

Министерство образования и науки Мурманской области  
Государственное автономное нетипичное образовательное учреждение  
Мурманской области «Центр образования «Лапландия»

ПРИНЯТА

методическим советом

Протокол

от 10.06.2024 № 27

Председатель Кор Е.В. Коровина

УТВЕРЖДЕНА

Приказом

ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия»

от 13.06.2024 № 792

Директор Кулаков В. Кулаков



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«Служу Отечеству»

Возраст учащихся: **14-17 лет**

Срок реализации программы: **3 года**

Автор-составитель:  
**Кириллов Александр Михайлович,**  
педагог-организатор

Мурманск  
2024

## Пояснительная записка

### **Область применения программы:**

Направленность программы – социально – гуманитарная.

Уровень программы - базовый.

### **Нормативно-правовая база разработки и реализации программы.**

Дополнительная общеобразовательная программа «Служу Отечеству» (далее - Программа) разработана в соответствии с современными требованиями к структуре и содержанию дополнительных образовательных программ, а также государственными нормативно-правовыми актами в сфере дополнительного образования и патриотического воспитания подрастающего поколения:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» на период 2021-2024 г.;
- Проект Концепции воспитания и развития личности гражданина России в системе образования (ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования»);
- Методические рекомендации «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы» (ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования»);
- Методические рекомендации «Воспитание как целевая функция дополнительного образования детей» (ФГБУК «Всероссийский центр художественного творчества и гуманитарных технологий»);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 22 мая 2020 г. № 15 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1.3597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».

### **Педагогическая целесообразность реализации программы, актуальность.**

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что в современных государственных нормативно-правовых актах в сфере образования отмечается необходимость совершенствования и модернизации содержания и технологий патриотического воспитания, формирования гражданской идентичности на основе присущей российскому обществу ценностей, внедрения новых практико-ориентированных форм и методов патриотической деятельности, которые способствовали бы формированию активной гражданской позиции подрастающего поколения, в том числе, идеалов служения Отечеству. Ведь сегодня одним из важнейших ориентиров для гражданина Российской Федерации является служба в рядах вооруженных сил.

Программа направлена на формирование комплексного представления учащихся об особенностях военной службы в российской армии, получение базовых военно-практических и военно-теоретических навыков в рамках допризывной подготовки. Содержание программы выстроено в соответствии с возрастными психологическими закономерностями и особенностями личностного роста, отвечает современным требованиям к организации патриотического воспитания и допризывной подготовки, а также учитывает современные формы и методы патриотического воспитания.

Структура программы выстроена по принципу взаимосвязанных образовательных блоков, освоение содержания которых поможет обучающимся последовательно и систематично осваивать основы военного дела, развивать навыки социального взаимодействия, формировать гражданскую активность по принципу «от простого к сложному».

Последовательность образовательных блоков может комбинироваться в зависимости от актуальных запросов и потребностей обучающихся, текущих задач, стоящих перед обучающимися в объединении.

#### **Область применения**

Недостаточность устоявшихся подходов к организации допризывной подготовки детей и молодежи в части формирования устойчивых морально-волевых и психологических качеств личности, а также необходимость соблюдения принципов здоровьесберегающего обучения обусловила необходимость разработки специального образовательного блока, связанного с военно-психологической подготовкой учащихся в рамках социально-психологических тренингов (далее - СПТ). СПТ, в том числе, будут способствовать социальной адаптации и социализации обучающихся с особенностями развития личности.

**Новизна программы** заключается в практической направленности деятельности учащихся в области военной подготовки, а также деятельности, которая направлена на формирование практических навыков действий в экстремальных и чрезвычайных условиях, оказания первой медицинской помощи и др.

Необходимость разработки и внедрения Программы обуславливается, в том числе, недостаточным количеством учебного времени, выделяемого в общеобразовательной школе на освоение содержания отдельных разделов учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», а именно военно-тактическую (стрелковую) подготовку, оказание первой помощи, отработку практических навыков выживания в экстремальных условиях и др. Поэтому в структуру программы внедрены практикоориентированные блоки, позволяющие сформировать жизненно важные компетенции, которые могут быть применены и в условиях допризывной подготовки.

В рамках 1 и 2 года обучения образовательная деятельность проходит в основном в форме групповых и коллективных занятий, на 3 обучения - индивидуальная работа с учащимися, а также развитие наставничества с применением технологии «равный-равному».

**Цель** – создание условий для развития навыков военного дела посредством военно-прикладной и военно-теоретической подготовки учащихся.

#### **Задачи 1 года обучения:**

##### **Обучающие:**

- получить знания и навыки военного дела, необходимые для прохождения военной службы по призыву и контракту, выбора профессии и продолжения дальнейшего обучения.
- знать о правилах и способах оказания первой помощи, уметь применять знания на практике;
- усвоить основы строевой подготовки, выполнять основные строевые приемы в соответствии со Строевым уставом;
- получить знания об истории создания и развития оружия России;

- получать теоретические знания по стрелковой подготовке, научиться приемам и правилам стрельбы из автомата Калашникова АК-47 и пистолета ПМ, мерам безопасности при обращении с оружием;
- получить представления по основам тактической подготовки, самообороны и самозащиты.

