

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия г. Советский

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 31.08.2023 г.  
Протокол № 1

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор гимназии г. Советский  
Б.А. Букина  
31.08.2023 г.



Дополнительная общеобразовательная  
программа социально-гуманитарной направленности  
«Школа навыков»

Возраст обучающихся: 9 –18 лет

Срок реализации: 2 года

Автор - составитель:  
Муравлев Иван Валерьевич, преподаватель

г. Советский, 2023 г.

### **Пояснительная записка.**

Патриотическое воспитание ориентировано на формирование у молодежи высокого патриотического сознания, идей служения Отечеству, способности к его вооруженной защите, привитие гордости за русское оружие, любви к русской военной истории, военной службе и военной форме одежды, сохранение и приумножение славных воинских традиций.

За основу патриотического воспитания молодежи следует принять:

- формирование высоких моральных и психологических качеств детей, подростков и молодежи, преданности Родине и готовности к ее защите;
- целенаправленную работу по формированию у допризывной молодежи потребности в физическом развитии и физическом совершенствовании;
- воспитание духовности на основе изучения и обобщения опыта, приобретенного Россией за всю историю борьбы за независимость.

Программа «Школа навыков» предусматривает получение обучающимися знаний об обороне государства, составе, структуре и задачах, решаемых Вооруженными Силами Российской Федерации; овладение элементами военно-медицинской подготовки, получение физической закалки, овладение основами рукопашного боя и туристской подготовки, приобретение навыков по гражданской обороне и медицине.

**Документы**, регламентирующие деятельность дополнительной общеобразовательной программы «Школа навыков»:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ.
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28).
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. «О направлении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)».
- Положение о структурном подразделении дополнительного образования детей в МБОУ гимназии г. Советский.
- Приказ МБОУ гимназии г. Советский от 04.02.2021 г. № 75 «Об утверждении плана мероприятий («дорожной карты») по реализации регионального проекта «Успех каждого ребенка», внедрению дополнительного образования детей в МБОУ гимназии г. Советский в 2021 году».
- Приказ МБОУ гимназии г. Советский от 20.04.2021 г. № 249 «Об утверждении дополнительных общеобразовательных программ на 2021-2022 учебный год».

### **Актуальность**

Проблема патриотического воспитания и гражданского становления подрастающего поколения сегодня одна из актуальных задач государства и общества. В Национальной доктрине образования в Российской Федерации определена не только государственная политика в области образования, но и дан социальный заказ государства на воспитание человека с активной жизненной позицией, трудолюбивого и высоконравственного, патриота своей Родины, уважающего права и свободы личности, традиции и культуру других народов, проявляющего национальную и религиозную терпимость. Изменения геополитической обстановки в мире требуют укрепления экономической мощи Отечества, повышения его обороноспособности, отлаженной работы всей системы патриотического воспитания подрастающего поколения, подготовки его к защите Родины. Обществу нужны здоровые,

мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы работать и учиться на его благо. Поэтому особое место в воспитании подрастающего поколения отводится воспитанию патриотизма, чувства любви к Родине, а молодежь – это стратегический ресурс любого общества.

В связи с переходом на более короткий срок службы по призыву, к молодым ребятам предъявляются более высокие требования физической подготовки допризывной молодежи.

**Цель программы:** социальное становление, патриотическое воспитание и формирование активной гражданской позиции подростков в процессе интеллектуального, духовно-нравственного и физического развития, подготовки к защите Отечества.

**Задачи программы:**

1. Развитие мотивации обучающихся к познанию важнейших духовно-нравственных ценностей, отражающих специфику формирования и развития нашего общества и государства, национального самосознания и образа жизни, миропонимания и судьбы россиян.
2. Компенсация отсутствующих в общем образовании компетенций в области истории Отечества и Вооруженных Сил России, физкультуры, спортивной гигиены, медицины, развитие интереса к воинским специальностям и формирование желания получить соответствующую подготовку; выработка готовности к достойному служению обществу и государству.
3. Физическое развитие обучающихся, формирование навыков дисциплины, самоорганизации и умения действовать в сложных и экстремальных ситуациях.
4. Воспитание силы воли, мужества, стойкости, гражданственности и патриотизма.

**Достижение поставленных задач предполагается осуществить на основе интереса подростков к военному искусству, физической силе и красоте, мужеству, стойкости, смелости и решительности; стремлению к самоутверждению.**

**Срок реализации:** программа содержит 2 модуля. Модуль равен году обучения.

1 модуль для обучающихся 5,6,7 и 8 классов

2 модуль для обучающихся 9,10 и 11 классов

**Возраст обучающихся/состав групп:** юноши и девушки от 9 до 18 лет. Набор обучающихся в группы свободный – для всех, кто проявляет желание и интерес, независимо от физических данных. Ограничение - наличие медицинских противопоказаний. Наполняемость учебной группы 10 - 15 человек.

**Форма обучения:** очная, допустимо применение дистанционных технологий.

**Режим занятий:**

1 модуль: **2 раза в неделю по 2 часа** (4 часа в неделю – 148 ч)

2 модуль: **2 раза в неделю по 2 часа** (4 часа в неделю – 148 ч)

Программа реализуется **без предъявления требований** к уровню образования и квалификации педагога.

**Ожидаемые результаты и способы их оценки**

**Теоретические компетенции:**

- Знакомство с историей Вооруженных Сил и силовых структур России.
- Освоение приемами строевой подготовки.

- Формирование правовой культуры и законопослушности.
- Изучение русской военной истории, воинских традиций.
- Получение навыков походной и маршевой подготовки, умения ориентироваться на местности, обустроить бивак, добывать воду и пищу, различать съедобные и лекарственные растения.

#### **Практические компетенции:**

- Овладение приемами строевой подготовки.
- Усвоение истории Вооруженных сил, силовых структур России, русской военной истории.
- Умение применить полученные знания в практике.
- Выполнение нормативов «Юный стрелок», «Меткий стрелок», «Ворошиловский стрелок».
- Совершение пешего марша на 5 км с элементами ориентирования, обустройство ночлега без туристского снаряжения.

#### **Общеучебные умения и навыки:**

- Овладение умениями и навыками личной гигиены и закаливания.
- Воспитание духа коллективизма.
- Формирование патриотического сознания.
- Воспитание чувства гордости к героическим деяниям предков и их традициям.

### **Модель обучающегося, освоившего образовательную программу клуба**

Успешно освоивший образовательную программу воспитанник:

1. Способен освоить программу в нормативные сроки
2. Владеет знаниями, умениями и навыками на уровне не ниже среднего
3. Умеет принимать ответственные решения в ситуации выбора и отстаивает свою позицию в ситуации внешнего давления, проявлять свои патриотические чувства
4. Умеет сочетать в разумных пределах в своей повседневной жизни личные интересы и интересы общества
5. Имеет осознанную потребность в позитивных способах самореализации
6. Обладает следующими обще учебными умениями (базовыми компетенциями):
  - *учебно-организационными*
  - планирует текущую работу, нацеливает себя на выполнение поставленной задачи, осуществляет самоконтроль, сотрудничает с коллективом при решении учебных задач;
  - *учебно-интеллектуальными*
  - сравнивает объекты, факты, явления, обобщает, делает выводы, выделяет главное;
  - *учебно-коммуникативными*
  - умеет слушать, пользуется специальными терминами, лежащими в основе учебного предмета, задает уточняющие вопросы, проявляет готовность к диалогу и умеет позитивно решать конфликтные ситуации.
7. Обладает следующими личностными качествами:
  - дисциплинированность, коммуникабельность, обучаемость;
  - готовность прийти на помощь товарищам;
  - ответственность за общее дело
  - стремление к развитию своих морально-волевых качеств – силы воли, настойчивости, терпеливости, выдержки, смелости.

