**Приложение18**

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №40 города Хабаровска

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.М.Сунозова

« 24 » мая 2012

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

**«АВАНГАРД»**

для учащихся 12-16 лет

Автор программы: Елагина Татьяна Петровна,

преподаватель-организатор ОБЖ,

руководитель военно-патриотического объединения «Авангард»

« 24 » мая 2012»

Хабаровский край

город Хабаровск

2012

**ВВЕДЕНИЕ**

«Детство – каждодневное открытие мира.

Нужно, чтобы это открытие стало, прежде

всего, познанием человека и Отечества.

Чтобы в детский ум и сердце входила красота настоящего человека, величие и ни с чем несравнимая красота человечества»

В.А.Сухомлинский

Современные условия жизни российского общества с непрерывно растущими нервно-психическими нагрузками и многочисленными стрессовыми ситуациями формируют обстановку, в которой задача сохранения здоровья обучающихся в системе школьного образования становится приоритетной.

Учащиеся в подростковом периоде не осознают смысла здорового образа жизни, считают, что вопросы сохранения и укрепления здоровья не актуальны в их возрасте. Молодым людям кажется, что ресурс их личного здоровья неограничен. Это выражается в том, что школьники пропускают уроки физической культуры, не принимают активное участие в соревнованиях, акциях, посвященных здоровому образу жизни, рано начинают употреблять табачные изделия и спиртные напитки.

Здоровый образ жизни – это индивидуальная система привычек, которая обеспечивает человеку необходимый уровень жизнедеятельности для решения задач, связанных с выполнением обязанностей и для решения заданных запросов и личных проблем. Помогая подросткам формировать индивидуальную систему здорового образа жизни, необходимо учитывать все особенности этого возраста. Подростковый период – важный этап становления личности, а также формирования физического и духовно-нравственного здоровья.

Расширение спектра духовных интересов молодежи закономерно рождает у нее и новое отношение к проведению своего свободного времени. У молодых людей усиливается потребность в более содержательном досуге. Неудовлетворенность досугом или невозможность реализовать свои духовные потребности приводят к образованию неформальных, трудно контролируемых юношеских структур, выходящих за рамки традиционных микрогрупп, возникающих по месту жительства. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это не только отсутствие болезней, а состояние полного физического, психического и социального благополучия. Действительно, здоровье человека во многом зависит от его сознания, психологии, жизненной позиции. Ученые пришли к выводу, что прежде всего, на наше здоровье влияет образ жизни, а уже потом состояние окружающей среды, наследственность, уровень здравоохранения и т.д. Получается, что в большей степени здоровье человека зависит от него самого. А к факторам риска, способствующим развитию болезней, относятся различные воздействия агрессивной среды. Особое место среди них занимают так называемые дурные привычки и склонности: курение, алкоголь и наркотики. Сегодня человечество переживает настоящий кризис: распространение среди подростков курения, пьянства, токсикомании и наркомании достигает критических масштабов. Ученые бьют тревогу – наша нация постепенно вымирает: растет детская смертность, увеличивается число детей, имеющих психические и неврологические отклонения, что в свою очередь способствует росту детской преступности.

Утверждение здорового образа жизни – важная общегосударственная задача. Все это дает основание говорить об острой необходимости активного вовлечения молодых людей в социальную практику, в разностороннюю общественно полезную деятельность. Одним из направлений пропаганды ЗОЖ среди учащихся является организация работы по военно-патриотическому воспитанию. В современных условиях возрастает потребность в заблаговременной подготовке молодежи к защите Отечества. Психологически молодежь не готова к экстремальным ситуациям. По данным социологического исследования, проведенного среди призывной молодежи, 47% на первом году службы тяжело переносят физические нагрузки, 29% встретились со значительными трудностями во время адаптации в коллективе, 26,5% заявили, что они болезненно реагировали на строгую регламентацию армейской жизни. Подавляющее большинство молодежи (94%) оказалось не подготовленными к службе в армии. По мнению опрошенных офицеров, только около 24% призывников психологически готовы к службе в армии.

