

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г.
МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

Принята с изменениями и дополнениями
на заседании педагогического совета
от «31» августа 2022 г.
Протокол № 1



Утверждаю
Директор МБУ ДО ЦДОД
А.Н. Сильченко
«31» августа 2022 г.
Приказ № 58-од

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Социально-гуманитарной направленности

«Постовец»

Уровень программы: базовый

Возрастная категория: от 10 до 17 лет

Состав группы: 60

Срок реализации: 4 год(а)

ID-номер программы в Навигаторе: 726

Автор-составитель:
Сапелкин Олег Евгеньевич,
Педагог дополнительного
образования

г. Минеральные Воды
2022 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общие положения

Настоящая программа предназначена для обучения учащихся в возрасте от 12 до 18 лет. Срок реализации программы – 4 года.

Программа составлена для более глубокого изучения теоретической и практической подготовки юнармейцев по вопросам начальной военной подготовки, по стрелковой, физической, подготовке, изучения истории Отечества и Вооруженных Сил России, медицинской подготовке, школы выживания и средств индивидуальной защиты:

Цели и задачи

Воспитывать чувство патриотизма к Отечеству, родному краю.

Изучение истории Отечества и Вооруженных Сил РФ.

Содействие воспитанию высоких нравственных и волевых качеств.

Приобретение жизненно важных умений и навыков.

Развитие физических качеств и укрепление здоровья.

Готовить физически сильных и духовно развитых защитников Родины.

Учащиеся начинающие обучение должны приобрести знания по теоретической подготовке и практические навыки по изучаемым разделам видов подготовки. Подготовка проходить по четырём основным положениям: теоретическому, практическому, физическому и психологическому.

Теоретическая подготовка проводится по специально разработанным методическим материалам и учебной литературой согласно программы обучения.

Практическая подготовка проводится на спортивной площадке, в спортивном зале, тире, строевом плацу, на полосе препятствий в пожарной части.

Организационно – методические указания.

В процессе первого и второго года обучения учащихся приобретают жизненно важных умений и навыков выживания в экстремальных ситуациях.

Развивают физические качества, что способствует укреплению здоровья. Овладевают первоначальными навыками строевой и стрелковой подготовки

Ожидаемые результаты

По окончании реализации программы, обучающиеся должны знать:

- меры безопасности при проведении занятий по различным дисциплинам;
- меры безопасности при проведении практических занятий;
- классификацию чрезвычайных ситуаций;
- простейшие способы оказания первой медицинской помощи (ОМП).
- основы общей и специальной подготовки, при занятиях общефизической подготовкой;
- основы здорового образа жизни.

Должны уметь:

- выполнять строевые приемы без оружия с оружием.
- владеть приемами и правилами стрельбы из пневматической винтовки, АК и ПМ;
- уметь пользоваться индивидуальными средствами защиты органов дыхания и кожи.
- выполнять нормативы по прикладной физической подготовке;
- организовать привалы, ночлеги;
- разводить различные виды костров;
- ориентироваться на местности простейшими способами;
- тактику и технику по преодолению на местности различных видов препятствий.
- уметь преодолевать препятствия с тушением огня, согласно программы «Юный пожарный».
- знать основы правоведения.

Подведение итогов обучения проводится в конце учебного года по результатам участие в городских соревнованиях и конкурсах по различным видам.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1 года обучения

№ п/п	Раздел	Часы-теория/практические	Общее количество часов
1	Организационные занятия	2/0	2
2	Строевая подготовка	2/28	30
3	Огневая подготовка	3/27	30
4	Гражданская оборона (защита)	2/4	6
5	Общефизическая подготовка	2/24	26
6	Медицинская подготовка	1/9	10
7	Страницы истории Отечества	30/0	30
8	Выездные игры на местности	0/10	10
	Всего	42/102	144

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Разделы и темы	1 группа	
		теор.	прак.
1. Организационные занятия		2	
1	Организационные занятия	30 мин	
2	Меры безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб	30 мин	
3	Ознакомление Положением о военно-спортивной игре юнармейцев	30 мин	
4	Меры безопасности при подготовке и проведении игры «Зарница»	30 мин	
2. Строевая подготовка.		2	28
5	Строй и их элементы (теория)	2	
6	Элементы строя (практика)		1
7	Строй и управление или предварительная, исполнительная команда.		1
8	Строевая стойка.		30мин
9	Обязанности юнармейцев перед построением и в строю.		30мин
10	Повороты на месте. Строевой шаг на месте и движение.		2
11	Поворот на месте, взмах руками, строевой шаг.		1
12	Выход из строя, постановка в строй, изучение песни.		1
13	Повороты в движении, подход к начальнику, отход от него.		1
14	Перестроение, строевые приёмы в основе отделения.		1
15	Размыкание, смыкание, интервал, дистанция движение строевым шагом.		1
16	Одиночная подготовка (зачет)		30мин
17	Отдание воинского приветствия строевые приёмы в составе отделения.		1
18	Перестроение, отдавание воинского приветствия.		1
19	Одиночная подготовка (зачет)		30мин
20	Полный, не полный ряд. Выход из строя, возвращение в строй.		1
21	Походный строй. Изучение песни. Выполнение воинского приветствия В строю на месте и в движении.		1
22	Развернутый строй. Сомкнутый и разомкнутый строй		1
23	Одиночная подготовка (зачет)		30мин
24	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.		1
25	Повороты в движении в составе отделения. Выход из строя, возвращение в строй.		1
26	Перестроение. Строевые приемы в составе отделения.		1
27	Одиночная подготовка (зачет)		30мин
28	Смотр строя и песни.		2
29	Строевая подготовка с оружием		2
30	Выполнение приемов с оружием на месте.		2

