

Муниципальное казённое образовательное учреждение
дополнительного образования
дом детского творчества "Дарование"
г. Белая Холуница Кировской области

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 01.09.2019г.

Утверждаю:
Директор МКОУ ДО ДДТ
«Дарование» г. Белой Холуницы

Приказ №10 от 19.10.2019г.

**Дополнительная общеобразовательная программа
военно-патриотической направленности
для детей клуба « Виктория»**

Срок реализации: 1 год

Возраст детей: 11-17 детей

Автор составитель:

Дубенецкий Владимир Петрович

Педагог дополнительного образования

г. Белая Холуница 2019 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....	5
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	6
4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	29
5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	31
5.1. ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ.....	31
5.2. ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.....	32
5.3. ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПЕДАГОГА.....	32

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы военно - патриотического клуба «Виктория» по содержанию является *социально-педагогической*. Функциональное предназначение программы - *учебно – познавательная*, по форме организации – *кружковая*, по времени реализации – *одногодичная*.

Образовательная программа «Виктория» модифицированная.

Актуальность. В настоящее время успех развития общества в решающей мере зависит от настроения людей, от их готовности способствовать движению вперёд, от их самоотдачи во имя благополучия своей страны, от уровня сформированности у них патриотических чувств. Основным объектом воспитания патриотических чувств являются дети и молодёжь – будущее любого современного общества.

Вместе с тем, патриотизм ещё не стал объединяющей основой общества. Тревогу вызывает равнодушие молодого поколения к ветеранам войны и труда, их слабое физическое развитие, случаи вандализма.

Направленность программы. Программа разработана с учётом положений государственной программы «Патриотическое воспитание граждан РФ на 2011 - 2015 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, туристическая подготовка, тактическая подготовка, медико-санитарная подготовка, гражданская оборона, ратные страницы истории.

Цели и задачи программы:

- 1.Формирование у воспитанников высокого патриотического сознания, верности Отечеству.
- 2.Воспитание готовности к службе в армии.
- 3.Изучение истории и культуры Отечества и родного края.
- 4.Физическое развитие и формирование здорового образа жизни.
- 5.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 (тесты, соревнования);
- В средствах обучения (тренажёры, макеты оружия, таблицы, плакаты, видеофильмы, книги).

Теория всегда подкрепляется практикой.

Возраст детей участвующих в реализации программы от 11 до 17 лет. Этот период отличается повышенной интеллектуальной и двигательной активностью, желанием развиваться физически, демонстрировать свои способности, стремлением получать высокую оценку со стороны.

Срок реализации образовательной программы 1 год.

Формы занятий:

- Фронтальная;
- Групповая;
- Индивидуальная.

Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую деятельность.

Режим занятий: три раза в неделю по два часа.

Ожидаемые результаты.

По окончании 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;
- Оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему;
- Выполнять неполную разборку и сборку ММГ АК- 74.

Способы проверки освоения программы:

- Выполнение нормативов;
- Тестирование;
- Зачётные занятия;
- Итоговая диагностика.

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Всего часов	Из них	
			теория	практика
1	Вводное занятие	2	2	-
2	Основы военной службы	30	18	12
3	Строевая подготовка	26	1	25
4	Огневая подготовка	30	3	27

5	Тактическая подготовка	12	-	12
6	Туристическая подготовка	21	3	18
7	Физическая подготовка	44	5	39
8	Медико-санитарная подготовка	17	7	10
9	Гражданская оборона	8	3	5
10	Ратные страницы истории и история родного края	10	10	-
11	Итоговое занятие	4	1	3
ИТОГО		204	53	151

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Основы военной службы

Учебные цели:

Познакомить с сущностью и содержанием воинской деятельности, с основными задачами Вооружённых Сил Российской Федерации, предназначением видов и родов войск, уяснить роль военной службы в гражданском, нравственном, профессиональном и физическом становлении личности, помочь проникнуться чувством уважения к Вооружённым Силам РФ.

В результате изучения раздела программы «Основы военной службы» члены клуба должны

знать:

- необходимость вооружённой защиты Отечества в связи с внешней и внутренней угрозой;
- предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;
- историю создания уставов Вооружённых сил России;
- Устав внутренней службы;
- обязанности военнослужащих;

- воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания;
- военная присяга, содержание клятвы клуба «Красная гвоздика»;
- историю воинских званий;
- структуру Вооружённых Сил России.