В 2006 году в МБОУ СОШ №40 города Хабаровска было создано военно-патриотическое объединение «Авангард», которое существует как форма социальной адаптации подростков, находящихся в социально опасном положении, детей «группы риска». Объединение имеет собственные традиции, форму, ритуалы, знаки различия, знамя, песню и речёвку. За годы своего существования объединение завоевало популярность среди подростков и молодежи микрорайона школы и города Хабаровска. Привитые в объединении навыки дисциплины, коллективизма, лидерские качества позволяют школьникам более успешно реализовываться в среде сверстников и осмысленно прогнозировать планы на будущее.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа военно-патриотического объединения «Авангард» модифицированная, разработана на основе требований, представленных в Законе «Об образовании» от 10 июля 1992 года №3266-1 (в редакции Федеральных законов от 28.02.2012 № 11-ФЗ, с изменениями, внесенными Постановлением Конституционного Суда РФ от 24.10.2000 №13-П, Федеральными законами от 27.12.2000 №150-ФЗ, от 30.12.2001 №194-ФЗ, от 24.12.2002 № 176-ФЗ от 23.12.2003 № 186-ФЗ, от 17.12.2009 №313-ФЗ), федеральными государственными образовательными стандартами общего образования, утвержденными приказами Минобрнауки России от 06.10.2009 №373, 17.12.2010 №1897, Государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011-2015 годы», утвержденной постановлением Правительства РФ от 05.10.2010 №795. В программе реализованы требования Федеральных законов «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», уставов вооруженных сил РФ. Программа военно-патриотического объединения «Авангард» является дополнением к курсу общего образования «Основы безопасности жизнедеятельности». В нее включены темы, не вошедшие в тематический план, но имеющие важное значение для изучения, так как раскрывают особенности повседневной жизнедеятельности военнослужащих, организации службы и боевой подготовки воинской части (подразделения).

Современное развитие России показывает, что идеи патриотизма востребованы и вносят неоценимый вклад в обеспечение национальной безопасности, духовно-нравственного единства общества, сплочения народа. Данная программа является актуальной, учитывает ситуацию на рынке труда и его разновидности – воинского труда как важнейшей составляющей национальной безопасности Российской Федерации.

Военно-патриотическое объединение «Авангард» - это молодежное объединение, функционирующее в социально-культурной среде, оказывающее содействие в развитии духовных, физических, интеллектуальных потребностей учащихся, молодежи. Данная программа обеспечивает определенный уровень готовности к службе в армии и позволяет реализовывать интересы юношей и девушек, способствует формированию у молодежи высокого патриотического сознания, готовности к выполнению важных конституционных обязанностей по защите Отечества. Способствует повышению престижа военной службы, воспитанию чувства долга, милосердия, трудолюбия, коллективизма, любви к Родине, своему народу.

***Цель программы:*** Воспитание патриота-гражданина, формирование у подрастающего поколения политической сознательности, высоких нравственных, морально-психологических и этических качеств, готовности к служению Отечеству, позитивного отношения к здоровому образу жизни.

***Задачи программы:***

1. Формирование цельного мировоззрения воспитанников по проблемам безопасности человека в 21 веке.
2. Формирование основных понятий у воспитанников о здоровье человека, факторах, формирующих и разрушающих его здоровье, позитивного отношения к здоровому образу жизни.
3. Воспитание оптимистического, активно-деятельностного отношения к жизни, умения преодолевать стрессы.
4. Формирование позитивного образа Российской Армии, развитие чувства патриотизма и любви к Отечеству.
5. Активизация работы с допризывной молодежью и подготовка ее к службе в ВС.
6. Содействие социальной адаптации подростков, находящихся в социально опасном положении, детей «группы риска».

**ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ**

На протяжении последнего десятилетия в РФ работа с допризывной молодежью упала на недопустимо низкий уровень. Начальная военная подготовка упразднена. Существующие учебные программы подготовки допризывников разработаны в послевоенные годы и не удовлетворяют условиям современной армии.

Более 40% призывников страдают хроническими заболеваниями. В подростковой среде авторитет Российской Армии низок. Особенно эта ситуация усилилась после начала вооруженного конфликта в Чечне. Высокий процент потерь федеральных сил напрямую связан с низким уровнем подготовки солдат срочной службы, вчерашних допризывников. Низок моральный дух молодых солдат. Нередки случаи неуставных взаимоотношений. Психологически молодежь не подготовлена к экстремальным ситуациям. Если в советский период развития России молодежи внушали идеи служения Родине, то теперь у подростков кардинально изменилась шкала ценностей, а ведь давно известно, что человек без жизненных идеалов бесполезен для общества. Что же нужно сделать, чтобы значительно улучшить дело подготовки допризывной молодежи к военной службе, поднять его на качественно более высокий уровень?

