Березовское муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 8»

Принято
Педагогическим советом
Председатель _____
«___» _____2026 г.

Утверждено
Директор БМАОУ СОШ № 8
_____ М.Ю. Цуканов
«___» _____2026 г.

Дополнительная образовательная программа «Патриот»
Юнармейского отряда
«Вечность»

составил руководитель юнармейского отряда Гималов В.Х.

Березовский муниципальный округ
2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа «Патриот» модифицированная. Составлена на основе авторской программы Носенко С.П.

Актуальность. В настоящее время успех развития общества в решающей мере зависит от настроя 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 2025 - 2028 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.Воспитаниеготовности 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 10 до 18 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 1год.

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 окончанию обучения воспитанник должен знать:

- Основные составляющие здорового образа жизни;
- Ратные страницы истории Отечества;
- Строй отделения и порядок управления им;
- Правила оказания первой медицинской помощи;
- Средства индивидуальной защиты;
- Устройство автомата Калашникова.

Должен уметь:

- Выполнять строевые приёмы на месте и в движении;
- Ориентироваться на местности и двигаться по азимуту;
- Оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему;
- Выполнять неполную разборку и сборку ММГ АК- 74.

Способы проверки освоения программы:

- Выполнение нормативов;
- Тестирование;
- Зачётные занятия.

Учебно-тематическое планирование

№ п\п	Раздел программы, Тема занятий	Количество часов									Контроль
		Всего			Теория			Практика			
		1 Период	2 Период	3 Период	1 Период	2 Период	3 Период	1 Период	2 Период	3 Период	
1.	**Основы военной службы**	**5**	**9**	**16**	**1**	**4**	**6**	**4**	**5**	**10**	
1.1	Почему необходима вооружённая защита отечества				1						
1.2	Внешние и внутренние угрозы					1					
1.3	Предназначение Вооружённых Сил РФ					1					
1.4	История создания Уставов Вооружённых Сил РФ				1						Тест
1.5	Устав внутренней службы					1					
1.6	Обязанности военнослужащих						1				Тест
1.7	Военнослужащие и взаимоотношения между ними						1				
1.8	Суточный наряд. Обязанности суточного наряда							1	1		Зачёт
1.9	Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания						1	1			
1.10	Организация караульной службы. Обязанности часового						1		4	4	Несение караульной Службы
1.11	Военная присяга. Клятва клубу «Красная гвоздика»					1	1				
1.12	Воинские звания. История воинских званий						1				Тест
1.13	Структура Вооружённых Сил РФ							2			
1.14	Сухопутные войска									2	
1.15	Военно-воздушные силы									1	
1.16	Военно-морской флот									1	
1.17	Другие рода войск									2	
2.	**Строевая подготовка**	**5**	**9**	**16**	**1**	**1**	**1**	**4**	**8**	**15**	
2.1	Строй и его элементы				1	1	1				
2.2	Обязанности военнослужащего перед							1		1	

	построением и в строю										
2.3	Строевая стойка и строевые приёмы							1	1	1	
2.4	Воинское приветствие на месте и в движении								1	1	
2.5	Строевые приёмы с оружием								2	3	
2.6	Практическая отработка строевых приёмов								2	3	
2.7	Одиночная строевая подготовка							2	2	3	Зачёт
2.8	Строевая подготовка в составе отделения								2	3	Зачёт
3.	**Огневая подготовка**	**5**	**9**	**16**	**1**	**1**	**1**	**4**	**8**	**15**	
3.1	История создания отечественного оружия				1						
3.2	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова					1					
3.3	Устройство, принцип действия основных частей и механизмов автомата Калашникова						1				
3.4	Устройство, принцип действия основных частей и механизмов пневматической винтовки								1		
3.5	Устройство малокалиберной винтовки								1		
3.6	Правила прицеливания и приёмы стрельбы							1	2		
3.7	Разборка и сборка автомата							2	2	8	Зачёт
3.8	Стрелковая тренировка							1	2	7	Зачёт
4.	**Тактическая подготовка**	**2**	**4**	**6**				**2**	**4**	**6**	
4.1	Способ передвижения солдата в бою								1		
4.2	Инженерная подготовка								1		
4.3	Преодоление естественных препятствий							1	1	2	
4.4	Движение в заданном направлении в составе отделения							1	1	4	
5.	**Туристическая подготовка**	**4**	**7**	**10**	**1**	**1**	**1**	**3**	**6**	**9**	
5.1	Собираясь в туристический поход				1						
5.2	Средства и способы страховки. Вязка					1		1			Зачёт