уметь:

- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- поддерживать уставной воинский порядок;
- различать рода и виды войск;
- применять требования общевоинских уставов при выполнении общих обязанностей военнослужащих;
- точно выполнять и правильно применять положения общевоинских уставов при несении внутренней и караульной служб;

Содержание раздела «Основы военной службы»

Вводное занятие. 2 часа

Теория (2ч). Правила поведения на занятиях. Цели, задачи и содержание работы в клубе. Правила внутреннего распорядка, требования техники безопасности и правил санитарной гигиены. История создания Вооружённых Сил Российской Федерации (далее ВС РФ). Роль и место ВС РФ в системе обеспечения национальной безопасности страны. Предназначение Уставов ВС РФ. Права и обязанности военнослужащих ВС РФ.

Тема № 1. Почему необходима вооружённая защита Отечества.

Занятие 1.1.

Теория (1ч). Родина и её национальная безопасность. Сферы Вооружённых Сил (оборона страны, защита и охрана государственной границы РФ в воздушном пространстве и подводной среде защита на суше и на море), Федеральный закон «Об обороне» и организация обороны РФ.

Тема № 2. Внешние и внутренние военные угрозы.

Занятие 1.2

Теория (1ч). Угроза национальной безопасности России. Локальные войны и конфликты, обязательства Вооружённых Сил России по участию в миротворческих операциях по поддержанию мира, Военная доктрина, обеспечивающая ядерное содержание, военные аспекты международного военного права.

Тема № 3. Предназначение Вооружённых Сил РФ.

Занятие 1.3

Теория (1ч). Статья 10 «Об обороне». Вооружённые Силы РФ – государственная организация, составляющая основу оборону страны. Они предназначены для отражения агрессии и нанесения агрессору поражения, а также для выполнения задач в соответствии с международными обязательствами.

Тема № 4. История создания уставов вооружённых сил России.

Занятие 1.4

Теория (1ч). История возникновения военных уставов, их общее предназначение и структура. Устав Вооружённых Сил России – это свод законов воинской службы.

Тема № 5. Устав внутренней службы.

Занятие 1.5 Теория (1ч).

Содержание устава, его предназначения и структура.

Тема № 6. Обязанности военнослужащих.

Занятие 1.6

Теория (1ч). Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Федеральный закон «О статусе военнослужащих».

Тема № 7. Военнослужащие и взаимоотношения между ними.

Занятие 1.7

Теория (1ч). Общие обязанности военнослужащих. Воинские звания и знаки различия. Начальники и подчинённые, старшие и младшие.

Тема № 8. Суточный наряд. Обязанности суточного наряда.

Занятие 1.8

Практика (4ч). Суточный наряд роты, его состав. Подчинённость и обязанности дневального по роте. Тренировка в выполнении обязанностей дневального по роте.

Тема № 9. *Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания.*

Занятия 1.9

Теория (1ч). Воинская дисциплина, её сущность и значение. Порядок применения поощрений. Поощрения, применяемые к солдатам. Правила поведения командира отделения, взвода, роты. Порядок дисциплинарных взысканий. Ответственность военнослужащих за нарушения российских законов.

Тема № 10. *Организация караульной службы. Обязанности часового.*

Занятие 1.10 – 5ч

Теория (1ч), практика (4ч). Основные положения Устава гарнизонной и караульной служб. Обязанности часового.

Тема № 11. *Военная присяга.*

Занятие 1.11

Практика (4ч). Военная присяга – клятва воина на верность родине.

Тема № 12. *Воинские звания. История воинских званий.*

Занятие 1.12

Теория (1ч). История воинских званий. Воинские звания и порядок их присвоения, военная форма одежды.

Тема № 13. *Структура Вооружённых Сил РФ.*

Занятие 1.13

Теория (2ч). Структура Вооружённых Сил России, виды Вооружённых Сил и рода войск.

Тема № 14. *Сухопутные войска.*

Занятие 1.14

Теория (2ч). Сухопутные войска (Мотострелковые, танковые, ракетные, противовоздушной обороны, авиация). История их создания, предназначение.

Тема № 15. Военно-воздушные силы.

Занятие 1.15

Теория (1ч). Военно-воздушные Силы, история их создания, предназначение. Роды авиации (бомбардировочные, истребительные, штурмовые, разведывательные, транспортные). Войска ПВО (зенитно-ракетные, радиотехнические, авиация противовоздушной обороны).

Тема № 16. Военно-морской флот.

Занятие 1.16

Теория (1ч). Военно-морской флот, история создания, предназначение. Рода Вооружённых Сил МФД (подводные, надводные, морская авиация, береговые ракетно-артиллерийские, морская пехота).