Прежде всего, надо перестроить сознание призывника, сформировать необходимые установки на предстоящую службу, вызвать интерес, стремление, безусловно, положительное отношение к ней, выработать мотивацию, которая бы проявлялась на всем ее протяжении.

Как показывает опыт работы с подростками и юношами, одной из наиболее эффективных форм их подготовки к защите Отечества являются военно-патриотические клубы и объединения.

Актуальность проблемы, решаемой программой ВПО «Авангард», усиливает ее педагогическую целесообразность.

Данная программа ориентирована на обучение детей в возрасте 12-16 лет, срок реализации программы – 3 года.

***Режим занятий:***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| год обучения | количество занятий  в неделю | продолжительность занятий | количество часов  в неделю | количество часов  за год |
| I | 2 | по 2 часа | 4 | 144 |
| II | 2 | 2/3 часа | 5 | 180 |
| III | 2 | 2/2,5 часа | 4,5 | 162 |

**ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

Реализация программы осуществляется в соответствии с учебно-тематическим планом и его содержанием по огневой, тактической и строевой подготовке. Особый интерес у подростков вызывают занятия по огневой подготовке: изучение огнестрельного оружия, выполнение нормативов по сборке и разборке автоматов, стрельбе из пневматической винтовки в положении «стоя» и «с упора» по мишени. Значительное внимание уделяется расширению кругозора в области военного дела, привитию интереса к военным специальностям, адаптации к будущей службе в рядах Российской Армии. Организованные экскурсии в воинские части, учебные тренировки на полигоне, преодоление полосы препятствий с использованием средств пиротехники отвечают психологическим интересам подростков, дают возможность ощутить себя взрослыми защитниками Отечества. Усиливает это ощущение у подростков и наличие единой военной формы. Мероприятия спортивного характера наполняют досуг детей и способствуют выполнению нормативов по физической подготовке учащимися.

Учебным планом определены досуговые мероприятия - это игры-викторины по вопросам основ военного дела, истории армии. Практикуется просмотр видеофильмов военной тематики, позитивно влияющих на развитие эмоциональной устойчивости подростков, способствующих становлению положительных нравственных ориентиров.

Соблюдение ритуалов, изучение символов России и Хабаровского края – обязательное условие при организации торжественных мероприятий.

Структура и организация воспитательного процесса строится с учетом различных возрастных категорий.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ СОДЕРЖАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

По завершении образования у учащихся должны быть сформированы знания основ здорового образа жизни, представления об опасных и чрезвычайных ситуациях, основах подготовки граждан к военной службе, навыки оказания первой медицинской помощи и выживания в экстремальных ситуациях, умения использовать приобретенные знания в практической деятельности и повседневной жизни.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование тем | I год | | | II год | | | III год | | |
| всего | теория | практика | всего | теория | практика | всего | теория | практика |
| 1 | Вводное занятие. Основы подготовки гражданина к военной службе. Начальная военная подготовка. | 4 | 2 | 2 | 4 | 1 | 3 | 4 | 2 | 2 |
| 2 | Организация повседневной жизни и службы в воинской части (подразделении). | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 |
| 3 | Организация и несение в воинской части (подразделении) дежурств, вахт, специальных нарядов. | 6 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 |
| 4 | Боевая подготовка в воинской части (подразделении). | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 |  |
| 5 | Строевая подготовка. | 30 | 10 | 20 | 36 | 10 | 26 | 32 | 12 | 20 |
| 6 | Огневая подготовка. | 28 | 10 | 18 | 36 | 8 | 28 | 32 | 8 | 24 |
| 7 | Тактическая подготовка. | 8 | 3 | 5 | 10 | 3 | 7 | 13 | 4 | 9 |
| 8 | Медицинская подготовка. | 6 | 2 | 4 | 5 | 2 | 3 | 5 | 2 | 3 |
| 9 | Радиационная, химическая и биологическая защита. | 6 | 2 | 4 | 10 | 5 | 5 | 10 | 4 | 6 |
| 10 | Прикладная физическая подготовка. | 26 | 6 | 20 | 34 | 4 | 30 | 30 | 6 | 24 |
| 11 | Комплексные занятия. | 10 |  |  | 15 |  |  | 12 |  |  |
| 12 | Контрольные занятия. | 4 |  |  | 4 |  |  | 4 |  |  |
| 13 | Учебно-воспитательные мероприятия. | 9 |  |  | 15 |  |  | 9 |  |  |
| 14 | Итоговое занятие. | 1 |  |  | 1 |  |  | 1 |  |  |
| ***ИТОГО:*** | | ***144*** |  |  | ***180*** |  |  | ***162*** |  |  |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**1 год обучения**