	узлов										
5.3	Техника пешеходного туризма. Установка палатки. Разведение костра						1	1			
5.4	Преодоление препятствий и преград									2	
5.5	Ориентирование на местности							1			
5.6	Определение азимута на предмет									2	
5.7	Определение высоты и расстояния									2	
5.8	Туристические навыки. Практические тренировки									3	Поход
6.	**Физическая подготовка**	**9**	**20**	**33**	**2**	**2**	**2**	**7**	**18**	**31**	
6.1	Разминка				2				1	2	
6.2	Развитие выносливости							2	1	3	Сдача
6.3	Развитие силы							2	1	3	Сдача
6.4	Развитие координационных способностей							1	1	3	
6.5	Акробатические упражнения							2	1	3	
6.6	Спортивные игры								6	8	
6.7	Рукопашный бой					2	2		6	9	Зачёт
7.	**Медико-санитарная подготовка**	**3**	**5**	**12**	**1**	**2**	**3**	**2**	**3**	**9**	
7.1	Понятие о ране, классификация ран. Первая медицинская помощь при ранениях				1						
7.2	Виды кровотечений и их характеристика					1					
7.3	Правила и техника остановки кровотечений							1		1	Тест
7.4	Понятие о переломах. Первая медицинская помощь при переломах								1	1	Тест
7.5	Первая медицинская помощь при ожогах и солнечном ударе					1				1	Тест
7.6	Первая медицинская помощь при остановке сердца. Искусственная вентиляция лёгких. Непрямой массаж сердца						1	1		2	Зачёт
7.7	Способы переноски пострадавших						1			1	Зачёт
7.8	Правила наложения стерильных								1	1	

	повязок										
7.9	Первая медицинская помощь при поражении радиоактивными и отравляющими веществами						1		1	2	Тест
8.	**Гражданская оборона**	**1**	**3**	**6**	**1**	**1**	**1**		**2**	**5**	
8.1	История создания Гражданской обороны				1						
8.2	истика оружия массового я					1					
8.3	Средства индивидуальной защиты						1				
8.4	Практические тренировки								2	5	Зачёт
9.	**Ратные страницы истории и история родного края**	**5**	**10**	**15**	**3**	**6**	**9**	**2**	**4**	**6**	
9.1	Дни воинской славы					1	1				
9.2	сийской армии						2				
9.3	История Сталинградской битвы				1	1	1			1	Тест
9.4	История Великой Отечественной войны					1	1				Тест
9.5	Ордена и награды					1					
9.6	История Волгоградской области					1	1				
9.7	История родного посёлка				1		2	2	2	2	Поисковая
9.8	2 Герой Советского Союза Шурухин П.И.				1	1	1		1	1	Поисковая

Содержание тем

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;
- чётко произносить клятву клуба «Красная гвоздика».

Содержание раздела «Основы военной службы»

Тема № 1. ***Почему необходима вооружённая защита Отечества.***

Занятие 1.1 – 1 час. 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 – 1 час. 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 – 1 час. 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 – 1 час. 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 – 1 час. Содержание устава, его предназначения и структура.

Тема № 6. ***Обязанности военнослужащих.***

Занятие 1.6 – 1 час. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Федеральный закон «О статусе военнослужащих».

Тема № 7. ***Военнослужащие и взаимоотношения между ними.***

Занятие 1.7 – 1 час. Общие обязанности военнослужащих. Воинские звания и знаки различия. Начальники и подчинённые, старшие и младшие.