Тема № 17. Другие рода войск.

Занятие 1.17

Теория (2ч). Другие виды Вооружённых сил и рода войск (пограничные, внутренние войска МВД, железнодорожные, войска правительственной связи и информации (ФАПСИ), войска гражданской обороны, воздушно-десантные, тыл Вооружённых сил, специальные), история создания и предназначение.

2. Строевая подготовка

Учебные цели:

Выработать умение правильно и быстро выполнять команды, строевые приёмы и действия в составе отделений, взводов. Выработка 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.

Содержание раздела «Строевая подготовка»

Тема № 1. *Строй и его элементы.*

Занятие 2.1

Теория (1ч). Основные положения Строевого устава России. Строй и его элементы.

Тема № 2. *Обязанности военнослужащего перед строем и в строю.*

Занятие 2.2

Практика(1ч). Выход из строя. Подход и отход от начальника.

Тема № 3. *Строевая стойка и строевые приёмы.*

Занятие 2.3

Практика (2ч). Строевая стойка. Выполнение команд «Смирно», «Вольно».

Повороты на месте и в движении. Движение походным и строевым шагом.

Тема № 4. *Воинское приветствие на месте и в движении.*

Занятие 2.4

Практика (4ч). Выполнение воинского приветствия на месте и в движении. Выход из строя, подход к начальнику и отход от него.

Возвращение в строй.

Тема № 5. *Строевые приёмы с оружием.*

Занятие 2.5

Практика (4ч). Строевая стойка и выполнение строевых приёмов с оружием на месте. Повороты на месте и в движении с оружием.

Тема № 6. *Практическая отработка строевых приёмов.*

Занятие 2.6

Практика (4ч). Строевая стойка. Выполнение команд становись «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы снять (надеть)». Повороты на месте. Движение строевым шагом, повороты в движении.

Тема № 7. *Одиночная строевая подготовка.*

Занятие 2.7

Практика (4 ч). Строевая стойка. Выполнение команд. Повороты на месте и в движении. Движение походным и строевым шагом.

Тема № 8. *Строевая подготовка в составе отделения.*

Занятие 2.8

Практика (6ч). Строй отделения. Развёрнутый строй, походный строй. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении. Выполнение команд. Повороты на месте и в движении.

3. Огневая подготовка

Учебные цели:

Обучить умелому использованию оружия в различных условиях боевой обстановки. Познакомить с правилами обращения с оружием, его свойствами, назначением, устройством и неполной разборкой. Научить

производству меткого выстрела из автомата из положения, лёжа по целям, расположенным на известных дальностях. Привить навыки по уходу и сбережению автомата. Дать первоначальные понятия о явлении выстрела и закономерностях полёта пули в воздухе. Воспитывать дисциплинированность, внимательность, смелость.

В результате изучения раздела программы «Огневая подготовка» члены клуба должны

знать:

- основы и правила стрельбы из стрелкового оружия в различных условиях;
- боевые возможности и устройство изучаемых образцов вооружения;
- содержание и порядок приведения стрелкового оружия в различных условиях;
- боевые возможности и порядок приведения стрелкового оружия в готовность к боевому применению ;
- правила хранения, эксплуатации, сбережения оружия;
- основные положения курса стрельб, меры безопасности при обращении с оружием.

уметь:

- готовить оружие к стрельбе;
- вести стрельбу из него по неподвижным целям в соответствии с приёмами и правилами;
- анализировать результаты стрельбы;
- корректировать стрельбу и вносить поправки в установку прицела;
- организовать и методически правильно проводить занятия по огневой подготовке с личным составом отделения;
- выполнять нормативы и соблюдать меры безопасности.

Содержание раздела «Огневая подготовка»

Тема № 1. История создания отечественного оружия.

Занятие 3.1

Теория (1ч). История создания отечественного оружия и его назначение.

Тема № 2. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.

Занятие 3.2

Теория (1ч). Назначения, боевые свойства, общее устройство основных частей и механизмов автомата. Принцип работы автомата Калашникова.

Тема № 3. Устройство, принцип действий основных частей и механизмов автомата Калашникова.

Занятие 3.3

Теория (1ч). Назначения, боевые свойства, общее устройство АКМ. Работа частей и механизмов АКМ. Работа частей и механизмов при стрельбе.

Тема № 4. Устройство, принцип действия основных частей и механизмов пневматической винтовки.

Занятие 3.4

Практика (1ч). Назначения, боевые свойства, общее устройство пневматической винтовки. Работа частей и механизмов при стрельбе.