Программой предусмотрено проведение вводного, промежуточного и итогового контроля.

**Вводный контроль** проводится на начальном этапе обучения методом наблюдения.

**Промежуточный контроль** проводится в течение всего периода обучения поурочно. Методами выступают: наблюдение, тестирование, устный опрос, выполнение нормативных показателей.

**Итоговый контроль** представляет собой оценку качества усвоения учащимся содержания дополнительной программы по окончании ее изучения. Итоговый контроль проходят все учащиеся, занимающиеся по программе.

### **Механизм реализации программы**

Изучение учебного материала, предлагаемого данной программой основывается на принципах воспитывающего обучения – обучения, при котором достигается органическая связь между приобретением знаний, умений, навыков, усвоением опыта творческой деятельности и формированием эмоционально–целостного отношения к миру, друг другу, к усваиваемому учебному материалу.

Патриотический воспитательно-развивающий потенциал программы выражается в следующем:

- в содержании основного учебного материала, изучаемого воспитанниками кружка;
- в организации целостного учебно-воспитательного процесса, в котором используются различные формы обучения и воспитания, коллективной и индивидуальной деятельности обучающихся, ориентированные на стимулирование их гражданско-патриотической активности;
- в использовании воспитательных возможностей организации деятельности обучающихся в социокультурном окружении для более прочного усвоения полученных знаний, выработки гражданско-патриотических и нравственных ориентиров, расширения социального опыта в практическом применении полученных знаний как основы для жизненного и профессионального самоопределения;
- в воспитательном примере личности руководителя кружка, являющегося образцом патриота и гражданина России, умеющего строить деловые, педагогически целесообразные отношения с кружка.

### **Формы учебных занятий:**

1. Учебно-тренировочное занятие. Содержание учебного материала должно соответствовать обучающей и воспитательной задаче.
2. Тематические экскурсии. Могут являться разновидностью занятий, либо культурно-досуговым мероприятием.
3. Дискуссии, ролевые игры по тематике программы.
4. Трудовая деятельность педагога и обучающихся. Участие в совместном труде, например, в субботнике или работах по поддержанию материальной базы, предполагает использование педагогом личного примера как метода решения воспитательной задачи.
5. Досуговые, массовые мероприятия, соревнования, посвященные различным историческим или памятным датам.
6. Выездные формы занятий – экскурсии, профильные лагеря, экспедиции, соревнования.

Кроме названных выше существуют и другие **формы занятий:**

- походы по знаменательным историческим местам;
- учебные семинары;
- помощь ветеранам войн и локальных конфликтов;
- участие во всероссийской патриотической акции «Вахта памяти».

### **Средства реализации программы:**

- Создание особой микросоциальной, развивающей среды дисциплины, порядка, комфортности;
- Обучение и воспитание подростков в соответствии с определенными программой направлениями и содержанием деятельности;
- Использование отечественного и зарубежного опыта;
- Приобщение подростков к жизни в гражданском обществе, к культуре мира и ненасилия.

## Учебный план 1 модуля

№п/п	Название темы, раздела	Кол-во часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Огневая подготовка	28	20	8	Промежуточный контроль
2.	Итоговые занятия	2	-	2	Промежуточный контроль
3.	РХБЗ	14	4	10	Промежуточный контроль
4.	Строевая подготовка	32	4	28	Промежуточный контроль
5.	Уставы ВС РФ	14	10	4	Промежуточный контроль
6.	Физическая подготовка	22	-	22	Промежуточный контроль
7.	Военная топография	8	6	2	Промежуточный контроль
8.	Физическая подготовка	12	-	12	Промежуточный контроль
9.	Тактическая подготовка	4	2	2	Промежуточный контроль
10.	Военно-медицинская подготовка	12	6	6	Промежуточный контроль
	<b>Итого:</b>	<b>148</b>	<b>52</b>	<b>96</b>	

### Содержание программы 1 модуля

#### Огневая подготовка (28 часов).

**Теория:** Меры безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб.

Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Меры безопасности при проведении стрельб в тире и на войсковом стрельбище.

#### **Материальная часть стрелкового оружия.**

Назначение и боевые свойства автомата и ручного пулемета Калашникова. Общее устройство, принцип работы автоматики и порядок неполной разборки и сборки оружия.

Положение частей и механизмов до заряжания и работа их при заряжании и выстреле (стрельбе). Принадлежность к автомату. Порядок чистки и смазки автомата. Порядок хранения автомата.

Осмотр и подготовка автомата и патронов к стрельбе. Возможные задержки и неисправности автомата при стрельбе, способы их устранения.

Назначение, характеристика и общее устройство бинокля. Поле зрения, шкала и цена ее делений. Подготовка бинокля к работе. Порядок наблюдения и измерения горизонтальных и вертикальных углов для определения дальности. Уход за биноклем и его сбережение.

Назначение и боевые свойства ручных наступательных, оборонительных и противотанковых гранат. Устройство гранат и запалов к ним. Меры безопасности при обращении с ручными гранатами. Подготовка ручных гранат к броску. Работа частей и механизмов гранаты.

Назначение и боевые свойства реактивных противотанковых и штурмовых гранат. Устройство и работа частей и механизмов. Меры безопасности при обращении с гранатами.

**Практика:** Огневые (стрелковые) тренировки.

Меры безопасности на занятиях по огневой подготовке. Практическая стрельба из пневматической винтовки. снаряжение магазина патронами и зарядание автомата. Изготовка к стрельбе и производство стрельбы (установка прицела и переводчика, прикладка, прицеливание, спуск курка, удержание автомата) из положения, лежа с руки и с упора. Прекращение стрельбы, разряжение и осмотр автомата после стрельбы.

### **Итоговые занятия (2 часа).**

**Теория:** Проверка знаний по огневой и разведывательной подготовки.

**Практика:** Огневая подготовка.

### **Радиационная, химическая и биологическая защита (14 часов).**

**Теория:** Ядерное, химическое, биологическое и зажигательное оружие.

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

Характеристика зажигательных веществ. Средства применения зажигательных веществ. Способы защиты личного состава, вооружения, техники, боеприпасов, материальных средств и фортификационных сооружений от зажигательного оружия. Средства пожаротушения, находящиеся на штатной технике, и их использование. Действия личного состава при попадании зажигательных веществ на обмундирование, средства индивидуальной защиты, вооружение, технику и фортификационные сооружения. Оказание помощи при поражении зажигательным оружием.

**Практика:** Средства индивидуальной защиты.

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

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

### **Строевая подготовка (32 часа).**

**Теория:** Строевые приемы и движение без оружия.

Строй, команды и обязанности солдата перед построением и в строю.

**Практика:** Строевые приемы и движение без оружия.

Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)». Строевая стойка. Повороты на месте.

Строевые приемы и движение с оружием.

Строевая стойка с оружием, выполнение приемов с оружием на месте. Повороты и движение с оружием.

### **Уставы ВС РФ (14 часов).**

**Теория:** Военнослужащие и взаимоотношения между ними.

Начальники и подчиненные, старшие и младшие; их права и обязанности. Порядок отдачи и выполнения приказаний. Выполнение воинского приветствия. Порядок обращения к начальникам и старшим по званию. Правила воинской вежливости.

#### **Обязанности лиц суточного наряда.**

Действия очередного дневального по роте: по прибытии прямых начальников; в случае тревоги и пожара; по прибытии в роту военнослужащих не своей роты; при вызове очередного дневального командиром роты; при выносе имущества из расположения роты; порядок доклада дневального по телефону, действия дневального при нарушениях внутреннего порядка военнослужащими в роте и др. Действия дневального свободной смены.