Тема № 8. ***Суточный наряд. Обязанности суточного наряда.***

Занятие 1.8 – 4 часа. 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 – 3 часа. 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 – 4 часа. Основные положения Устава гарнизонной и караульной служб. Обязанности часового.

Тема № 11. ***Военная присяга. Клятва клубу «Красная Гвоздика».***

Занятие 1.11 – 3 часа. Военная присяга – клятва воина на верность родине. Текст, смысл и значение Военной присяги для военнослужащих. Ритуал привидения к присяге. Текст, смыл и значение клятвы клуба «Красная гвоздика» для членов клуба. Ритуал привидения к клятве.

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

Занятие 1.12 – 1 час. История воинских званий. Воинские звания и порядок их присвоения, военная форма одежды.

Тема № 13. ***Структура Вооружённых Сил РФ.***

Занятие 1.13 – 1 час. Структура Вооружённых Сил России, виды Вооружённых Сил и рода войск.

Тема № 14. ***Сухопутные войска.***

Занятие 1.14 – 2 часа. Сухопутные войска(Мотострелковые, танковые, ракетные, противовоздушной обороны, авиация). История их создания, предназначение.

Тема № 15. ***Военно-воздушные силы.***

Занятие 1.15 – 1 час. 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 – 1 час. 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 – 3 часа. 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.

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 лчным составом отделения.

Содержание раздела «Строевая подготовка»

Тема № 1. ***Строй и его элементы.***

Занятие 2.1 – 1 час. Основные положения Строевого устава России. Строй и его элементы.

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

Занятие 2.2 – 1 час. Выход из строя. Подход и отход от начальника.

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

Занятие 2.3 – 2 часа. 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 – 2 часа. 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 – 4 часа.

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 – 5 часов. 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 -5 часов. 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 – 10 часов. Строи отделения. Развёрнутый строй, походный строй. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении. Выполнение команд. Повороты на месте и в движении.

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 пулив 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 – 1 час. История создания отечественного оружия и его назначение.

Тема № 2. ***Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.***

Занятие 3.2 – 1 час. 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 – 1 час. 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 – 1 час. Назначения, боевые свойства, общее устройство пневматической винтовки. Работа частей и механизмов при стрельбе.

Тема № 5. ***Устройство мелкокалиберной винтовки.***

Занятие 3.5 – 1 час. Назначения, боевые свойства, общее устройство мелкокалиберной винтовки. Работа частей и механизмов при стрельбе.

Тема № 6. ***Правила прицеливания и приёмы стрельбы.***

Занятие 3.6 – 2 часа. 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 – 10 часов. Порядок неполной разборки автомата. Тренировка в разборке и сборке автомата. Уход за оружием, его хранение и сбережение.

Тема № 8. ***Стрелковая тренировка.***

Занятие 3.8 – 13 часов. 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.

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 – 2 часа. Способы передвижения солдат в бою. Действия солдата в бою. Перебежки, переползание по-пластунски, на получетвереньках, на боку. Теория боя.

Тема № 2. ***Инженерная подготовка.***

Занятие 4.2 – 3 часа. Устройство и оборудование одиночных окопов. Укрытие солдат на поле боя в обороне. Отрывка одиночного окопа для стрельбы лёжа.

Тема № 3. ***Преодоление естественных препятствий.***

Занятие 4.3 -5 часов. Подъём и спуск с использованием перил. Преодоление оврага по бревну с помощью шеста. Преодоление водных препятствий по параллельным верёвкам. Естественные и искусственные точки страховки.

Тема № 4. ***Движение в заданном направлении в составе отделения.***

Занятие 4.4 – 2 часа. Старт команды. Движение по азимуту в заданном направлении. Финиш команды. Подведение итогов.

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 – 1 час. 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 – 2 часа. Средства и способы страховки. Виды узлов и способы их связывания.

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

Занятие 5.3 – 4 часа. 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 – 2 часа. Виды препятствий и преград и способы их преодоления. Отработка навыков умений и навыков преодоления различных препятствий.