Тема № 5. Устройство мелкокалиберной винтовки.

Занятие 3.5

Практика (1ч). Назначения, боевые свойства, общее устройство мелкокалиберной винтовки. Работа частей и механизмов при стрельбе.

Тема № 6. Правила прицеливания и приёмы стрельбы.

Занятие 3.6

Практика (3ч). Тренировка в удержании автомата, прицеливание, нажатие на спусковой крючок. Выбор прицела и точки прицеливания. Изготовка к стрельбе лёжа. Меры безопасности при обращении с оружием.

Тема № 7. Разборка и сборка автомата.

Занятие 3.7

Практика (12ч). Порядок неполной разборки автомата. Тренировка в разборке и сборке автомата. Уход за оружием, его хранение и сбережение.

Тема № 8. Стрелковая тренировка.

Занятие 3.8

Практика (10ч). 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.

4. Тактическая подготовка

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. 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.

Содержание раздела «Тактическая подготовка».

Тема № 1. Способы передвижения солдат в бою.

Занятие 4.1

Практика (2ч). 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

Практика (3ч). 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

Практика (5ч). 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

Практика (2ч). Старт команды. Движение по азимуту в заданном направлении. Финиш команды. Подведение итогов.

5. Туристическая подготовка

Учебные цели:

Помочь приобрести туристические навыки. Познакомить со средствами и способами страховки, техникой пешего туризма, вязкой узлов, установкой палатки, ориентирование на местности, движение по азимуту, устройством компаса. 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.

В результате изучения раздела программы «Туристическая подготовка» члены клуба должны

знать:

- способы выживания в экстремальных условиях;
- технику пешеходного туризма;
- средства и способы страховки;
- устройство компаса и способ его применения;
- ориентирование карты по компасу;
- топографические знаки;
- движение по азимутам;
- обязанности в походном лагере;

уметь:

- ориентироваться на местности;
- вязать узлы;
- устанавливать палатку;
- разводить костер разными способами;
- определять азимут на предмет;
- «читать» топографические карты;
- определять высоту, ширину объекта и расстояние до него;
- пользоваться страховкой;
- преодолевать препятствия и преграды.

Содержание раздела «Туристическая подготовка»

Тема № 1. Собираясь в туристический поход.

Занятие 5.1

Теория (1ч). Туристический маршрут. Твой помощник - компас. Личное и групповое снаряжение. Правильно уложенный рюкзак. Медицинская аптечка. Обязанности в походном лагере.

Тема № 2. Средства и способы страховки. Вязка узлов.

Занятие 5.2 – 3 часа.

Теория (1ч); практика(2ч). Средства и способы страховки. Виды узлов и способы их связывания.

Тема № 3. Техника пешего туризма. Установка палатки. Разведение костра.

Занятие 5.3 – 4 часа.

Теория (1ч); практика(2ч). Виды и способы жизнеобеспечения человека. Снаряжение и имущество туриста. Маршрутная карта. Компас. Переправа. Ночлег в лесу. Типы костров и способы их разведения. Виды узлов и способы их связывания. Отработка умения быстро устанавливать палатку.

Тема № 4. Преодоление препятствий и преград.

Занятие 5.4

Практика (2ч). Виды препятствий и преград и способы их преодоления. Отработка навыков умений и навыков преодоления различных препятствий.

Тема № 5. Ориентирование на местности.

Занятие 5.5

Практика (2ч). Виды и способы ориентирования на местности. Способы выживания в экстремальных условиях. Топографические знаки. Топографические карты.

Тема № 6. Определение азимута на предмет.

Занятие 5.6

Практика (2ч). Виды и способы ориентирования по местным предметам. Отработка навыков по овладению способами ориентирования, определения азимута на предмет.

Тема № 7. *Определение высоты и расстояния.*

Занятие 5.7

Практика (2ч). Виды и способы ориентирования. Отработка навыков определения высоты, ширины удалённого объекта, расстояние до него.

Тема № 8. *Туристические навыки. Практические тренировки.*

Занятие 5.8

Практика (6ч). Работа с топографическими картами. Ориентирование на местности (заданное направление). Ориентирование по солнцу. Движение по азимутам. Переправа по верёвке с перилами. Укладка бревна и переправа по нему. Преодоление «мышеловки». Организация бивака, разведение костра. Оказание первой медицинской помощи и транспортировка пострадавшего. Определение высоты и ширины удалённого объекта и расстояния до него. Передвижение в населённом пункте с соблюдением правил дорожного движения.

6. Физическая подготовка

Учебные цели:

Способствовать укреплению здоровья и повышению устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды.

