебедева, О. В. Классные часы и беседы по воспитанию гражданственности: 5-10
классы. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 192 с.

21. Мизиковский Г. В. Межпредметные связи в курсе допризывной подготовки юношей. –
М.: Просвещение, 1990. – 237 с.

22. Николаев, Г. Г. Воспитание гражданских качеств подростков в детских общественных
объединениях. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2004. – 134с.

23. Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по основам
безопасности жизнедеятельности. /Авт.-сост. Г. А.Колодницкий,

24. Патриотическое воспитание: система работы, планирование, конспекты уроков,
разработки занятий /Авт.-сост. И. А.Пашкович. – Волгоград: Учитель, 2006. – 169 с.

25. Пути модернизации образования: инновационные образовательные и организационные
технологии в кадетских школах и в школах-интернатах: материалы и учебнометодические разработки участников Всероссийского семинара-совещания / сост. А.
Н.Кузибецкий, Е. В.Никульшина. – Волгоград: Изд. ВГИПК РО, 2004. – 190 с.

26. Сборник нормативных правовых документов и материалов по патриотическому
воспитанию и подготовке обучающихся к военной службе / сост. Н. В.Мазыкина, Б.
И.Мишин, под ред. А. К.Бруднова. – М.: Мнемозина, 2000. – 192 с.

27. Строевой Устав Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: Военное
издательство,
1994. – 328 с.

28. Ушинский, К. Д. Избранные педагогические сочинения: В 2 т. – М., 1974. Т.2. – с.160.

29. Харламов, И. Ф. Педагогика: Учеб.пособие. – М.: Высш. шк., 1999. – 512 с.

30. Юности честное зерцало: Программы по нравственному воспитанию школьников,
сценарии мероприятий / Авт.-сост. Т. М.Кумицкая, О. Е. Жиренко. – М.: 5 за знания, 2005.