31	Повороты и движение с оружием.		2
3. Огневая подготовка.		3	27
32	Основные положения и рекомендации по подготовке и ведению стрельбы.		30 мин
33	Усвоение приемов и правил стрельбы		30 мин
34	Явление выстрела. Отдача оружия. Убойное действие пули.	1	
35	Траектория полета пули. Элементы траектории.	30 мин	
36	Прямой выстрел. Прикрытое поражаемое пространство.	30 мин	
37	Изучение устройства пневматической винтовки.		1
38	Изготовка к стрельбе лежа с упора (практическое)		30 мин
39	Способы определения дальности до цели	30 мин	
40	Элементы наводки	30 мин	
41	Практическое. Работа с указкой Чернова.		30 мин
42	Определение средней точки попаданий (практическое)		30 мин
43	Производство выстрела и прекращение стрельбы		1
44	Порядок разборки, сборки оружия		30 мин
45	Чистка, смазка, хранение оружия		1
46	Практическое. Стрельба из пневматического оружия		10
47	Практическое. Стрельба в электронном тире		10
48	Практическое. Соревнования по стрельбе из ПМ и АК в электронном тире и из пневматического оружия		1
4. Гражданская оборона		2	4
49	Средства индивидуальной защиты	1	
50	Использование противогаза. Использование неисправного противогаза. Надевание противогаза на пораженного		2
51	Средства защиты кожи	1	
52	Надевание общевойскового защитного комплекта (ОЗК).		2
5. Общефизическая подготовка		2	24
53	Меры безопасности при проведении физической подготовки и РБ	2	
54	Упражнения на перекладине с подъёмом туловища, подъем переворот		2
55	Эстафета 10*10		2
56	Приемы рукопашного боя		3
57	Ознакомление с полосой препятствий. Преодоление полосы препятствий		3
58	Тренировка в метание гранаты. Гимнастика.		3
59	Общефизическая подготовка упражнения на снарядах.		2
60	Бег на короткие дистанции. Бег на средние дистанции.		3
61	Метание гранаты, кросс на 1 км		3
62	Тренировка марш броска. Зачет ОФП.		3
6. Медицинская подготовка		1	9
63	Классификация ран. Понятие об асептике и антисептике	1	1
64	Виды кровотечений. Правила остановки кровотечений		2
65	Виды переломов. Оказание 1 медицинской помощи.		1
66	Ушибы. Вывихи. Оказание помощи.		1
67	Отравление. Оказание помощи.		1
68	Ожоги и обморожения. Оказание первой помощи.		1
69	Искусственное дыхание. Оживление организма.		1
70	Правила наложения повязок. Переноска больного.		1
7. Страницы истории отечества.		30	
71	Становление Киевского государства.	3	
72	Великие полководцы и победы. Ал. Невский, Д.Долгорукий и др.	3	
73	Реформы Петра 1.	3	
74	Отечественная война 1612 г.	3	
75	Великая Отечественная война 1812г. Полководцы. Победа.	3	
76	Великая Отечественная война 1941-1945гг. Полководцы. Победа.	3	

77	Мирный труд (послевоенный).	3	
78	Конструкторы. Космос.	3	
79	Власть. Конституция. Политика. Экономика.	3	
80	Флаг. Герб. Гимн.	3	
8. Выездные игры на местности. Военно-спортивная игра «Зарница»		.	10
81	Футбол		2
82	Волейбол		2
83	Участие в городском финале игры.		6

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 год обучения

№ п/п	Раздел	Часы- теория/практические	Общее количество часов
1	Организационные занятия	2/0	2
2	Стрелевая подготовка	0/30	30
3	Огневая подготовка	3/27	30
4	Гражданская оборона (защита)	6/0	6
5	Общефизическая подготовка	0/26	26
6	Медицинская подготовка	5/5	10
7	Страницы истории Отечества	30/0	30
8	Выездные игры на местности	0/10	10
	Всего	46/98	144