#### **Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания.**

Применяемые поощрения и налагаемые на солдат дисциплинарные взыскания.

**Практика:** -

### **Физическая подготовка (22 часа).**

**Теория:** -

**Практика:** Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание; на брусках – сгибание и разгибание рук в упоре; в прыжках – прыжок ноги врозь через козла в длину; тренировка в выполнении упражнений с тяжестями и в лазанье по канату (шесту).

Выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание, подъем переворотом, поднятие ног к перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре на брусках; в прыжках – прыжок через козла в длину; на силовых тренажерах; с тяжестями; в лазанье. Тренировка в беге на 100 м и 1 км.

Проверка по упражнениям физической подготовки: пеший марш на 5 км; метание гранат Ф-1 на дальность; приемы рукопашного боя с автоматом; передвижение на поле боя.

Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам. Изучение техники метания гранат с места и в движении. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.

Начальное обучение технике бега. Техника бега на короткие дистанции, старт, финиш. Техника бега на средние и длинные дистанции и пересеченной местности.

#### **Рукопашный бой.**

Техника заломов захватов и освобождения из них. Освобождение от захватов противником. Защита от бокового удара кулаком в голову (ребром ладони в шею). Защита от удара вперед стопой в пах. Упражнения на мешках и лапах. Техника и тактика ведения боя с подручными предметами. Тактика и техника (ударов) ведения боя на ближние, средние и дальней дистанции. Развитие отдельных физических качеств, необходимых рукопашнику. Обучение техники ударов ногами, руками, головой, локтями, коленом. Болевые приемы с заламыванием рук, ног, пальцев. Боевые комбинации на маневренность, блокировка действий партнера с последующей атакой. Защита от ударов подставками и уходом с последующей атакой. Связывание подручными средствами соперника. Боевые комбинации на маневренность. Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).

### **Военная топография (8 часов).**

**Теория:** Ориентирование на местности без карты и движение по азимуту.

Ориентирование на местности без карты. Выбор и использование ориентиров при определении и указании своего местонахождения и обнаруженных целей. Особенности



ориентирования ночью, в горах, в лесу и зимой. Определение направлений на стороны горизонта по компасу, небесным светилам, местным предметам.

**Практика:** Определение азимута на местные предметы и направлений по заданным азимутам. Движение по азимуту днем. Порядок обхода препятствий. Движение по азимуту ночью. Порядок обхода препятствий. Определение направлений на стороны горизонта ночью по небесным светилам.

### **Физическая подготовка (12 часов).**

**Теория:** -

**Практика:** Разучивание и тренировка в выполнении 1-го комплекса вольных упражнений, положений наскока и соскока со снаряда и действий у снарядов, упражнений на гимнастической скамейке, стенке, тренажерах, в лазанье по канату (шесту), с тяжестями.

Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание; на брусьях – сгибание и разгибание рук в упоре; в прыжках – прыжок ноги врозь через козла в длину; тренировка в выполнении упражнений с тяжестями и в лазанье по канату (шесту).

Выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание, подъем переворотом, поднятие ног к перекладине, сгибание и разгибание рук упоре на брусьях; в прыжках – прыжок через козла в длину; на силовых тренажерах; с тяжестями; в лазанье. Тренировка в беге на 100 м и 1 км.

Проверка по упражнениям физической подготовки: пеший марш на 5 км; метание гранат Ф-1 на дальность; приемы рукопашного боя с автоматом; передвижение на поле боя.

Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам. Изучение техники метания гранат с места и в движении. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.

#### **Рукопашный бой.**

Смешанная техника ударов руками – ногами. Действия в опасных ситуациях криминального характера. Техника заломов захватов и освобождения из них. Освобождение от захватов противником. Защита от бокового удара кулаком в голову (ребром ладони в шею). Защита от удара вперед стопой в пах. Упражнения на мешках и лапах. Техника и тактика ведения боя с подручными предметами. Тактика и техника (ударов) ведения боя на ближние, средние и дальней дистанции. Развитие отдельных физических качеств, необходимых рукопашнику. Обучение техники ударов ногами, руками, головой, локтями, коленом. Болевые приёмы с заламыванием рук, ног, пальцев. Боевые комбинации на маневренность, блокировка действий партнёра с последующей атакой. Защита от ударов подставками и уходам с последующей атакой. Связывание подручными средствами соперника. Боевые комбинации на маневренность. Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).

### **Тактическая подготовка (4 часа)**

**Теория:** Действия солдата в бою.

**Практика:** Способы передвижения на поле боя.

### **Военно-медицинская подготовка (12 часов).**

**Теория:** Гигиена.

Личная и коллективная гигиена. Выполнение правил гигиены в полевых условиях. Предупреждение инфекционных заболеваний.

#### **Оказание первой медицинской помощи.**

Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки

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

**Средства индивидуального медицинского оснащения военнослужащих и правила пользования ими.**

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

**Практика:** Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, живот, верхние и нижние конечности. Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя для иммобилизации переломов костей.

Признаки клинической и биологической смерти. Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Оказание первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях. Ожоги, причины возникновения, признаки и классификация. Отморожения, переохлаждения, ознобления и замерзание: причины, признаки, классификация.

## Развернутый учебно-тематический план 1 модуля

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю – 148 ч.)

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
						<b>Огневая подготовка (28 часов)</b>		
1	Сентябрь1	Неделя 1	по расписанию	Теория	2	Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.	кабинет	Промежуточный контроль
2	Сентябрь1	Неделя 1	по расписанию	Теория	2	Меры безопасности при проведении стрельб в тире и на войсковом стрельбище.	кабинет	Промежуточный контроль
3	Сентябрь2	Неделя 2	по расписанию	Теория	2	Изготовка к стрельбе: лёжа, стоя, с колена.	кабинет	Промежуточный контроль
4	Сентябрь2	Неделя 2	по расписанию	Теория	2	Особенности чистки и смазки пневматической винтовки.	кабинет	Промежуточный контроль
5	Сентябрь3	Неделя 3	по расписанию	Теория	2	Выполнение приёмов с АК «на-ГРУДЬ». Выполнение приёмов с АК «на ре-МЕНЬ». Выполнение приёмов с АК«автомат-ЗА СПИНУ».	кабинет	Промежуточный контроль
6	Сентябрь3	Неделя 3	по расписанию	Теория	2	Явление выстрела. Начальная скорость пули. Отдача оружия.	кабинет	Промежуточный контроль
7	Сентябрь4	Неделя 4	по расписанию	Теория	2	Способы определения дальности до цели. Элементы наводки. Выбор прицела и точки прицеливания.	кабинет	Промежуточный контроль
8	Сентябрь4	Неделя 4	по расписанию	Теория	2	Пробивное и убойное действие пули. Прямой выстрел и его практическое значение. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство.	кабинет	Промежуточный контроль
9	Октябрь1	Неделя 5	по расписанию	Теория	2	Назначение и общее устройство ночных стрелковых прицелов. Подготовка прицела к работе. Осмотр и выверка ночного прицела. Обращение с прицелом и аккумуляторами. Уход за прицелом и его бережение.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
10	Октябрь1	Неделя 5	по расписанию	Практика	2	Назначение, характеристика и общее устройство оптических прицелов и биноклей. Поле зрения, шкала и цена ее делений. Подготовка прицела (бинокля) к работе. Порядок наблюдения и измерения	Спортивный зал	Промежуточный контроль