**Вводная тема.** Допризывная подготовка – общегосударственный предмет. Её сущность, цели и задачи. Историческая необходимость организации и проведения допризывной подготовки. Её значение в современных условиях. Общее содержание программы допризывной подготовки. Техника безопасности. Анкетирование.

**1. Основы подготовки гражданина к военной службе. Начальная военная подготовка.**

* 1. Основы подготовки граждан к военной службе.

Нормативно-правовые документы по подготовке граждан к военной службе, их особенности.

* 1. Программа начальной военной подготовки в войсках.

Цели и основное содержание программы начальной военной подготовки.

* 1. Всеобщая воинская обязанность. Конституция и законы воинской обязанности.

Обязанности граждан по воинской обязанности.

Военная служба – особый вид государственной службы, необходимость её прохождения. Ответственность призывников за уклонение от военной службы.

* 1. Понятие о воинских уставах, история их создания.

**2. Организация повседневной жизни и службы в воинской части (подразделении).**

* 1. Размещение и быт военнослужащих.
  2. Распределение времени и повседневный распорядок.
  3. Основы безопасности военной службы.

Опасные факторы военной службы, организация обеспечения безопасных условий в повседневной деятельности.

**3. Организация и несение в воинской части (подразделении) дежурств, вахт, специальных нарядов.**

3.1. Организация дежурной службы.

Назначение и состав суточного наряда. Обязанности лиц суточного наряда. Подготовка и развод суточного наряда.

3.2. Организация караульной службы.

Организация караульной службы. Наряд караулов. Подготовка караулов. Часовой. Неприкосновенность и обязанности часового.

3.3. Особенности несения дежурств, вахт и специальных нарядов на пограничных заставах и кораблях морских сил погранвойск.

3.4. Действия дневального по роте.

**4. Боевая подготовка в воинской части (подразделении).**

4.1. Виды и формы боевой подготовки.

Тактическая подготовка. Специальная подготовка. Общая подготовка. Занятия, Тренировки. Боевые учения.

4.2. Подготовка личного состава.

Планирование и учёт боевой подготовки. Занятия по специальности. Тренировки по специальности. Занятия и тренировки по общей подготовке. Планирование и учет боевой подготовки.

**5. Строевая подготовка.**

5.1. Строи и управление ими. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю.

Строй. Элементы строя. Виды строя. Управление строем. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю.

5.2. Строевые приемы и движение без оружия.

Строевая стойка. Повороты на месте. Движение. Повороты в движении.

5.3. Строевые приемы и движение с оружием.

Строевая стойка с оружием. Выполнение приемов с оружием на месте. Повороты и движение с оружием.

5.4. Выполнение воинского приветствия. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.

Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.Выполнение воинского приветствия с оружием на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй.Подход к начальнику и отход от него.

5.5. Строи отделения.

Развернутый строй. Походный строй. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении. Прохождение торжественным маршем в составе отделения.

**6. Огневая подготовка.**

6.1. Материальная часть стрелкового оружия. Автомат Калашникова. Назначение, устройство автомата Калашникова, работа частей и механизмов автомата.

6.2. Разборка и сборка автомата Калашникова.

6.3. Правила стрельбы из автомата Калашникова.

6.4. Малокалиберная винтовка. Основы и правила стрельбы.

6.5. Назначение, боевые свойства ручных гранат.

6.6. Стрелковый поединок. Практические занятия, полевые сборы по выполнению нормативов огневой подготовки.