Тема № 5. ***Ориентирование на местности.***

Занятие 5.5 – 2 часа. Виды и способы ориентирования на местности. Способы выживания в экстремальных условиях . Топографические знаки. Топографические карты.

Тема № 6. ***Определение азимута на предмет.***

Занятие 5.6 – 2 часа. 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 – 2 часа. Виды и способы ориентирования. Отработка навыков определения высоты, ширины удалённого объекта, расстояние до него.

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

Занятие 5.8 – 6 часов. 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.

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. Составление комплекса упражнений с учётом индивидуальных особенностей организма. Отработка упражнений комплекса.

Тема № 2. ***Развитие выносливости.***

Занятие 6.2 – 7 часов. 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 – 8 часов. Разминка. Подтягивание, отжимания, наклоны туловища, приседания с весом отягощения. Упражнение тела в висе. 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 – 7 часов. 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 – 7 часов. 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 – 10 часов. Разминка. Отработка техники игры в волейбол, баскетбол, футбол.

Тема № 7. ***Рукопашный бой.***

Занятие 6.7 – 21 час. Отработка приёмов рукопашного боя. Удары рукой и нагой. Защитные действия. Болевые приёмы. Броски. Освобождение от захватов противника. Обезоруживание противника.

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. 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 – 1 час. Характеристика различных видов кровотечений и их причины.

Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях.

Тема № 3. ***Правила и техника остановки кровотечений.***

Занятие 7.3 – 3 часа.

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. 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. 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. 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 – 3 часа. Правила и способы транспортировки пострадавших. Транспортная иммобилизация. Отработка навыков по переноске пострадавших.

Тема № 8. ***Правила наложения стерильных повязок.***

Занятие 7.8 – 3 часа. 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. Действие, виды, поражающие факторы радиоактивных и отравляющих веществ. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при поражении радиоактивными и отравляющими веществами.

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 изготовлять простейшие средства индивидуальной защиты, стрелять и преодолевать полосу препятствий в противогазе.

В результате изучения раздела программы «Гражданская оборона» члены клуба должны

знать:

- историю создания, предназначение, структуру и задачи Гражданской обороны;

- классификацию средств индивидуальной защиты;

- назначение и принцип действия средств индивидуальной защиты, правила пользования ими;

- устройство фильтрующего противогаза;

- принцип действия и поражающие факторы оружия массового поражения, способы защиты от него;

- правила эвакуации;

уметь:

- пользоваться средствами индивидуальной защиты;

- изготовлять простейшие средства индивидуальной защиты;

- стрелять и преодолевать полосу препятствий в противогазе;

- защищать органы дыхания и кожу.

Содержание раздела «Гражданская оборона»

Тема № 1. ***История создания системы гражданской обороны и её задачи.***

Занятие 8.1 – 1 час. 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. 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 – 1 час. Классификация средств индивидуальной защиты. Назначение и принцип действия. Простейшие и подручные средства защиты. Устройство фильтрующего противогаза.

Тема № 4. ***Практические тренировки.***

Занятие 8.4 – 6 часов. 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.

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 – 3 часа. 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 – 4 часа. Виды оружия и боевой техники. Просмотр видеофильма.

Тема № 3. ***История Сталинградской битвы.***

Занятие 9.3 – 5 часов. 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 – 5 часов. История Великой Отечественной войны.

Тема № 5. ***Ордена и награды.***

Занятие 9.5 – 3 часа. 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 Волгоградской области.***

Занятие 9.6 – 4 часа. История Волгоградской области. Основные достижения.

Тема № 7. ***История родного посёлка.***

Занятие 9.7 – 4 часа. История родного посёлка. Ветераны, живущие рядом. Операция «Забота». Благоустройство родного посёлка.

Тема № 8. ***ДваждыГерой Советского Союза Шурухин Павел Иванович.***

Занятие 9.8 – 2 часа. Биография П.И. Шурухина. Поисковая работа.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 253944116464657331322887463556598260645381440186

Владелец Цуканов Максим Юрьевич

Действителен С 23.09.2026 по 23.09.2027