						горизонтальных и вертикальных углов. Уход за прицелом (биноклем) и его сбережение.		
11	Октябрь2	Неделя 6	по расписанию	Практика	2	Действительность стрельбы. Вероятность попадания и поражения цели. Определение необходимого количества боеприпасов на поражение цели. Пробивное (убойное) действие пули. Закон рассеивания снарядов (гранат, пуль). Причины рассеивания и меры, уменьшающие рассеивание. Кучность и меткость стрельбы, способы ее повышения. Определение положения средней точки попадания.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
12	Октябрь2	Неделя 6	по расписанию	Теория	2	Выполнение 2-го (3-го) начального упражнения стрельб из автомата; упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия.	кабинет	Промежуточный контроль
13	Октябрь3	Неделя 7	по расписанию	Практика	2	Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе с коротких остановок и с ходу по появляющимся и движущимся целям днем и ночью.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
14	Октябрь3	Неделя 7	по расписанию	Практика	2	Осмотр и подготовка оружия к стрельбе. Проверка боя (выверка прицела) и приведение оружия к нормальному бою.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
						<b>Итоговые занятия (2 часа)</b>		
15	Октябрь4	Неделя 8	по расписанию	Практика	2	Сдача зачетов по огневой подготовке.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
						<b>РХБЗ (14 часов)</b>		
16	Октябрь4	Неделя 8	по расписанию	Теория	2	Меры безопасности. Индивидуальные и коллективные средства защиты.	кабинет	Промежуточный контроль
17	Ноябрь1	Неделя 9	по расписанию	Теория	2	Понятие о дегазации, деактивации и дезинфекции. Назначение, устройство и применение индивидуального дегазационного пакета. Порядок проведения дегазации, дезактивации и дезинфекции оружия с использованием индивидуального дегазационного пакета и местных материалов. Порядок проведения дегазации обмундирования с использованием пакета ДПС. Частичная санитарная обработка. Порядок проведения частичной санитарной обработки при заражении	Спортивный зал	Промежуточный контроль

						радиоактивными, отравляющими веществами и бактериальными (биологическими) средствами.		
18	Ноябрь1	Неделя 9	по расписанию	Практика	2	Правила одевания, ношения противогаза.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
19	Ноябрь2	Неделя 10	по расписанию	Практика	2	Сигналы оповещения о радиоактивном, химическом и бактериологическом (биологическом) заражении и их подача различными средствами.	тир	Промежуточный контроль
20	Ноябрь2	Неделя 10	По расписанию	Практика	2	Выполнение упражнений на время.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
21	Ноябрь3	Неделя 11	по расписанию	Практика	2	Действия по команде «Вспышка с фронта, с тыла, справа, слева»	Тир гимназии	Промежуточный контроль
22	Ноябрь3	Неделя 11	по расписанию	Практика	2	Мероприятия по защите личного состава при продолжительных действиях на зараженной местности.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
						<b>Стрелковая подготовка (32 часа)</b>		
23	Ноябрь4	Неделя 12	по расписанию	Практика	2	Стрелковая стойка. Элементы строя. Виды строя.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
24	Ноябрь4	Неделя 12	по расписанию	Теория	2	Команды и обязанности солдата перед построением и в строю.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
25	Декабрь1	Неделя 13	По расписанию	Практика	2	Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)». Стрелковая стойка. Повороты на месте.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
26	Декабрь1	Неделя 13	по расписанию	Практика	2	Стрелковой и походный шаг.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
27	Декабрь2	Неделя 14	по расписанию	Практика	2	Движение стрелковым шагом. Повороты на месте	кабинет	Промежуточный контроль
28	Декабрь2	Неделя 14	по расписанию	Практика	2	Повороты в движении. Движение стрелковым шагом.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
29	Декабрь3	Неделя 15	по расписанию	Практика	2	Движение стрелковым шагом. Повороты на месте. Повороты в движении.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
30	Декабрь3	Неделя 15	по расписанию	Практика	2	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него	Тир гимназии	Промежуточный контроль
31	Декабрь4	Неделя 16	по расписанию	Практика	2	Воинское приветствие на месте.	Тир гимназии	Промежуточный

						Воинское приветствие в движении.		контроль
32	Декабрь4	Неделя 16	по расписанию	Практика	2	Движение строевым шагом. Ответ на приветствие.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
33	Январь1	Неделя 17	по расписанию	Практика	2	Тренировки в выполнении строевых приемов без оружия.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
34	Январь1	Неделя 17	по расписанию	Теория	2	Строевая стойка с оружием, выполнение приемов с оружием на месте.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
35	Январь2	Неделя 18	по расписанию	Практика	2	Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
36	Январь2	Неделя 18	по расписанию	Практика	2	Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй с оружием.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
37	Январь3	Неделя 19	по расписанию	Практика	2	Повороты и движение с оружием.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
38	Январь3	Неделя 19	по расписанию	Практика	2	Тренировки в выполнении строевых приемов с оружия.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
						<b>Уставы ВС РФ (14 часов)</b>		
39	Январь4	Неделя 20	по расписанию	Теория	2	Устав внутренней службы Вооруженных сил РФ.	кабинет	Промежуточный контроль
40	Январь4	Неделя 20	по расписанию	Теория	2	Военнослужащие и взаимоотношение между ними. Внутренний порядок.	кабинет	Промежуточный контроль
41	Февраль1	Неделя 21	по расписанию	Теория	2	Дисциплинарный устав Вооруженных сил РФ.	кабинет	Промежуточный контроль
42	Февраль1	Неделя 21	по расписанию	Теория	2	Обязанности военнослужащего по соблюдению воинской дисциплины. Применяемые поощрения и налагаемые на солдат дисциплинарные взыскания. Порядок подачи жалоб и заявлений. Сроки рассмотрения заявлений.	кабинет	Промежуточный контроль
43	Февраль2	Неделя 22	по расписанию	Теория	2	Устав гарнизонной, караульной и комендантской служб Вооруженных сил РФ. Строевой устав Вооруженных сил РФ.	кабинет	Промежуточный контроль
44	Февраль2	Неделя 22	по расписанию	Практика	2	Обязанности дневального по роте. Тренировка в выполнении обязанностей дневального по роте. Назначение и задачи караульной службы. Понятия «караул» и «часовой». Пост, его оборудование и оснащение. Обязанности часового. Заряжание оружия, следование на пост и прием поста.	кабинет	Промежуточный контроль

45	Февраль3	Неделя 23	по расписанию	Практика	2	Несение службы часовым способом патрулирования. Положение оружия у часового при его нахождении на посту. Смена часовых, следование в караульное помещение и разряжение оружия.	кабинет	Промежуточный контроль
						<b>Физическая подготовка (22 часов)</b>		
46	Февраль3	Неделя 23	по расписанию	Практика	2	Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н). Защита при уколе штыком с уходом влево (вправо). Разбивание твердых предметов рукой.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
47	Февраль4	Неделя 24	по расписанию	Практика	2	Выполнение упражнений на развитие координации движения.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
48	Февраль4	Неделя 24	по расписанию	Практика	2	Комплекс упражнений на развитие быстроты реакции.	кабинет	Промежуточный контроль
49	Март1	Неделя 25	по расписанию	Практика	2	Развитие выносливости.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
50	Март1	Неделя 25	по расписанию	Практика	2	Приемы рукопашного боя с автоматом; передвижение на поле боя.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
51	Март2	Неделя 26	по расписанию	Практика	2	Защита от бокового удара кулаком в голову (ребром ладони в шею). Защита от удара вперед стопой в пах. Упражнения на мешках и лапах.	кабинет	Промежуточный контроль
52	Март2	Неделя 26	по расписанию	Практика	2	Болевые приемы.	кабинет	Промежуточный контроль
53	Март3	Неделя 27	по расписанию	Практика	2	Комплекс упражнений на развитие быстроты реакции.	кабинет	Промежуточный контроль
54	Март3	Неделя 27	по расписанию	Практика	2	Техника и тактика ведения боя с подручными предметами.		
55	Март4	Неделя 28	по расписанию	Практика	2	Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).	Спортивный зал	Промежуточный контроль
56	Март4	Неделя 28	по расписанию	Практика	2	Защита при уколе штыком с уходом влево (вправо). Разбивание твердых предметов рукой.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
						<b>Военная топография (8 часов)</b>		
57	Апрель1	Неделя 29	по расписанию	Теория	2	Ориентирование на местности: компас, карта, местные предметы. Топографические карты. Условные знаки.	Тир гимназии	Промежуточный контроль