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Разделы и темы	1 группа	
		теор.	прак.
1. Организационные занятия		2	0
1	Организационные занятия	30 мин	
2	Меры безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб	30 мин	
3	Ознакомление Положением о военно-спортивной игре юнармейцев	30 мин	
4	Меры безопасности при подготовке и проведении игры «Зарница»	30 мин	
2. Стрелевая подготовка.			30
5	Проверка исправности оружия; заправка обмундирования; место в строю; поведение в строю; передача приказаний и команд.		2
6	Строй и управление ими.		1
7	Порядок проверки исправности своего оружия, вооружения и военной техники, боеприпасов, средств защиты, шанцевого инструмента, обмундирования и снаряжения; заправка обмундирования, подгонка снаряжения, помощь товарищу в устранении замеченных недостатков; место в строю, порядок его занятия и действия в движении; поведение в строю; передача приказаний и команд.		1
8	Стрелевая стойка. Повороты на месте.		30мин
9	Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы - снять (надеть)».		30мин
10	Стрелевая стойка. Повороты на месте. Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)».		2
11	Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)». Повороты на месте.		1
12	Движение строевым шагом. Изменение скорости движения.		1
13	Повороты в движении.		1

14	Движение строевым шагом. Движение бегом. Изменение скорости движения. Повороты в движении.		1
15	Выполнение воинского приветствия на месте и в движении вне строя.		1
16	Выход военнослужащего из строя и постановка в строй. Подход к начальнику и отход от него.		30мин
17	Выполнение воинского приветствия на месте и в движении вне строя. Выход военнослужащего из строя и постановка в строй. Подход к начальнику и отход от него.		1
18	Движение строевым шагом, повороты в движении. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении. Порядок выполнения воинского приветствия вне строя. Характерные ошибки при выполнении строевых приемов.		1
19	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Движение строевым шагом, изменение темпа движения. Походный шаг.		30мин
20	Движение бегом. Обозначение шага на месте. Команды, подаваемые при движении, изменении темпа движения, прекращении движения. Характерные ошибки при выполнении строевых приемов.		1
21	Строевая стойка с оружием и выполнение приемов с оружием на месте.		1
22	Строевая стойка с оружием. Выполнение строевых приемов «Ремень – ОТПУСТИТЬ (ПОДТЯНУТЬ)», «Предохранитель – СТАВЬ», «Штык-нож – ОТОМКНУТЬ (ПРИМКНУТЬ)».		1
23	Строевые приемы с автоматом, карабином. Команды, подаваемые при выполнении строевых приемов с оружием. Характерные ошибки при выполнении строевых приемов.		30мин
24	Выполнение приемов с оружием на месте. Повороты и движение с оружием.		1
25	Выполнение строевых приемов «Автомат на - ГРУДЬ», «На ре-МЕНЬ», «Оружие - ЗА СПИНУ», «Оружие – на ре-МЕНЬ». Характерные ошибки при выполнении строевых приемов.		1
26	Повороты и движение с оружием.		1
27	Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.		30мин
28	Повороты и движение с оружием. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.		2
29	Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении.		2
30	Строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина строя, глубина строя, двухшереножный строй, ряд. направляющий, замыкающий.		2
31	Одношереножный и двухшереножный строи, колонна, развернутый строй, походный строй, Управление строем. Команды.		2
3. Огневая подготовка.		3	27
32	Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке, обращении с оружием (вооружением), ручными гранатами и боеприпасами. Примеры их нарушения из практики войск.	30 мин	
33	Назначение, боевые свойства и устройство автомата, его неполная разборка и сборка.		30 мин
34	Работа частей и механизмов при зарядании и стрельбе. Возможные задержки и неисправности, возникающие при стрельбе, и способы их устранения.	30 мин	
35	Изучение условий и порядка выполнения нормативов по неполной разборке и сборке автомата.	30 мин	
36	Выполнение нормативов: «Неполная разборка оружия» и «Сборка оружия после неполной разборки».		30 мин
37	Назначение, боевые свойства и общее устройство стрелкового оружия.	30 мин	
38	Работа частей и механизмов стрелкового оружия.	30 мин	
39	Неполная разборка и сборка, чистка и смазка стрелкового оружия.		30 мин