Развивать основные физические качества: быстроту, силу, выносливость, координацию, гибкость. Подготовить к сдаче нормативов по физической подготовке. Воспитывать волю, смелость, дисциплинированность, стремление к более высоким спортивным достижениям.

В результате изучения раздела программы «Физическая подготовка» члены клуба должны знать:

- значение двигательной активности и закаливающих процедур для здоровья человека;
 - влияние факторов внешней среды на организм человека;
 - основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
 - правила и способы планирования индивидуальных занятий различной направленности;
- уметь:
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений;
 - преодолевать вертикальные и горизонтальные препятствия без опоры и с опорой, преодолевать рекомендованную в комплексной программе полосу препятствий;
 - выполнять акробатические упражнения;
 - подтягиваться на перекладине;
 - метать различные по весу и форме снаряды на дальность и на меткость;
 - выполнять скоростной бег;
 - играть в подвижные и спортивные игры;
 - лазать по двум канатам без помощи ног и по одному канату с помощью ног;
 - проводить учебную схватку в одном из видов единоборств;
 - демонстрировать и применять в спортивной игре или в процессе выполнения специально-комплексного упражнения основные технико-тактические действия.

Содержание раздела «Физическая подготовка»

Тема № 1. Разминка.

Занятие 6.1 – 2 часа.

Теория (1ч); практика(1ч). Составление комплекса упражнений с учётом индивидуальных особенностей организма. Отработка упражнений комплекса.

Тема № 2. Развитие выносливости.

Занятие 6.2

Практика (5ч). Разминка. Длительный бег, бег с препятствиями и на месте. Отжимания, подтягивание на перекладине, наклоны туловища, приседания. Прыжки в длину и высоту. Метание различных по массе и форме снарядов на дальность и на меткость. Подвижные игры.

Тема № 3. Развитие силы.

Занятие 6.3

Практика (6ч). Разминка. Подтягивание, отжимания, наклоны туловища, приседания с весом отягощения. Упражнение тела в виси. Комплекс упражнений со штангой, гирями, гантелями, эспандером. Прыжки, многоскоки, метания, перетягивание каната, лазание по канату, «Удочка», эстафеты. Преодоление полосы препятствий.

Тема № 4. Развитие координационных способностей.

Занятие 6.4

Практика (5ч). Разминка. Метание в цель различных предметов, прыжки в цель. Точность дифференцирования, воспроизведения и оценки движений различными частями тела. Бег и прыжки через скамейки, обручи, мячи. Бег по лабиринту. Прыжки через барьеры. Ведение мяча по линии, в заданном и изменяющемся ритме. Стойка на одной ноге «Ласточка». Ходьба и бег по узкой опоре. Удержание палки на руке, ноге. Подвижные игры, эстафеты, игровые упражнения.

Тема № 5. Акробатические упражнения.

Занятие 6.5.

Практика (5ч). Разминка. Ритмическая гимнастика. Строевой шаг. Кувырок вперёд, назад, стойка на лопатках. Группировки. Перекаты. Перевороты. Парные упражнения. Упражнения на параллельных и разновысоких брусьях. Упражнение на бревне, низкой перекладине. Перелезание через гимнастического коня.

Тема № 6. Спортивные игры.

Занятие 6.6

Практика (4ч). Разминка. Отработка техники игры в волейбол, баскетбол, футбол.

Тема № 7. Рукопашный бой.

Занятие 6.7 – 17 часов.

Теория (4ч); практика(13ч). Отработка приёмов рукопашного боя. Удары рукой и ногой. Защитные действия. Болевые приёмы. Броски.

Освобождение от захватов противника. Обезоруживание противника.

7. Медико-санитарная подготовка

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.

Занятие 7.1 – 2 часа.

Теория (1ч); практика(1ч). Характеристика различных видов ран и их причин. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при ранениях.

Тема № 2. Виды кровотечений и их характеристика.

Занятие 7.2

Теория (1ч). Характеристика различных видов кровотечений и их причины.

Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях.

Тема № 3. Правила и техника остановки кровотечений.

Занятие 7.3

Практика (2ч). 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.

Занятие 7.4 – 2 часа.

Теория (1ч); практика(1ч). Характеристика различных видов переломов.
Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при переломах.

Тема № 5. Первая медицинская помощь при ожогах и солнечном ударе.

Занятие 7.5 – 2 часа.

Теория (1ч); практика(1ч). Симптомы солнечного удара. Виды ожогов.
Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при ожогах и солнечном ударе.