58	Апрель1	Неделя 29	по расписанию	Теория	2	Топографические карты. Чтение карты, определение расстояний, направлений, своего местоположения и положения обнаруженных целей.	кабинет	Промежуточный контроль
59	Апрель2	Неделя 30	по расписанию	Теория	2	Порядок обхода препятствий. Движение по азимуту ночью. Определение направлений на стороны горизонта ночью по небесным светилам.	кабинет	Промежуточный контроль
60	Апрель2	Неделя 30	по расписанию	Практика	2	Составление карточек и схем. Нанесение на карту (схему) результатов разведки.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
<b>Физическая подготовка (12 часов)</b>								
61	Апрель3	Неделя 31	по расписанию	Практика	2	Смешанная техника ударов руками – ногами. Действия в опасных ситуациях криминального характера.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
62	Апрель3	Неделя 31	по расписанию	Практика	2	Техника заломов захватов и освобождения из них. Освобождение от захватов противником.	кабинет	Промежуточный контроль
63	Апрель4	Неделя 32	по расписанию	Практика	2	Тактика и техника (ударов) ведение боя на ближних, средних и дальних дистанциях. Развитие отдельных физических качеств, необходимых рукопашнику.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
64	Апрель4	Неделя 32	по расписанию	Практика	2	Обучение техники ударов ногами, руками, головой, локтями, коленом. Боевые комбинации на маневренность, блокировка действий партнёра с последующей атакой.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
65	Май1	Неделя 33	по расписанию	Практика	2	Защита от ударов подставками и уходам с последующей атакой. Связывание подручными средствами соперника.	тир	Промежуточный контроль
66	Май1	Неделя 33	по расписанию	Практика	2	Боевые комбинации на маневренность. Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).	Спортивный зал	Промежуточный контроль
<b>Тактическая подготовка (4 часов)</b>								
67	Май2	Неделя 34	по расписанию	Теория	2	Действия солдата в бою.	кабинет	Промежуточный контроль
68	Май2	Неделя 34	по расписанию	Практика	2	Способы передвижения на поле боя.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
<b>Военно-медицинская подготовка (12 часов)</b>								
69	Май3	Неделя 35	по расписанию	Практика	2	Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран.	Спортивный зал	Промежуточный контроль



						Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, верхние и нижние конечности.		
70	Май3	Неделя 35	По расписанию	Теория	2	Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, живот, верхние и нижние конечности. Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя для иммобилизации переломов костей.	Тир	Промежуточный контроль
71	Май3	Неделя 35	по расписанию	Практика	2	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. Первая помощь при радиационных поражениях, поражениях отравляющими и сильнодействующими ядовитыми веществами.	Тир	Промежуточный контроль
72	Май4	Неделя 36	по расписанию	Теория	2	Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка индивидуальная (АИ-1М и АИР-3), аптечка войсковая (АВ), пакет перевязочный индивидуальный (ППИ и АВ-3), пакет противохимический индивидуальный (ИПП-10 и ИПП-11). Предназначение, порядок и правила пользования.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
73	Март4	Неделя 36	по расписанию	Теория	2	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 санитаря. Приемы и способы переноски раненых с помощью подручных материалов.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
74	Июнь1	Неделя 37	по расписанию	Практика	2	Эвакуация раненых с учетом характера ранения и вида транспорта.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
<b>Итого</b>					<b>148</b>			

## Учебный план 2 модуля

№п/п	Название темы, раздела	Кол-во часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
11.	Огневая подготовка	28	20	8	Промежуточный контроль
12.	Итоговые занятия	2	-	2	Промежуточный контроль
13.	РХБЗ	14	4	10	Промежуточный контроль
14.	Строевая подготовка	32	4	28	Промежуточный контроль
15.	Уставы ВС РФ	14	10	4	Промежуточный контроль
16.	Физическая подготовка	22	-	22	Промежуточный контроль
17.	Военная топография	8	6	2	Промежуточный контроль
18.	Физическая подготовка	12	-	12	Промежуточный контроль
19.	Тактическая подготовка	4	2	2	Промежуточный контроль
20.	Военно-медицинская подготовка	12	6	6	Промежуточный контроль
	<b>Итого:</b>	<b>148</b>	<b>52</b>	<b>96</b>	

### Содержание программы 2 модуля

#### Огневая подготовка (28 часов).

**Теория:** Меры безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб.

Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Меры безопасности при проведении стрельб в тире и на войсковом стрельбище.

**Материальная часть стрелкового оружия.**

Назначение и боевые свойства автомата и ручного пулемета Калашникова. Общее устройство, принцип работы автоматики и порядок неполной разборки и сборки оружия.

Положение частей и механизмов до заряжания и работа их при заряжании и выстреле (стрельбе). Принадлежность к автомату. Порядок чистки и смазки автомата. Порядок хранения автомата.

Осмотр и подготовка автомата и патронов к стрельбе. Возможные задержки и неисправности автомата при стрельбе, способы их устранения.

Назначение, характеристика и общее устройство бинокля. Поле зрения, шкала и цена ее делений. Подготовка бинокля к работе. Порядок наблюдения и измерения горизонтальных и вертикальных углов для определения дальности. Уход за биноклем и его бережение.

Назначение и боевые свойства ручных наступательных, оборонительных и противотанковых гранат. Устройство гранат и запалов к ним. Меры безопасности при обращении с ручными гранатами. Подготовка ручных гранат к броску. Работа частей и механизмов гранаты.

Назначение и боевые свойства реактивных противотанковых и штурмовых гранат. Устройство и работа частей и механизмов. Меры безопасности при обращении с гранатами.

**Практика:** Огневые (стрелковые) тренировки.

Меры безопасности на занятиях по огневой подготовке. Практическая стрельба из пневматической винтовки. Снаряжение магазина патронами и зарядание автомата. Изготовка к стрельбе и производство стрельбы (установка прицела и переводчика, прикладка, прицеливание, спуск курка, удержание автомата) из положения, лежа с руки и с упора. Прекращение стрельбы, разряжение и осмотр автомата после стрельбы.

### **Итоговые занятия (2 часа).**

**Теория:** Проверка знаний по огневой и разведывательной подготовки.

**Практика:** Огневая подготовка.

### **Радиационная, химическая и биологическая защита (14 часов).**

**Теория:** Ядерное, химическое, биологическое и зажигательное оружие.

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

Характеристика зажигательных веществ. Средства применения зажигательных веществ. Способы защиты личного состава, вооружения, техники, боеприпасов, материальных средств и фортификационных сооружений от зажигательного оружия. Средства пожаротушения, находящиеся на штатной технике, и их использование. Действия личного состава при попадании зажигательных веществ на обмундирование, средства индивидуальной защиты, вооружение, технику и фортификационные сооружения. Оказание помощи при поражении зажигательным оружием.

**Практика:** Средства индивидуальной защиты.

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

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

### **Строевая подготовка (32 часа).**

**Теория:** Строевые приемы и движение без оружия.

Строй, команды и обязанности солдата перед построением и в строю.

**Практика:** Строевые приемы и движение без оружия.

Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)». Строевая стойка. Повороты на месте.

Строевые приемы и движение с оружием.