40	Осмотр и подготовка автомата к стрельбе.		30 мин
41	Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия		30 мин
42	Выполнение норматива: «Снаряжение магазина патронами».		30 мин
43	Приведение к нормальному бою. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.		1
44	Требования безопасности при обращении с ручными гранатами.	30 мин	
45	Стрельба в электронном тире из ПМ И АК		11
46	Стрельба в тире из пневматической винтовки		12
4. Гражданская оборона		6	0
47	Чрезвычайные ситуации, характерные для региона (муниципального образования), присущие им опасности для населения и возможные способы защиты от них работников организации	1	
48	Сигналы оповещения об опасностях, порядок их доведения до населения и действия по ним работников организаций	2	
49	Действия работников организаций по предупреждению аварий, катастроф и пожаров на территории организации и в случае их возникновения	1	
50	Действия работников организаций при угрозе террористического акта на территории организации и в случае его совершения	2	
5. Общефизическая подготовка		0	26
51	Ознакомление и разучивание приемов нападения с оружием (удара прикладом снизу, удара затыльником приклада, колющих ударов ножом сверху и снизу, режущих и колющих ударов ножом сбоку, прямо, наотмашь, уколов штыком, ударов лопатой)		2
52	Ознакомление и разучивание приемов защиты с оружием (отбивы автоматом). Тренировка приемов нападения с оружием (удара прикладом снизу, удара затыльником приклада, колющих ударов ножом сверху и снизу, режущих и колющих ударов ножом сбоку, прямо, наотмашь, уколов штыком, ударов лопатой)		2
53	Ознакомление и разучивание приемов нападения без оружия (удары рукой прямо, сбоку, сверху; удары ногой снизу, вперед, прямо, сверху, сбоку, назад). Тренировка приемов защиты с оружием (отбивы автоматом)		2
54	Ознакомление и разучивание приемов защиты без оружия (защита от ударов рукой, ногой, от удара ногой подставкой рук). Тренировка приемов нападения без оружия.		3
55	Ознакомление и разучивание приемов обезоруживания противника при ударе ножом снизу или прямо. Тренировка приемов защиты без оружия.		3
56	Ознакомление и разучивание приемов освобождения от захватов противником шеи спереди или сзади. Тренировка приемов обезоруживания противника при ударе ножом снизу или прямо		3
57	Ознакомление и разучивание приемов защиты без оружия (защита от ударов ногой)		2
58	Ознакомление и разучивание болевых приемов (загиб руки за спину, рычаг руки наружу).		3
59	Ознакомление и разучивание приемов обезоруживания противника при ударе ножом (прямо, сверху, снизу, наотмашь)		3
60	Ознакомление и разучивание приемов обезоруживания противника при угрозе пистолетом (в упор спереди, в упор сзади).		3
6. Медицинская подготовка		5	5
61	Первая медицинская помощь. Юридические основы прав и обязанностей спасателей при ее оказании	1	
62	Основы анатомии и физиологии человека	2	
63	Средства оказания первой медицинской помощи	2	
64	Первая медицинская помощь при ранениях		1

65	Первая медицинская помощь при кровотечениях		1
66	Первая медицинская помощь при травматическом шоке		1
67	Первая медицинская помощь при острых заболеваниях		1
68	Первая медицинская помощь при несчастных случаях		1
7.Страницы истории отечества.		30	
69	Восточные славяне в древности. Происхождение и расселение славян. Общественный строй, хозяйство, верования накануне образования государства.	3	
70	Образование и становление единого Древнерусского государства (IX-Xвв.).	3	
71	Древнерусское государство и общество в XI- начале XII вв.	3	
72	Политическая раздробленность Руси. Причины, особенности и последствия. Развитие русских земель и княжеств в условиях раздробленности.	3	
73	Борьба Руси против татаро-монгольского нашествия и агрессии с Запада. Русь и Орда. Внешнеполитическая стратегия Александра Невского.	3	
74	Объединение русских земель вокруг Москвы. Борьба против Ордынского ига (XIV- первая половина XVв.).	3	
75	Завершающий этап объединения русских земель и формирования единого Российского государства (сер. XVв.- первая треть XVI в.).	3	
76	Государственный строй России в конце XV в.- начале XVI в.	3	
77	Начало правления Ивана IV. «Избранная рада». Реформы середины XVIв.	3	
78	Опричнина и ее последствия. Деятельность Ивана Грозного в оценках историков.	3	
8. Выездные игры на местности. Военно-спортивная игра «Зарница»		0	12
79	Футбол		2
80	Волейбол		2
81	Десантер		2
82	Участие в городском финале игры «Зарница».		6

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 3 года обучения

№ п/п	Раздел	Часы-теория/практические	Общее количество часов
1	Организационные занятия	2/0	2
2	Стрелковая подготовка	0/30	30
3	Огневая подготовка	3/27	30
4	Гражданская оборона (защита)	6/0	6
5	Общефизическая подготовка	0/26	26
6	Медицинская подготовка	2/8	10
7	Страницы истории Отечества	30/0	30
8	Выездные игры на местности	0/10	10
Всего		43/101	144

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Разделы и темы	1 группа	
		теор.	прак.
1. Организационные занятия		2	0
1	Организационные занятия	30 мин	
2	Меры безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб	30 мин	
3	Ознакомление Положением о военно-спортивной игре юнармейцев	30 мин	
4	Меры безопасности при подготовке и проведении игры «Зарница»	30 мин	
2. Стреловая подготовка.		0	30
5	Развернутый и походный строи отделения.		1
6	Построения, перестроения, повороты, перемещения и выполнение приемов с		1