Тема № 6. Первая медицинская помощь при остановке сердца и дыхания. Непрямой массаж сердца и искусственная вентиляция лёгких.

Занятие 7.6 – 2 часа.

Теория (1ч); практика(1ч). 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 № 7. Способы переноски пострадавших.

Занятие 7.7 – 2 часа.

Теория (1ч); практика(1ч). Правила и способы транспортировки пострадавших. Транспортная иммобилизация. Отработка навыков по переноске пострадавших.

Тема № 8. Правила наложения стерильных повязок.

Занятие 7.8

Практика (2ч). 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 № 9. Первая медицинская помощь при поражении радиоактивными и отравляющими веществами.

Занятие 7.9 – 2 часа.

Теория (1ч); практика(1ч). Действие, виды, поражающие факторы радиоактивных и отравляющих веществ. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при поражении радиоактивными и отравляющими веществами.

8. Гражданская оборона

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 изготавливать 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;
- изготавливать 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.

Занятие 8.1

Теория (1ч). 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.

Занятие 8.2 – 2 часа.

Теория (1ч); практика(1ч). История появления, принципы действия и поражающие факторы оружия массового поражения (ядерного, химического, бактериологического). Способы защиты от него.

Тема № 3. Средства индивидуальной защиты.

Занятие 8.3

Теория (1ч). Классификация средств индивидуальной защиты. Назначение и принцип действия. Простейшие и подручные средства защиты. Устройство фильтрующего противогаза.

Тема № 4. Практические тренировки.

Занятие 8.4

Практика (4ч). 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.

9. Ратные страницы истории и история родного края

Учебные цели:

Познакомить с Федеральным законом, установившим дни воинской славы, с днями воинской славы, с формами увековечивания памяти воинов России. С помощью видеофильма познакомить с видами оружия и боевой техники. Изучить Великой Отечественной войны и Сталинградской битвы. Познакомить с историей государственных наград за военные отличия в России. Воспитывать на примерах героев Отечества патриотические чувства и гордость за свою Родину.

В результате изучения раздела программы «Ратные страницы истории и история родного края» члены клуба должны

знать:

- дни Воинской славы, их историю;
- формы увековечивания памяти воинов России;
- организацию проведения дней Воинской славы;
- порядок проведения воинских ритуалов;
- виды оружия и боевой техники;
- события Великой отечественной войны и Сталинградской битвы;
- награды за военные отличия;
- героев Отечества, Сталинградской битвы, родного посёлка;

уметь:

- работать исторической литературой и документами;
- использовать исторические и географические карты;
- анализировать и соотносить исторические события и явления;
- пользоваться историческими каталогами и справочниками.

Содержание раздела «Ратные страницы истории и история родного края»

Тема № 1. Дни воинской славы.

Занятие 9.1

Теория (2ч). Федеральный закон, установивший дни славы русского оружия – дни воинской славы России. Формы увековечивания памяти воинов России. Организация проведения дней воинской славы. Порядок проведения воинских ритуалов.

Тема № 2. *Вооружение Российской армии.*

Занятие 9.2

Теория (1ч). Виды оружия и боевой техники. Просмотр видеофильма.

Тема № 3. *История Сталинградской битвы.*

Занятие 9.3

Теория (2ч). История Сталинградской битвы. Героические подвиги защитников Сталинграда. Победа под Сталинградом – коренной перелом в Великой Отечественной войне. Герои Сталинградской битвы. Памятники, мемориалы, обелиски воинам, защищавшим Сталинград. Экскурсия на Солдатское поле.

Тема № 4. *История Великой Отечественной войны.*

Занятие 9.4

Теория (2ч). История Великой Отечественной войны.

Тема № 5. *Ордена и награды.*

Занятие 9.5

Теория (1ч). История государственных наград за военные отличия в России. Виды орденов и наград. Основные государственные награды СССР и России. Новая наградная система (1992 г.). Герои Отечества. Ордена – почётные награды за воинские отличия и за заслуги в бою и военной службе.

Тема № 6. *История родного города*

Занятие 9.6

Теория (2ч). История родного города. Ветераны, живущие рядом. Операция «Забота». Благоустройство родного города.

Итоговое занятие. 4 часа

Теория (1ч). Выполнение теоретической части заданий итоговой диагностики [Приложение №1].

Практика (3ч). Выполнение нормативов. [Приложение №2].