Строевая стойка с оружием, выполнение приемов с оружием на месте. Повороты и движение с оружием.

### **Уставы ВС РФ (14 часов).**

**Теория:** Военнослужащие и взаимоотношения между ними.

Начальники и подчиненные, старшие и младшие; их права и обязанности. Порядок отдачи и выполнения приказаний. Выполнение воинского приветствия. Порядок обращения к начальникам и старшим по званию. Правила воинской вежливости.

#### **Обязанности лиц суточного наряда.**

Действия очередного дневального по роте: по прибытии прямых начальников; в случае тревоги и пожара; по прибытии в роту военнослужащих не своей роты; при вызове очередного дневального командиром роты; при выносе имущества из расположения роты; порядок доклада дневального по телефону, действия дневального при нарушениях внутреннего порядка военнослужащими в роте и др. Действия дневального свободной смены.

#### **Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания.**

Применяемые поощрения и налагаемые на солдат дисциплинарные взыскания.

**Практика:** -

### **Физическая подготовка (22 часа).**

**Теория:** -

**Практика:** Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание; на брусках – сгибание и разгибание рук в упоре; в прыжках – прыжок ноги врозь через козла в длину; тренировка в выполнении упражнений с тяжестями и в лазанье по канату (шесту).

Выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание, подъем переворотом, поднятие ног к перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре на брусках; в прыжках – прыжок через козла в длину; на силовых тренажерах; с тяжестями; в лазанье. Тренировка в беге на 100 м и 1 км.

Проверка по упражнениям физической подготовки: пеший марш на 5 км; метание гранат Ф-1 на дальность; приемы рукопашного боя с автоматом; передвижение на поле боя.

Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам. Изучение техники метания гранат с места и в движении. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.

Начальное обучение технике бега. Техника бега на короткие дистанции, старт, финиш. Техника бега на средние и длинные дистанции и пересеченной местности.

#### **Рукопашный бой.**

Техника заломов захватов и освобождения из них. Освобождение от захватов противником. Защита от бокового удара кулаком в голову (ребром ладони в шею). Защита от удара вперед стопой в пах. Упражнения на мешках и лапах. Техника и тактика ведения боя с подручными предметами. Тактика и техника (ударов) ведения боя на ближние, средние и дальней дистанции. Развитие отдельных физических качеств, необходимых рукопашнику. Обучение техники ударов ногами, руками, головой, локтями, коленом. Болевые приемы с заламыванием рук, ног, пальцев. Боевые комбинации на маневренность, блокировка действий партнера с последующей атакой. Защита от ударов подставками и уходом с последующей атакой. Связывание подручными средствами соперника. Боевые комбинации на маневренность. Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).

### **Военная топография (8 часов).**

**Теория:** Ориентирование на местности без карты и движение по азимуту.

Ориентирование на местности без карты. Выбор и использование ориентиров при определении и указании своего местонахождения и обнаруженных целей. Особенности

ориентирования ночью, в горах, в лесу и зимой. Определение направлений на стороны горизонта по компасу, небесным светилам, местным предметам.

**Практика:** Определение азимута на местные предметы и направлений по заданным азимутам. Движение по азимуту днем. Порядок обхода препятствий. Движение по азимуту ночью. Порядок обхода препятствий. Определение направлений на стороны горизонта ночью по небесным светилам.

### **Физическая подготовка (12 часов).**

**Теория:** -

**Практика:** Разучивание и тренировка в выполнении 1-го комплекса вольных упражнений, положений наскока и соскока со снаряда и действий у снарядов, упражнений на гимнастической скамейке, стенке, тренажерах, в лазанье по канату (шесту), с тяжестями.

Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание; на брусьях – сгибание и разгибание рук в упоре; в прыжках – прыжок ноги врозь через козла в длину; тренировка в выполнении упражнений с тяжестями и в лазанье по канату (шесту).

Выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание, подъем переворотом, поднятие ног к перекладине, сгибание и разгибание рук упоре на брусьях; в прыжках – прыжок через козла в длину; на силовых тренажерах; с тяжестями; в лазанье. Тренировка в беге на 100 м и 1 км.

Проверка по упражнениям физической подготовки: пеший марш на 5 км; метание гранат Ф-1 на дальность; приемы рукопашного боя с автоматом; передвижение на поле боя.

Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам. Изучение техники метания гранат с места и в движении. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.

#### **Рукопашный бой.**

Смешанная техника ударов руками – ногами. Действия в опасных ситуациях криминального характера. Техника заломов захватов и освобождения из них. Освобождение от захватов противником. Защита от бокового удара кулаком в голову (ребром ладони в шею). Защита от удара вперед стопой в пах. Упражнения на мешках и лапах. Техника и тактика ведения боя с подручными предметами. Тактика и техника (ударов) ведения боя на ближние, средние и дальней дистанции. Развитие отдельных физических качеств, необходимых рукопашнику. Обучение техники ударов ногами, руками, головой, локтями, коленом. Болевые приёмы с заламыванием рук, ног, пальцев. Боевые комбинации на маневренность, блокировка действий партнёра с последующей атакой. Защита от ударов подставками и уходам с последующей атакой. Связывание подручными средствами соперника. Боевые комбинации на маневренность. Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).

### **Тактическая подготовка (4 часа)**

**Теория:** Действия солдата в бою.

**Практика:** Способы передвижения на поле боя.

### **Военно-медицинская подготовка (12 часов).**

**Теория:** Гигиена.

Личная и коллективная гигиена. Выполнение правил гигиены в полевых условиях. Предупреждение инфекционных заболеваний.

#### **Оказание первой медицинской помощи.**

Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки

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

**Средства индивидуального медицинского оснащения военнослужащих и правила пользования ими.**

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

**Практика:** Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, живот, верхние и нижние конечности. Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя для иммобилизации переломов костей.

Признаки клинической и биологической смерти. Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Оказание первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях. Ожоги, причины возникновения, признаки и классификация. Отморожения, переохлаждения, ознобления и замерзание: причины, признаки, классификация.

## Развернутый учебно-тематический план 2 модуля

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю – 148 ч.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
						<b>Огневая подготовка (28 часов)</b>		
1	Сентябрь1	Неделя 1	по расписанию	Теория	2	Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.	кабинет	Промежуточный контроль
2	Сентябрь1	Неделя 1	по расписанию	Теория	2	Меры безопасности при проведении стрельб в тире и на войсковом стрельбище.	кабинет	Промежуточный контроль
3	Сентябрь2	Неделя 2	по расписанию	Теория	2	Изготовка к стрельбе: лёжа, стоя, с колена.	кабинет	Промежуточный контроль
4	Сентябрь2	Неделя 2	по расписанию	Теория	2	Особенности чистки и смазки пневматической винтовки.	кабинет	Промежуточный контроль
5	Сентябрь3	Неделя 3	по расписанию	Теория	2	Выполнение приёмов с АК «на-ГРУДЬ». Выполнение приёмов с АК «на ре-МЕНЬ». Выполнение приёмов с АК «автомат-ЗА СПИНУ».	кабинет	Промежуточный контроль
6	Сентябрь3	Неделя 3	по расписанию	Теория	2	Явление выстрела. Начальная скорость пули. Отдача оружия.	кабинет	Промежуточный контроль
7	Сентябрь4	Неделя 4	по расписанию	Теория	2	Способы определения дальности до цели. Элементы наводки. Выбор прицела и точки прицеливания.	кабинет	Промежуточный контроль
8	Сентябрь4	Неделя 4	по расписанию	Теория	2	Пробивное и убойное действие пули. Прямой выстрел и его практическое значение. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство.	кабинет	Промежуточный контроль
9	Октябрь1	Неделя 5	по расписанию	Теория	2	Назначение и общее устройство ночных стрелковых прицелов. Подготовка прицела к работе. Осмотр и выверка ночного прицела. Обращение с прицелом и аккумуляторами. Уход за прицелом и его сбережение.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
10	Октябрь1	Неделя 5	по расписанию	Практика	2	Назначение, характеристика и общее устройство оптических прицелов и биноклей. Поле зрения, шкала и цена ее делений. Подготовка прицела (бинокля) к работе. Порядок наблюдения и измерения горизонтальных и вертикальных углов. Уход за прицелом (биноклем) и его сбережение.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
11	Октябрь2	Неделя 6	по расписанию	Практика	2	Действительность стрельбы. Вероятность попадания и поражения цели. Определение необходимого количества боеприпасов на поражение цели. Пробивное (убойное) действие пули. Закон	Спортивный зал	Промежуточный контроль