	оружием.		
7	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.		1
8	Строй отделения. Развернутый и походный строй отделения. Перестроения отделения из развернутого строя в колонну и обратно.		1
9	Повороты отделения, размыкание и смыкание на месте и в движении. Перестроение отделения из одной шеренги в две и наоборот.		1
10	Выполнение команд «Отделение, положить – ОРУЖИЕ», «Отделение - К ОРУЖИЮ», «Отделение в –В- Ружье». Построение отделения в колонну по одному (по два).		1
11	Перестроения отделения из колонны по одному в колонну по два и обратно.		1
12	Перемена направления колонны.		1
13	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.		1
14	Развернутый и походные строи взвода. Построения, перестроения, повороты, перемена направления движения. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.		1
15	Строй взвода. Развернутый и походный строй взвода. Построение, выравнивание, повороты взвода. Перестроения взвода из одношереножного в двухшереножный и наоборот, из развернутого двухшереножного строя - в колонну и наоборот.		1
16	Построение личного состава пополнения для приведения к Военной присяге (принесения обязательству) в составе части.		1
17	Вынос Боевого Знамени. Относ Боевого Знамени.		1
18	Поочередный выход из строя военнослужащих и зачитка текста Военной присяги (обязательства).		1
19	Исполнение Государственного гимна. Прохождение торжественным маршем.		1
20	Развернутый и походный строи подразделений на машинах.		1
21	Выполнение команд «К машинам», «По местам», «Заводи»		1
22	Развернутый и походный строй машин в подразделении.		1
23	Выполнение команд «К МАШИНАМ», «ПО МЕСТАМ». Команды и действия обучаемых по ним.		1
24	Порядок построения взвода (роты) у машин.		1
25	Таблица сигналов управления машиной.		1
26	Тренировка по выполнению сигналов управления машиной.		1
27	Посадка и размещение личного состава в машине, высадка из нее.		1
28	Приемы «К бою», «Встать». Перебежки и переползания.		1
29	Действия личного состава при внезапном нападении противника.		2
30	Команды, подаваемые для передвижения личного состава в бою.		1
31	Строевой смотр.		3
3. Огневая подготовка.		4	26
32	Основные положения и рекомендации по подготовке и ведению стрельбы.	30 мин	
33	Усвоение приемов и правил стрельбы		30 мин
34	Явление выстрела. Отдача оружия. Убойное действие пули.	1	
35	Траектория полета пули. Элементы траектории.	30 мин	
36	Прямой выстрел. Прикрытое поражаемое пространство.	30 мин	
37	Изучение устройства пневматической винтовки.		1
38	Изготовка к стрельбе лежа с упора (практическое)		30 мин
39	Способы определения дальности до цели	30 мин	
40	Элементы наводки	30 мин	
41	Практическое. Работа с указкой Чернова.		30 мин
42	Определение средней точки попаданий (практическое)	30 мин	
43	Производство выстрела и прекращение стрельбы		1
44	Порядок разборки, сборки оружия		30 мин
45	Чистка, смазка, хранение оружия		1

46	Практическое. Стрельба из пневматического оружия		10
47	Практическое. Стрельба в электронном тире		10
48	Практическое. Соревнования по стрельбе из ПМ и АК в электронном тире и из пневматического оружия		1
4. Гражданская оборона		6	0
49	Средства коллективной и индивидуальной защиты работников организаций, а также первичные средства пожаротушения, имеющиеся в организации. Порядок и правила их применения и использования	1	
50	Действия по предупреждению аварий, катастроф и пожаров на территории организации и в случае их возникновения	2	
51	Действия работников организаций при угрозе и возникновении на территории региона (муниципального образования) чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и биолого-социального характера	1	
52	Способы предупреждения негативных и опасных факторов бытового характера и порядок действий в случае их возникновения	2	
5. Общефизическая подготовка		0	26
53	Ознакомление и разучивание приемов освобождения от захватов противника (шеи спереди, или одежды на груди, шеи сзади, туловища с руками сзади, туловища сзади, туловища спереди, туловища с руками спереди, ног спереди, ног сзади).		2
54	Ознакомление и разучивание специальных приемов связывания противника (веревкой, брючным и поясным ремнями, брючным ремнем или веревкой, палкой)		2
55	Ознакомление и разучивание специальных приемов обыска (в упоре у стены, в упоре согнувшись, лежа на земле)		2
56	Ознакомление и разучивание специальных приемов конвоирования (на болевом приеме, под угрозой оружия).		3
57	Ознакомление и разучивание специальных действий при метании ножа (метание ножа хватом за клинок, за рукоятку)		3
58	Ознакомление и разучивание приемов нападения с оружием (удара прикладом снизу, удара затыльником приклада, колющих ударов ножом сверху и снизу, режущих и колющих ударов ножом сбоку, прямо, наотмашь, уколов штыком,		3
59	Ознакомление и разучивание приемов нападения с оружием (удара прикладом снизу, удара затыльником приклада, колющих ударов ножом сверху и снизу, режущих и колющих ударов ножом сбоку, прямо, наотмашь, уколов штыком,		2
60	Ознакомление и разучивание приемов защиты с оружием (отбивы автоматом). Тренировка приемов нападения с оружием (удара прикладом снизу, удара затыльником приклада, колющих ударов ножом сверху и снизу, режущих и колющих ударов ножом сбоку, прямо, наотмашь, уколов штыком,		3
61	Ознакомление и разучивание приемов нападения без оружия (удары рукой прямо, сбоку, сверху; удары ногой снизу, вперед, прямо, сверху, сбоку, назад). Тренировка приемов защиты с оружием (отбивы автоматом)		3
62	Ознакомление и разучивание приемов защиты без оружия (защита от ударов рукой, ногой, от удара ногой подставкой рук). Тренировка приемов нападения без оружия.		3
6. Медицинская подготовка		2	8
63	Первая медицинская помощь при вывихах и переломах костей		2
64	Основы сердечно-легочной реанимации		2
65	Первая медицинская помощь при синдроме длительного сдавливания		1
66	Первая медицинская помощь при ожогах и отморожениях		1
67	Первая медицинская помощь при поражениях отравляющими и аварийно химически опасными веществами (АХОВ)		1
68	Первая медицинская помощь пострадавшим с острыми расстройствами психики		1
69	Основы гигиенических знаний	1	