4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Формы занятий, планируемых в рамках реализации программы

№ п/п	Тема	Форма занятия
1.	Вводное занятие	Этическая беседа, познавательная беседа
2.	Основы военной службы	Познавательная беседа, игра, консультация
3.	Строевая подготовка	Познавательная беседа, игра, консультация
4.	Огневая подготовка	Познавательная беседа, соревнования
5.	Тактическая подготовка	Познавательная беседа, спортивная игра с нравственной тематикой
6.	Туристическая подготовка	Познавательная беседа, игра, консультация
7.	Физическая подготовка	Этическая беседа, познавательная беседа, соревнования
8.	Медико-санитарная подготовка	Познавательная беседа, игра, консультация
9.	Гражданская оборона	Познавательная беседа, игра, консультация
10.	Ратные страницы истории и история родного края	Этическая беседа, познавательная беседа
11.	Итоговое занятие	Соревнование

Материально-техническое обеспечение

1. Учебный класс.
2. Спорт.зал.
3. Пневматические винтовки.
4. Магазины – 5 ед.
5. Пули для стрельбы из пневматической винтовки.

- 6.Макет учебного автомата -1 ед.
- 7.Противогазы – 7 ед.
- 8.Макет ммг инертная советская нажимная противопехотная мина ПМН–1
- 2 ед.
- 9.Мина противопехотная осколочная кругового поражения
выпрыгивающая двойного действия ОЗМ-72 – 1 ед.
- 10.Противопехотная фугасная мина ПМН – 6 ед.
- 11.МиныТМ-72 – 6 ед.
12. Граната РГД-5 – 1ед.
- 13.Гранаты Ф-1 – 1 ед.
- 14.Плакаты по строевой подготовке -1 шт.
- 15.Плакаты по ГО и ЧС - 1 шт.
- 16.Плакаты по прохождению военной службы -1 шт
- 17.Плакаты по терроризму - 1шт.
18. Плакаты по прохождению службы по контракту - 1 шт.

5 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для обучающихся:

1. Андрей Ильин Энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях
Москва «Эксмо - пресс» 2001 г.
2. Военно-патриотическая подготовка в молодежном клубе.
Методические рекомендации. Кемерово 1987 г.
3. Куприн А.М. С картой и компасом.
Издательство ДОСААФ СССР. Москва 1981 г.
4. Крайнева И.Н. Узлы простые, забавные, сложные. 5. Кристалл. Невский клуб. Санкт-Петербург 1997 г.
6. Питер Дарман Учебник выживания в экстремальных ситуациях (опыт специальных подразделений мира) Москва «Яуза» 2000 г.
7. Сорокин Ю.К. Атлетическая подготовка допризывника.
«Советский спорт» Москва 1990 г.
8. Ткаченко П. Афганистан болит в моей душе.
«Молодая Гвардия» Москва 1990 г.
9. М. Шатунов «Русское боевое искусство» Забытые навыки
Книга – тренер Москва «Вече» «Лист» 2001 г.
10. Уваров В.А., Козлов А.А. В поход пешком.
«Советский спорт» Москва 1989 г.
11. Защита в кризисных ситуациях , под общей редакцией Ю.Л. Воробьева.
– М.: ИПЦ «Святигор», 2006.- 400 с.
12. Земсков, М.В. Невидимый мир. – М.: Медицина, 1964. – 70 с. с ил.
13. Ильин, А.А. Книга, которая спасет вам жизнь / А.А. Ильин. – М.: Эксмо, 2008. – 480с.: с ил.
14. Коростелев, Н.Б. От А до Я. – М.: Медицина, 1996. – 402 с.

Литература для родителей:

- 1 Авдеев В.А. Азаров В.М. Антюшин С.С. На службе Отечеству книга для чтения по общественно- государственной подготовке Солдат, Сержантов Воор. Сил. Росс Федер. Аверин А. Н. Москва « Министерство обороны» 1999 г.
- 2 Курцева П. А. Медико-санитарная подготовка учащихся. учебник 9-10 средней общеобразовательной школы. Москва Просвещение 1984 г.
- 3 Кудряшов Б. Энциклопедия выживания Краснодар Красная Кубань 1996 г.
- 4 Петров Н. Н. Человек в чрезвычайных ситуациях. Челябинск. Южно-уральское книжное издательство 1995 г.
- 5 Пестерев Л.А. Организатору и консультанту игры “Орлёнок” Москва Д.О.С.А.А.Ф. СССР 1988г.