						рассеивания снарядов (гранат, пуль). Причины рассеивания и меры, уменьшающие рассеивание. Кучность и меткость стрельбы, способы ее повышения. Определение положения средней точки попадания.		
12	Октябрь2	Неделя 6	по расписанию	Теория	2	Выполнение 2-го (3-го) начального упражнения стрельб из автомата; упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия.	кабинет	Промежуточный контроль
13	Октябрь3	Неделя 7	по расписанию	Практика	2	Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе с коротких остановок и с ходу по появляющимся и движущимся целям днем и ночью.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
14	Октябрь3	Неделя 7	по расписанию	Практика	2	Осмотр и подготовка оружия к стрельбе. Проверка боя (выверка прицела) и приведение оружия к нормальному бою.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
						<b>Итоговые занятия (2 часа)</b>		
15	Октябрь4	Неделя 8	по расписанию	Практика	2	Сдача зачетов по огневой подготовке.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
						<b>РХБЗ (14 часов)</b>		
16	Октябрь4	Неделя 8	по расписанию	Теория	2	Меры безопасности. Индивидуальные и коллективные средства защиты.	кабинет	Промежуточный контроль
17	Ноябрь1	Неделя 9	по расписанию	Теория	2	Понятие о дегазации, деактивации и дезинфекции. Назначение, устройство и применение индивидуального дегазационного пакета. Порядок проведения дегазации, деактивации и дезинфекции оружия с использованием индивидуального дегазационного пакета и местных материалов. Порядок проведения дегазации обмундирования с использованием пакета ДПС. Частичная санитарная обработка. Порядок проведения частичной санитарной обработки при заражении радиоактивными, отравляющими веществами и бактериальными (биологическими) средствами.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
18	Ноябрь1	Неделя 9	по расписанию	Практика	2	Правила одевания, ношения противогаса.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
19	Ноябрь2	Неделя 10	по расписанию	Практика	2	Сигналы оповещения о радиоактивном, химическом и бактериологическом (биологическом) заражении и их подача различными средствами.	тир	Промежуточный контроль
20	Ноябрь2	Неделя 10	По расписанию	Практика	2	Выполнение упражнений на время.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
21	Ноябрь3	Неделя 11	по расписанию	Практика	2	Действия по команде «Вспышка с фронта, с тыла, справа, слева»	Тир гимназии	Промежуточный контроль



22	Ноябрь3	Неделя 11	по расписанию	Практика	2	Мероприятия по защите личного состава при продолжительных действиях на зараженной местности.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
						<b>Стрелковая подготовка (32 часа)</b>		
23	Ноябрь4	Неделя 12	по расписанию	Практика	2	Стрелковая стойка. Элементы строя. Виды строя.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
24	Ноябрь4	Неделя 12	по расписанию	Теория	2	Команды и обязанности солдата перед построением и в строю.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
25	Декабрь1	Неделя 13	По расписанию	Практика	2	Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)». Стрелковая стойка. Повороты на месте.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
26	Декабрь1	Неделя 13	по расписанию	Практика	2	Стрелковой и походный шаг.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
27	Декабрь2	Неделя 14	по расписанию	Практика	2	Движение стрелковым шагом. Повороты на месте	кабинет	Промежуточный контроль
28	Декабрь2	Неделя 14	по расписанию	Практика	2	Повороты в движении. Движение стрелковым шагом.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
29	Декабрь3	Неделя 15	по расписанию	Практика	2	Движение стрелковым шагом. Повороты на месте. Повороты в движении.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
30	Декабрь3	Неделя 15	по расписанию	Практика	2	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него	Тир гимназии	Промежуточный контроль
31	Декабрь4	Неделя 16	по расписанию	Практика	2	Воинское приветствие на месте. Воинское приветствие в движении.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
32	Декабрь4	Неделя 16	по расписанию	Практика	2	Движение стрелковым шагом. Ответ на приветствие.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
33	Январь1	Неделя 17	по расписанию	Практика	2	Тренировки в выполнении стрелковых приемов без оружия.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
34	Январь1	Неделя 17	по расписанию	Теория	2	Стрелковая стойка с оружием, выполнение приемов с оружием на месте.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
35	Январь2	Неделя 18	по расписанию	Практика	2	Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
36	Январь2	Неделя 18	по расписанию	Практика	2	Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй с оружием.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
37	Январь3	Неделя 19	по расписанию	Практика	2	Повороты и движение с оружием.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
38	Январь3	Неделя 19	по расписанию	Практика	2	Тренировки в выполнении стрелковых приемов с оружия.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
						<b>Уставы ВС РФ (14 часов)</b>		
39	Январь4	Неделя 20	по расписанию	Теория	2	Устав внутренней службы Вооруженных сил РФ.	кабинет	Промежуточный

								контроль
40	Январь4	Неделя 20	по расписанию	Теория	2	Военнослужащие и взаимоотношение между ними. Внутренний порядок.	кабинет	Промежуточный контроль
41	Февраль1	Неделя 21	по расписанию	Теория	2	Дисциплинарный устав Вооруженных сил РФ.	кабинет	Промежуточный контроль
42	Февраль1	Неделя 21	по расписанию	Теория	2	Обязанности военнослужащего по соблюдению воинской дисциплины. Применяемые поощрения и налагаемые на солдат дисциплинарные взыскания. Порядок подачи жалоб и заявлений. Сроки рассмотрения заявлений.	кабинет	Промежуточный контроль
43	Февраль2	Неделя 22	по расписанию	Теория	2	Устав гарнизонной, караульной и комендантской служб Вооруженных сил РФ. Строевой устав Вооруженных сил РФ.	кабинет	Промежуточный контроль
44	Февраль2	Неделя 22	по расписанию	Практика	2	Обязанности дневального по роте. Тренировка в выполнении обязанностей дневального по роте. Назначение и задачи караульной службы. Понятия «караул» и «часовой». Пост, его оборудование и оснащение. Обязанности часового. Заряжание оружия, следование на пост и прием поста.	кабинет	Промежуточный контроль
45	Февраль3	Неделя 23	по расписанию	Практика	2	Несение службы часовым способом патрулирования. Положение оружия у часового при его нахождении на посту. Смена часовых, следование в караульное помещение и разряжение оружия.	кабинет	Промежуточный контроль
						<b>Физическая подготовка (22 часов)</b>		
46	Февраль3	Неделя 23	по расписанию	Практика	2	Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н). Защита при уколе штыком с уходом влево (вправо). Разбивание твердых предметов рукой.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
47	Февраль4	Неделя 24	по расписанию	Практика	2	Выполнение упражнений на развитие координации движения.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
48	Февраль4	Неделя 24	по расписанию	Практика	2	Комплекс упражнений на развитие быстроты реакции.	кабинет	Промежуточный контроль
49	Март1	Неделя 25	по расписанию	Практика	2	Развитие выносливости.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
50	Март1	Неделя 25	по расписанию	Практика	2	Приемы рукопашного боя с автоматом; передвижение на поле боя.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
51	Март2	Неделя 26	по расписанию	Практика	2	Защита от бокового удара кулаком в голову (ребром ладони в шею). Защита от удара вперед стопой в пах. Упражнения на мешках и лапах.	кабинет	Промежуточный контроль
52	Март2	Неделя 26	по расписанию	Практика	2	Болевые приемы.	кабинет	Промежуточный контроль