**7. Тактическая подготовка.**

7.1. Современный бой. Его характеристика.

7.2. Основы общевойскового боя.

7.3. Ориентирование на местности. Виды ориентирования. Практические занятия, полевые сборы по выполнению нормативов ориентирования на местности.

7.4. Сооружение укрытий. Виды укрытий.

**8. Медицинская подготовка.**

8.1. Первая доврачебная помощь в экстремальных ситуациях.

8.2. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях, ранениях.

**9. Радиационная, химическая и биологическая защита.**

9.1. Приемы и способы индивидуальной защиты, преодоление участка местности, зараженной РВ (ОВ, БС).

9.2. Защитные сооружения.

9.3. Средства индивидуальной защиты. Фильтрующие противогазы.

Назначение и устройство общевойскового противогаза. Особенности устройства противогазов ГП-5, ГП-7. Пользование поврежденным противогазом.

Респираторы. Назначение, устройство и правила пользования.

9.4. Приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.

**10. Прикладная физическая подготовка.**

10.1. Общефизическая подготовка.

10.2. Отработка элементов полосы препятствий.

10.3. Отработка элементов рукопашного боя.

10.4. Легкая атлетика.

**11. Комплексные занятия.**

11.1. Посещение воинских частей.

11.2. Учебно-полевые сборы на базе воинской части.

11.3. Посещение музеев воинской славы.

**12. Контрольные занятия.**

12.1. Соревнования на личное и командное первенство.

Разрабатываются преподавателем, методическим объединением на основе имеющихся нормативных документов.

Целью контрольных занятий является закрепление и совершенствование знаний и навыков, полученных обучаемыми на теоретических и практических занятиях по основам обороны государства, воинской службы, по прикладной физической подготовке, гражданской обороне и основам медицинских занятий. Их задача – развивать смекалку, инициативу и находчивость при выполнении нормативов, действий и задач в условиях тактической обстановки, повышенных физических и психологических нагрузок.

**13. Учебно-воспитательная и организационно-массовая работа.**

Тематические праздники, игры, олимпиады, соревнования, учебно-тренировочные сборы.

**14. Итоговое занятие.**

Подведение итогов по программе.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**2-3 годы обучения**

**Вводная тема.** Введение в программу. Техника безопасности. Анкетирование.

**1. Основы подготовки гражданина к военной службе. Начальная военная подготовка.**

1.1. Обязательная подготовка граждан к военной службе – общегосударственный предмет. Её сущность, цели, задачи и значение в современных условиях. Общее содержание программы обязательной подготовки граждан к военной службе.

1.2. Основы подготовки граждан к военной службе.

1.3. Оборона государства – важнейшее дело всего народа.

Назначение, состав и принципы строительства Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Боевые традиции русской армии. История создания ДВО и его боевые традиции.

Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации. Принципы комплектования их личным составом. Ограничение деятельности общественных и иных организаций в Вооруженных Силах Российской Федерации.

1.4. Конституция Российской Федерации, Закон Российской Федерации «Об обороне» и «О воинской обязанности и военной службе», об основных положениях, обуславливающих обороноспособность государства, и об отношении граждан к военной службе.

Военно-учебные заведения Вооруженных Сил Российской Федерации. Правила приема, порядок подготовки и поступления в военно-учебные заведения.

Назначение и порядок прохождения военной и альтернативной службы.

Особенности прохождения военной службы по контракту. Порядок заключения гражданином контракта. Сроки и виды контрактов на прохождение военной службы.

Значение военной присяги в жизни, учебе и боевой деятельности российского воина. История российской военной присяги. Содержание и порядок принятия военной присяги.

**2. Организация повседневной жизни и службы в воинской части (подразделении).**

2.1. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Обязанности военнослужащих по соблюдению воинской дисциплины. Поощрения, применяемые к солдатам. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат за нарушение воинской дисциплины.

2.2. Понятие о воинских уставах. История их создания. Значение воинских уставов в жизни и деятельности военнослужащих и воинских коллективов. Составы военнослужащих, воинские звания и знаки различия.

2.3. Размещение, жизнь и быт военнослужащих воинской части. Ознакомление с вооружением и военной техникой, находящихся на обеспечении воинской части.