Литература для педагога

1. Белов А.К. Славяно-горецкая борьба «Изначалие» Серия: Тайны боевых искусств. Москва 1992 г
2. Браул Ю.В., Смоляков С.А. Сто приемов женской самообороны. Барнаул. 1991 г.
3. Военная типография /.Под ред. МО СССР, Военное изд. 1979г
- 4.Лукоянов П.И.Самодельное туристическое снаряжение. Нижегородская ярмарка 1997 г.
- 5.Начальная военная подготовка/ Под ред. генерал-майора Ю.А.НАУМЕНКА, 1985г
6. Начальная военная подготовка /Под ред. МН.:Харвест,МН.: АСТ, (Настольная книга будущего командира), 2001 г
7. ПОЛУШКО В.В.: Учебно-материальная база ОБЖ //Министерство образования Смоленской области. 1998год.
8. Приемы и способы действий солдат в бою. М Военное издательство 1988 г.
9. Сборник Материалов по Начальной военной Подготовке.

10. Сборник нормативов по боевой подготовке сухопутных войск. Москва “ Военное издательство” 1991 г.
11. Ваша безопасность в экстремальных ситуациях (советы специалистов) / Общая редакция Елисеев А.М., - М.: Комитет по телекоммуникациям и средствам массовой информации города Москвы, 2006. – 140с
12. Документы по организации патриотического воспитания молодежи в военно-патриотических клубах и объединениях общеобразовательных учреждений Департамента образования города Москвы: сборник / под ред. Р.С. Акчурина. – М., Центр военно-патриотического и гражданского воспитания Департамента образования города Москвы, 2008. – 288 с.
13. Дубровская, Е.Н. Игровые классные часы. Правила пожарной безопасности (5-11 классы). – М.: Педагогическое общество России, 2007. – 128 с.
14. Емельянчик, В.К., Капитонова, М.Е. Ваши шансы избежать беды: Учебное пособие / Сборник ситуационных задач по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». – СПб.: КАРО, 2002. – 240 с., с ил.
15. Защита в чрезвычайных ситуациях (Темы 1-7): Библиотечка «Военные знания» / составитель М.А.Петров. – М.: ООО «ИЦ-Редакция «Военные знания», 2005. – 160с.
16. Шелест, О.В. Медицинская подготовка спецназа. – М.: Академический проект, 2006. -144 с. ил.

ИТОГОВАЯ ДИАГНОСТИКА

1. Обязанности военнослужащего (развёрнутый ответ).
2. Понятие – патриотизм (развёрнутый ответ).
3. Дни воинской славы России (не менее 5).
4. Награды за воинские отличия и заслуги в бою(не менее 3).
5. Строй, его элементы (развёрнутый ответ).
6. Обязанности перед построением (развёрнутый ответ).
7. Обязанности в строю (развёрнутый ответ).
8. Материальная часть АК-74 (развёрнутый ответ).
9. Порядок неполной разборки АК-74 (развёрнутый ответ).
10. Порядок неполной сборки АК-74 (развёрнутый ответ).
11. Тактико-технические характеристики АК-74(развёрнутый ответ).
12. Виды компасов (развёрнутый ответ).
13. Правила ориентирования по местным признакам (развёрнутый ответ).
14. Виды автономного существования в природных условиях (развёрнутый ответ).
15. Способы добычи питания (развёрнутый ответ).
16. Типы костров (развёрнутый ответ).
17. Комплектность походной аптечки (развёрнутый ответ).
18. Виды лекарственных растений и трав применяемых для оказания ПМП (не менее 5).
19. Виды кровотечений (развёрнутый ответ).
20. Способы остановки кровотечений (развёрнутый ответ).

Из данного списка вопросов составляются билеты, по два вопроса в каждом. Далее обучающийся вытягивает билет и даёт развёрнутый ответ по вопросам.

НОРМАТИВЫ:

1. Надевание противогаза № 1: отл. –7; хор. – 9; удовл. – 11.
2. Надевание ОЗК № 2: отл.- 1,20; хор. - 1,30; удовл. - 1,40.
3. Разряжение магазина АК – 74: отл. - 7; хор. - 9; удовл. - 11.
4. Снаряжение магазина АК – 74: отл. - 28; хор. - 30; удовл. - 35.
5. Разборка АК- 74: отл. –12; хор. – 17; удовл. – 23.
6. Сборка АК-74: отл. – 22; хор. - 25; удовл. - 30.
7. Отрывка окопа для стрельбы лежа: - 1 час 10 мин.- отл.
- 1 час 25мин - хор.
- 1 час 35мин - удовл.
8. Отрывка окопа для стрельбы стоя: - 1 час 45 мин. – отл.
- 2 час 00 мин – хор.
- 2 час 10 мин – удовл.