53	Март3	Неделя 27	по расписанию	Практика	2	Комплекс упражнений на развитие быстроты реакции.	кабинет	Промежуточный контроль
54	Март3	Неделя 27	по расписанию	Практика	2	Техника и тактика ведения боя с подручными предметами.		
55	Март4	Неделя 28	по расписанию	Практика	2	Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).	Спортивный зал	Промежуточный контроль
56	Март4	Неделя 28	по расписанию	Практика	2	Защита при уколе штыком с уходом влево (вправо). Разбивание твердых предметов рукой.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
						<b>Военная топография (8 часов)</b>		
57	Апрель1	Неделя 29	по расписанию	Теория	2	Ориентирование на местности: компас, карта, местные предметы. Топографические карты. Условные знаки.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
58	Апрель1	Неделя 29	по расписанию	Теория	2	Топографические карты. Чтение карты, определение расстояний, направлений, своего местоположения и положения обнаруженных целей.	кабинет	Промежуточный контроль
59	Апрель2	Неделя 30	по расписанию	Теория	2	Порядок обхода препятствий. Движение по азимуту ночью. Определение направлений на стороны горизонта ночью по небесным светилам.	кабинет	Промежуточный контроль
60	Апрель2	Неделя 30	по расписанию	Практика	2	Составление карточек и схем. Нанесение на карту (схему) результатов разведки.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
						<b>Физическая подготовка (12 часов)</b>		
61	Апрель3	Неделя 31	по расписанию	Практика	2	Смешанная техника ударов руками – ногами. Действия в опасных ситуациях криминального характера.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
62	Апрель3	Неделя 31	по расписанию	Практика	2	Техника заломов захватов и освобождения из них. Освобождение от захватов противником.	кабинет	Промежуточный контроль
63	Апрель4	Неделя 32	по расписанию	Практика	2	Тактика и техника (ударов) ведение боя на ближних, средних и дальних дистанциях. Развитие отдельных физических качеств, необходимых рукопашнику.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
64	Апрель4	Неделя 32	по расписанию	Практика	2	Обучение техники ударов ногами, руками, головой, локтями, коленом. Боевые комбинации на маневренность, блокировка действий партнёра с последующей атакой.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
65	Май1	Неделя 33	по расписанию	Практика	2	Защита от ударов подставками и уходам с последующей атакой. Связывание подручными средствами соперника.	тир	Промежуточный контроль
66	Май1	Неделя 33	по расписанию	Практика	2	Боевые комбинации на маневренность. Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).	Спортивный зал	Промежуточный контроль
						<b>Тактическая подготовка (4 часов)</b>		
67	Май2	Неделя 34	по расписанию	Теория	2	Действия солдата в бою.	кабинет	Промежуточный контроль

								контроль
68	Май2	Неделя 34	по расписанию	Практика	2	Способы передвижения на поле боя.	Тир гимназии	Промежуточный контроль
						<b>Военно-медицинская подготовка (12 часов)</b>		
69	Май3	Неделя 35	по расписанию	Практика	2	Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, верхние и нижние конечности.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
70	Май3	Неделя 35	По расписанию	Теория	2	Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, живот, верхние и нижние конечности. Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя для иммобилизации переломов костей.	Тир	Промежуточный контроль
71	Май3	Неделя 35	по расписанию	Практика	2	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. Первая помощь при радиационных поражениях, поражениях отравляющими и сильнодействующими ядовитыми веществами.	Тир	Промежуточный контроль
72	Май4	Неделя 36	по расписанию	Теория	2	Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка индивидуальная (АИ-1М и АИР-3), аптечка войсковая (АВ), пакет перевязочный индивидуальный (ППИ и АВ-3), пакет противохимический индивидуальный (ИПП-10 и ИПП-11). Предназначение, порядок и правила пользования.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
73	Март4	Неделя 36	по расписанию	Теория	2	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 санитаря. Приемы и способы переноски раненых с помощью подручных материалов.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
74	Июнь1	Неделя 37	по расписанию	Практика	2	Эвакуация раненых с учетом характера ранения и вида транспорта.	Спортивный зал	Промежуточный контроль
<b>Итого</b>					<b>148</b>			

## Материальное обеспечение программы.

### Для обеспечения выполнения программы требуется наличие:

- учебного класса (для проведения теоретических занятий, собраний воспитанников);
- спортивного зала (для занятий физической и строевой подготовкой в холодное время года, отработки нормативов);
- места для стрельбы из пневматического оружия (длиной не менее 12 м шириной не менее 3 м, может быть совмещено со спортивным залом);
- макеты массогабаритные автоматов Калашникова, магазины с учебными патронами;
- пневматические винтовки и расходный материал (пули, мишени);
- командирский ящик;
- учебные боеприпасы (гранаты, мины и т.д.);
- противогазы и респираторы - на каждого; общевойсковой защитный комплект ОЗК;
- средства оказания первой медицинской помощи: жгуты кровоостанавливающие, перевязочный материал, аптечки индивидуальные;
- компаса;
- уставы, учебники по НВП и учебники сержантов, учебные пособия, руководства и наставления, плакаты по различным предметам боевой подготовки.

### СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Начальная военная подготовка: учебник для учащихся 9-10 кл. М.: Просвещение, 1985.
2. Учебник сержанта мотострелковых войск. М.: Воениздат, 2004.
3. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. М.: Воениздат, 2011.
4. Боевой устав по организации и ведению общевойскового боя. М.: Воениздат, 2009.
5. Сборник нормативов по боевой подготовке Сухопутных войск. М.: Воениздат, 1991.
6. Приемы и способы действия солдата в бою: учебное пособие. М.: Воениздат, 1988.
7. А.В. Маркин. Основы тактической подготовки современного солдата.
8. Подготовка войскового разведчика. М.: Воениздат, 1991.
9. Спутник разведчика. Учебно-методическое пособие НВИ, 2002.
10. Тарас А.Е., Заруцкий Ф.Д. Подготовка разведчика: система спецназа ГРУ.; Минск, Харвест, 1998.
11. Руководство по автомату АК74 (АКС74, АК74Н, АКС74Н) и ручному пулемету РПК74 (РПКС74, РПК74Н, РПКС74Н). М.: Воениздат, 1984.
12. Наставление по стрелковому делу: ручные гранаты. М.: Воениздат, 1987.
13. Правила стрельбы из стрелкового оружия и боевых машин. М.: Воениздат, 1992.
14. Подготовка подразделений к защите от ядерного, химического, биологического и зажигательного оружия противника. М.: Воениздат, 1989.
15. Руководство по эксплуатации средств индивидуальной защиты. М.: Воениздат, 1988.
16. Наставление по физической подготовке и спорту в Вооруженных Силах Российской Федерации НФП-2009. Воениздат, 2009.
17. Физическая подготовка, часть II. Основы методики физической подготовки. 1993.
18. Военно-спортивная классификация и правила соревнований.
19. В.В. Апакидзе, Р.Г. Дуков. Строевая подготовка. М.: Воениздат, 1988.
20. О.В. Шелест. Первая помощь в экстремальных ситуациях. 2004.
21. Б.Е. Бызов, А.Н. Коваленко. Военная топография. М.: Воениздат, 1990.