2.4. Символика Вооруженных Сил Российской Федерации и их видов, форма одежды военнослужащих. Отдание воинской чести. Порядок и форма обращения военнослужащих друг с другом.

**3. Организация и несение в воинской части (подразделении) дежурств, вахт, специальных нарядов.**

3.1.Назначение и задачи караульной и патрульной служб.

3.2. Обязанности должностных лиц суточного наряда, караула части, патруля и их права по отношению к другим военнослужащим.

3.3. Действия дневального по роте.

3.4. Особенности несения дежурств на пограничных заставах.

**4. Боевая подготовка в воинской части (подразделении).**

4.1. Виды и формы боевой подготовки.

4.2. Подготовка личного состава. Практические занятия.

**5. Строевая подготовка.**

5.1. Строй и его элементы. Обязанности солдат перед построением и в строю.

Выполнение команд «Становись», «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», «Разойдись».

5.2. Строевая стойка. Повороты на месте.

5.3. Строевые приемы и движения без оружия (упражнение №32).

5.4. Строевые приемы и движения с оружием (упражнение №33).

5.5. Выполнение воинского приветствия.

5.5. Строи, отделения. Практические занятия.

**6. Огневая подготовка.**

6.1. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова.

6.2. Разборка и сборка автомата Калашникова. Выполнение нормативов.

6.3. Явление выстрела. Начальная скорость пули. Отдача оружия и угол вылета. Траектория полета пули и ее элементы.

6.4. Общее устройство и принцип работы малокалиберной винтовки ТОЗ-8 и ТОЗ-12. Приемы и правила стрельбы. Выполнение упражнений стрельб из малокалиберной винтовки. Изготовка и стрельба лежа. Тренировка в однообразии прицеливания.

6.5. Меры безопасности при выполнении стрельб. Изготовка к стрельбе лежа с упора. Производство стрельбы (установка предела, прицеливание, спуск курка). Прекращение стрельбы.

6.6. Сведения о взрывчатых веществах. Взрыв и его характеристика. Деление взрывчатых веществ по характеру их действия и практическому применению. Общее устройство боеприпасов. Меры безопасности при обращении с боеприпасами. Правила поведения в войсковых учебных центрах, на стрельбищах и тактических полях.

6.7. Назначение и боевые свойства ручных осколочных гранат и запалов. Работа частей и механизмов гранаты при броске. Меры безопасности при обращении с гранатами.

**7. Тактическая подготовка.**

7.1. Современный бой и его характеристика. Основы общевойскового боя.

7.2. Сущность ориентировки. Определение сторон горизонта по компасу, часам, солнцу и местным предметам.

7.3. Магнитный азимут и его определение. Определение азимутов на местности и направления по магнитным азимутам.

Порядок движения по магнитным азимутам, обход препятствий. Поиск и захват объектов в сочетании с движением по азимутам.

7.4. Ориентирование на местности без карты.

**8. Медицинская подготовка.**

8.1. Понятие о травмах (повреждениях); их виды: механические, электрические, химические, термические и лучевые. Открытые повреждения. Понятие о ране. Классификация ран. Главные осложнения ран: кровопотеря, раневая инфекция, шок. Виды кровотечений и их характеристика. Способы временной остановки кровотечения табельными и подручными средствами.

Профилактика осложнения ран. Понятие об асептике и антисептике. Первая медицинская помощь при ранениях. Целевая классификация повязок (асептическая, окклюзионная, кровоостанавливающая, плазмосберегающая, иммобилизующая, повязка, обеспечивающая редуцированное кровообращение, «лечебная» и др.). Требования к перевязочному материалу. Его виды. Устройство индивидуального перевязочного пакета первой помощи. Правила его применения. Систематизация повязок по виду фиксирующего средства: косыночные, бинтовые, клеевые, лейкопластырные.

8.2. Расчетное выполнение нормативов по оказанию первой медицинской помощи.

**9. Радиационная, химическая и биологическая защита.**

9.1. Приемы и способы индивидуальной защиты.

Назначение, общее устройство специальных средств защиты кожи. Общевойсковой защитный комплект (ОЗК) и Л-1. Правила пользования табельными и подручными средствами защиты кода.

9.2. Защитные сооружения.