70	Основы эпидемиологии	1	
7.. Страницы истории отечества.		30	0
71	Внешняя политика России в правление Ивана IV.	3	
72	Россия в эпоху Смутного времени. Причины, этапы, ход событий, последствия Смуты.	3	
73	Внутренняя политика первых Романовых. Сословно-представительная монархия и ее перерастание в абсолютизм.	3	
74	Социально-экономическое развитие России в XVII в. Соборное Уложение 1649 г. Оформление крепостного права и сословного строя.	3	
75	Церковная реформа середины XVII в. Раскол церкви. Конфликт светской и духовной власти 50-х-60-х гг. XVII в.	3	
76	Социальные движения в XVII в	3	
77	Внешняя политика России в XVII в. Не итоги.	3	
78	Россия и последней четверти XVIII в. Предпосылки преобразований. Начало государственной деятельности Петра I.	3	
79	Социально-экономические преобразования Петра I.	3	
80	Реформы государственного управления Петра I.	3	
8. Выездные игры на местности. Военно-спортивная игра «Зарница»		0	12
81	Футбол		2
82	Волейбол		2
83	Десантер		2
84	Участие в городском финале игры «Зарница».		6

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 4 года обучения

№ п/п	Раздел	Часы-теория/практические	Общее количество часов
1	Организационные занятия	2/0	2
2	Строевая подготовка	5/25	30
3	Огневая подготовка	3/27	30
4	Гражданская оборона (защита)	6/0	6
5	Общефизическая подготовка	2/24	26
6	Медицинская подготовка	5/5	10
7	Страницы истории Отечества	30/0	30
8	Выездные игры на местности	0/10	10
Всего		53/91	144

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Разделы и темы	1 группа	
		теор.	прак.
1. Организационные занятия		2	
1	Организационные занятия	30 мин	
2	Меры безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб	30 мин	
3	Ознакомление Положением о военно-спортивной игре юнармейцев	30 мин	
4	Меры безопасности при подготовке и проведении игры «Зарница»	30 мин	
2. Строевая подготовка.		5	25
5	Строй и их элементы (зачет)	2	
6	Элементы строя (практика) (зачет)	1	
7	Строй и управление или предварительная, исполнительная команда. (зачет)	1	
8	Обязанности юнармейцев перед построением и в строю. (зачет)	1	
9	Строевая стойка. (зачет)		1