Убежища и противорадиационные укрытия (ПРУ), требования, предъявляемые к ним. Приспособление различных помещений под ПРУ. Быстро возводимые защитные сооружения. Оборудование убежища. Состав и обязанности звеньев по обслуживанию убежищ и укрытий.

Размещение и правила поведения укрываемых в убежище. Выполнение практического норматива по заполнению защитного сооружения. Способы эвакуации из заваленного убежища. Простейшие укрытия – щели (открытая и перекрытая). Назначение, защитные свойства, порядок и особенности пользования.

9.3. Средства индивидуальной защиты.

Фильтрующие противогазы. Назначение и устройство общевойскового противогаза. Особенности устройства противогазов ГП-5, ГП-7. Пользование поврежденным противогазом.Респираторы. Назначение, устройство и правила пользования респиратором Р-2, ПТМ-1, ВМП. Практическое изготовление ВМП.

9.4. Приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.

Измеритель мощности дозы. Назначение, принцип действия, тактико-технические характеристики. Уход за приборами. Подготовка прибора к работе. Работа с прибором (измерение мощности дозы на местности и радиоактивного заражения (загрязнения) различных поверхностей и воды).

**10. Прикладная физическая подготовка.**

10.1. Общефизическая подготовка.

Выполнение общефизических упражнений для мышц рук, туловища и ног; упражнения в парах, с набивным мячом, на перекладине (подтягивание, поднос прямых ног, подъем переворотом, выход силой), на гимнастической стенке (углом, вис прогнувшись); на брусьях (сгибание и разгибание рук в упоре и размахивании, угол). Прыжки через коня в длину. Упражнения в лазанье по шесту, канату с помощью ног и на одних руках. Игры с элементами борьбы, переноска грузов, поднимание гири 16, 24 кг (только юноши).

10.2. Отработка элементов полосы препятствий.

Ознакомление с единой полосой препятствий. Объяснение и показ порядка выполнения ОКУ (по элементам).

Тренировка в преодолении полосы препятствий по элементам.

10.3. Отработка элементов рукопашного боя.

Разучивание и тренировка в выполнении подготовительных приемов рукопашного боя (самостраховка, изготовка к бою, передвижение).Выполнение подготовительных приемов в комплексе.

Разучивание и тренировка в выполнении приемов: задняя подножка, связывание противника. Совершенствование приемов самостраховки, изготовки и передвижения.

Разучивание и тренировка приемов защиты от ударов рукой и ногой, освобождение от захватов противника. Совершенствование выполнения приемов: задняя подножка, связывание противника.

Разучивание и тренировка в выполнении приемов защиты от ударов ножом сверху, снизу, сбоку, прямо. Обезоруживание противника.

Разучивание и тренировка в выполнении приемов обезоруживания противника при попытке достать пистолет, угрозе пистолетом в упор, спереди, сзади.

10.4. Легкая атлетика.

Бег на короткие дистанции. Техника бега на короткие дистанции. Техника низкого старта из положения лежа. Тренировка в выполнении команд «Внимание», «Марш». Бег на 400 м. кросс на 1 км.

Разучивание техники бега по пересеченной местности. Тренировка в совершении марш-броска.

Тренировка марш-броска на 3-5 км.

Тренировка марш-броска до 6 км.

**11. Комплексные занятия.**

11.1. Посещение воинских частей.

11.2. Учебно-полевые сборы на базе воинской части.

11.3. Посещение музеев воинской славы.

**12. Контрольные занятия.**

12.1. Соревнования на личное и командное первенство.

Разрабатываются преподавателем, методическим объединением на основе имеющихся нормативных документов.

Целью контрольных занятий является закрепление и совершенствование знаний и навыков, полученных обучаемыми на теоретических и практических занятиях по основам обороны государства, воинской службы, по прикладной физической подготовке, гражданской обороне и основам медицинских занятий. Их задача – развивать смекалку, инициативу и находчивость при выполнении нормативов, действий и задач в условиях тактической обстановки, повышенных физических и психологических нагрузок.

**13. Учебно-воспитательная и организационно-массовая работа.**

Тематические праздники, игры, олимпиады, соревнования, учебно-тренировочные сборы.

**14. Итоговое занятие.**

Подведение итогов по программе. Награждение. Анкетирование.