10	Повороты на месте. Строевой шаг на месте и движение. (зачет)		2
11	Поворот на месте, взмах руками, строевой шаг. (зачет)		1
12	Выход из строя, постановка в строй, изучение песни. (зачет)		1
13	Повороты в движении, подход к начальнику, отход от него. (зачет)		1
14	Перестроение, строевые приёмы в основе отделения. (зачет)		1
15	Размыкание, смыкание, интервал, дистанция движение строевым шагом. (зачет)		1
16	Одиночная подготовка (зачет)		30мин
17	Отдание воинского приветствия строевые приёмы в составе отделения. (зачет)		1
18	Перестроение, отдание воинского приветствия. (зачет)		1
19	Одиночная подготовка (зачет)		30мин
20	Полный, не полный ряд. Выход из строя, возвращение в строй. (зачет)		1
21	Походный строй. Изучение песни. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении. (зачет)		1
22	Развернутый строй. Сомкнутый и разомкнутый строй(зачет)		1
23	Одиночная подготовка (зачет)		30мин
24	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении. (зачет)		1
25	Повороты в движении в составе отделения. Выход из строя, возвращение в строй. (зачет)		1
26	Перестроение. Строевые приемы в составе отделения. (зачет)		1
27	Одиночная подготовка (зачет)		30мин
28	Смотр строя и песни. (зачет)		1
29	Строевая подготовка с оружием(зачет)		2
30	Выполнение приемов с оружием на месте. (зачет)		2
31	Повороты и движение с оружием. (зачет)		2
3. Огневая подготовка.		3	27
32	Основные положения и рекомендации по подготовке и ведению стрельбы.		30 мин
33	Усвоение приемов и правил стрельбы (зачет)		30 мин
34	Явление выстрела. Отдача оружия. Убойное действие пули.	1	
35	Траектория полета пули. Элементы траектории.	30 мин	
36	Прямой выстрел. Прикрытое поражаемое пространство.	30 мин	
37	Изучение устройства пневматической винтовки. (зачет)		1
38	Изготовка к стрельбе лежа с упора (практическое) (зачет)		30 мин
39	Способы определения дальности до цели	30 мин	
40	Элементы наводки	30 мин	
41	Практическое. Работа с указкой Чернова.		30 мин
42	Определение средней точки попаданий (практическое)		30 мин
43	Производство выстрела и прекращение стрельбы(зачет)		1
44	Порядок разборки, сборки оружия(зачет)		30 мин
45	Чистка, смазка, хранение оружия (зачет)		1
46	Практическое. Стрельба из пневматического оружия (зачет)		10
47	Практическое. Стрельба в электронном тире (зачет)		10
48	Практическое. Соревнования по стрельбе из ПМ и АК в электронном тире и из пневматического оружия		1
4. Гражданская оборона		6	
49	Гражданская оборона как система общегосударственных мер по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.	1	
50	Характерные особенности опасности, возникающей при ведении военных действий или вследствие этих действий.	2	
51	Действия работников в чрезвычайных ситуациях природного характера	1	
52	Действия работников в чрезвычайных ситуациях техногенного характера	2	
5. Общефизическая подготовка		2	24

53	Меры безопасности при проведении физической подготовки и РБ	2	
54	Ознакомление и разучивание приемов освобождения от захватов противника (шеи спереди, или одежды на груди, шеи сзади, туловища с руками сзади, туловища сзади, туловища спереди, туловища с руками спереди, ног спереди, ног сзади). (зачет)		2
55	Ознакомление и разучивание специальных приемов связывания противника (веревкой, брючным и поясным ремнями, брючным ремнем или веревкой, палкой) (зачет)		2
56	Ознакомление и разучивание специальных приемов обыска (в упоре у стены, в упоре согнувшись, лежа на земле) (зачет)		3
57	Ознакомление и разучивание специальных приемов конвоирования (на болевом приеме, под угрозой оружия). (зачет)		3
58	Ознакомление и разучивание специальных действий при метании ножа (метание ножа хватом за клинок, за рукоятку) (зачет)		3
59	Ознакомление и разучивание приемов нападения с оружием (удара прикладом снизу, удара затыльником приклада, колющих ударов ножом сверху и снизу, режущих и колющих ударов ножом сбоку, прямо, наотмашь, уколов штыком, (зачет)		2
60	Ознакомление и разучивание приемов нападения с оружием (удара прикладом снизу, удара затыльником приклада, колющих ударов ножом сверху и снизу, режущих и колющих ударов ножом сбоку, прямо, наотмашь, уколов штыком, (зачет)		3
61	Ознакомление и разучивание приемов защиты с оружием (отбивы автоматом). Тренировка приемов нападения с оружием (удара прикладом снизу, удара затыльником приклада, колющих ударов ножом сверху и снизу, режущих и колющих ударов ножом сбоку, прямо, наотмашь, уколов штыком, (зачет)		3
62	Ознакомление и разучивание приемов нападения без оружия (удары рукой прямо, сбоку, сверху; удары ногой снизу, вперед, прямо, сверху, сбоку, назад). Тренировка приемов защиты с оружием (отбивы автоматом) (зачет)		3
6. Медицинская подготовка		5	5
63	Понятие об инфекционных заболеваниях и их возбудителях. Источники инфекций. Пути распространения инфекционных заболеваний. Меры личной профилактики заболеваний.	2	
64	Санитарно-гигиенические требования к приготовлению и хранению пищи. Гигиена водоснабжения и водопользования. Особенности питания, водоснабжения и водопользования войск в полевых условиях.	2	
65	Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка индивидуальная (АИ), пакет перевязочный индивидуальный, пакет противохимический индивидуальный, индивидуальные средства обеззараживания воды. Предназначение, порядок и правила пользования ими. Выполнение норматива: «Развертывание пакета перевязочного индивидуального».	1	
66	Понятие о ране. Наложение повязок при различных ранениях и кровотечениях. Выполнение нормативов: «Развертывание пакета перевязочного индивидуального» и «Надевание шлем-маски противогаза на «пораженного».		1
67	Понятие о ране. Виды кровотечений и их последствия. Способы временной остановки кровотечения. Практическая отработка нормативов по наложению повязок на различные области тела с использованием табельных и подручных средств для остановки кровотечения. Выполнение норматива: «Наложение первичной повязки». Переломы и вывихи: понятие, признаки, общие правила оказания первой помощи. Выполнение нормативов: «Наложение резинового кровоостанавливающего жгута на бедро (плечо)», «Наложение закрутки с помощью косынки и других подручных средств на бедро (плечо)» и «Наложение шин из подручного материала при переломах костей верхних и нижних конечностей».		1

68	Аптечка индивидуальная, аптечка войсковая, индивидуальный противохимический пакет, пакет перевязочный индивидуальный. Состав, предназначение и правила пользования. Выполнение норматива: «Развертывание пакета перевязочного индивидуального»		1
69	Причины и признаки состояний, требующих проведения неотложных реанимационных мероприятий. Правила и техника непрямого массажа сердца и искусственного дыхания. Первая помощь при поражении электрическим током, молнией, утоплении, обвалах, удушении, укусах ядовитых змей, насекомых и острых пищевых отравлениях.		1
70	Виды и признаки ожогов. Ожоговый шок. Правила и способы оказания помощи обожженным. Причины и признаки перегревания, меры профилактики и оказания помощи. Виды и признаки обморожения и замерзания. Первая помощь при обморожении и замерзании. Первая помощь при поражении электрическим током, молнией, утоплении, обвалах, удушении, укусах ядовитых змей и насекомых. Причины, признаки и первая помощь при отравлениях угарным газом, ядовитыми техническими жидкостями и острых пищевых отравлениях. Классификация ран. Табельные и подручные перевязочные материалы для наложения первичной повязки. Правила и способы наложения повязки. Выполнение нормативов: «Развертывание пакета перевязочного индивидуального», «Наложение первичной повязки», «Наложение закрутки с помощью, косынки и других подручных средств на бедро (плечо)» и «Надевание шлема-маски противогаза на «пораженного»».		1
7. Страницы истории отечества.		30	
71	Внешняя политика России в первой четверти ХУШв. Ее итоги.	1	
72	Россия в эпоху дворцовых переворотов (1725-1762гг.).	1	
73	«Просвещенный абсолютизм» Екатерины II.	1	
74	Внутренняя политика Екатерины II после крестьянской войны под предводительством Е.И. Пугачева.	1	
75	Социально-экономическое развитие. России во второй половине XVIII в.	1	
76	Внешняя политика России во второй половине ХУШв. Ее итоги.	3	
77	Внутренняя политика Александра I. Попытки реформ начала XIXв.	3	
78	Движение декабристов.	1	
79	Внешняя политика России в первой четверти XIXв.	3	
80	Внутренняя политика Николая I. Общественное движение 20-х-50-х гг. XIXв.	3	
81	Внешняя политика России в правление Николая I. Крымская война и ее итоги.	3	
82	Отмена крепостного права. Содержание крестьянской и земельной реформ. Историческое значение.	3	
83	Реформы 60-х- 70-х гг. XIX в. Содержание, историческое значение	1	
84	Общественно- политические движения пореформенной России. Начало формирования политических партий.	2	
85	Правительственный курс 80-90-х гг. XIXв. Политика консервативной стабилизации.	1	
86	Внешняя политика России во 2-й половине XIX в.	2	
8. Выездные игры на местности. Военно-спортивная игра «Зарница»		.	12
87	Футбол		2
88	Волейбол		2
89	Десантер		2
90	Участие в городском финале игры «Зарница».		6

ЛИТЕРАТУРА

Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10-11 класс автор Смирнов А.Т. Мишин Б.И. издательство г. Москва Просвещение – 2001г.

Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 7-9 класс автор Воробьев Ю.Л издательство Москва Астрель – 2001г.

Учебник Начальная военная подготовка учащихся» издательство г. Москва Просвещение – 1985г.

Учебник «Медицинская санитарная подготовка учащихся издательство Москва Просвещение – 1990г. «Гражданская оборона», издательство Москва Просвещение – 1990г.

Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации издательство Москва Военное издательство - 2003

Наставление по стрелковому делу издательство г. Москва Военное издательство – 1995г.

Методические материалы из подписных изданий журналов «Основы безопасности жизни» и «Военные Знания».

Библиотека Военных знаний комплект – 7 штук издательство г. Москва – 2002г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575815

Владелец Сильченко Александр Николаевич

Действителен с 06.05.2022 по 06.05.2023