#### **Развивающие:**

- повысить интерес к занятиям спортивно-оздоровительной деятельностью;
- усилить установки на здоровый и безопасный образ жизни, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- формировать бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей; разовьется коммуникабельность, умение работать в коллективе;
- развивать навыки самостоятельного формирования своего мировоззрения, оценивать значимость событий и самого себя, пересматривать свои потребности исходя из интересов коллектива, регулировать, осмысливать мотивы и последствия своих поступков;
- формировать активную жизненную позицию;
- привить умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты; социальные навыки поведения и установок на самостоятельное решение проблемных ситуаций; навыки работы в группе, в команде;
- приобрести умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения с учетом гражданских и нравственных ценностей; разовьется эмоциональная устойчивость в сложных жизненных ситуациях;
- развивать творческие и организаторские способности обучающихся;
- знать правила и приемы физического поддержания оптимального здоровья, активности и трудоспособности.

#### **Воспитательные:**

- повысить общую культуру, морально – психологические качества,
- повысить дисциплинированность, правила воинской вежливости, гражданственность, патриотизм, чувство гордости за Россию, героизм и отвага;
- развивать дружелюбие, чувство коллективизма, выдержку, уверенность, взаимопомощь и самоконтроль;
- прививать ответственность за жизнь и здоровье окружающих, взаимопомощь;
- формировать или усилить культуру самопознания, саморазвития и самовоспитания;
- развивать физическую выносливость и стойкость;
- развивать коммуникативность, умение работать в коллективе;
- формировать положительную мотивацию к прохождению воинской службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.

#### **Задачи 2 года обучения:**

##### **Обучающие:**

- получить знания и навыки военного дела, необходимые для прохождения военной службы по призыву и контракту, выбора профессии и продолжения дальнейшего обучения.
- знать правила и способы оказания первой помощи, уметь применять знания на практике;
- усвоить выполнение строевых приемов строевой подготовки в соответствии со Строевым уставом;

- получить практические навыки по стрелковой подготовке из автомата Калашникова АК-47 и пистолета ПМ, меры безопасности при обращении с оружием;
- получить практические навыки по основам тактической подготовки, самообороны и самозащиты.

**Развивающие:**

- прививать интерес к занятиям спортивно-оздоровительной деятельностью;
- формировать навыки бережного, ответственного и компетентного отношения к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей; развить коммуникабельность, умение работать в коллективе;
- укреплять умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты; социальные навыки поведения и установок на самостоятельное решение проблемных ситуаций; закрепятся навыки работы в группе, в команде;
- формировать способность самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- укрепить творческие и организаторские способности учащихся;
- овладеть навыками физического поддержания оптимального здоровья, активности и трудоспособности.

**Воспитательные:**

- повысить общую культуру, морально – психологические качества,
- -повысить дисциплинированность, правила воинской вежливости, гражданственность, патриотизм, чувство гордости за Россию, героизм и отвага;
- проявить дружелюбие, чувства коллективизма, выдержки, уверенности, взаимопомощи и самоконтроля;
- привить ответственность за жизнь и здоровье окружающих, взаимопомощь;
- сформировать культуру самопознания, саморазвития и самовоспитания;
- развить физическую выносливость и стойкость;
- - развить коммуникативность, умение работать в коллективе;
- сформировать положительную мотивацию к прохождению воинской службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.

**Задачи 3 года обучения:**

**Упор на индивидуальное развитие учащихся.**

**Обучающие:**

- получить углубленные знания и навыки военного дела, необходимые для прохождения военной службы по призыву и контракту, выбора профессии и продолжения дальнейшего обучения.
- получить навыки правил и способов оказания первой помощи, уметь применять знания на практике;
- сформировать навыки выполнения строевых приемов строевой подготовки в соответствии со Строевым уставом и применять в практической деятельности;
- получить углубленные знания об истории создания и развития оружия России, истории России и Российской армии, вооруженных силах РФ;
- получить практические навыки по стрелковой подготовке из автомата Калашникова АК-47 и пистолета ПМ, мерам безопасности при обращении с оружием;
- получить специальные практические навыки по основам тактической подготовки, самообороны и самозащиты.
- получить знания и навыки туристкой подготовки и выживания.

**Развивающие:**

- формировать установки на здоровый и безопасный образ жизни, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- развить интерес к занятиям спортивно-оздоровительной деятельностью;
- усилить навыки бережного, ответственного и компетентного отношения к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей; разовьется коммуникабельность, умение работать в коллективе;
- развить привычку самостоятельно формировать свое мировоззрение, оценивать значимость событий и самого себя, пересматривать свои потребности исходя из интересов коллектива, регулировать, осмысливать мотивы и последствия своих поступков; усилится активную жизненную позицию;
- закрепить умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты; социальные навыки поведения и установок на самостоятельное решение проблемных ситуаций; закрепить навыки работы в группе, в команде;
- усилить способность самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- закрепить эмоциональную устойчивость в сложных жизненных ситуациях;
- укрепить творческие и организаторские способности учащихся;
- овладеть навыками физического и психологического поддержания оптимального здоровья, активности и трудоспособности;

#### **Воспитательные:**

- повысить дисциплинированность, правила воинской вежливости, гражданственность, патриотизм, чувство гордости за Россию, героизм и отвага;
- закрепить дружелюбие, чувства коллективизма, выдержки, уверенности, взаимопомощи и самоконтроля;
- закрепить ответственность за жизнь и здоровье окружающих, взаимопомощь;
- усилить культуру самопознания, саморазвития и самовоспитания;
- усилить положительную мотивацию к прохождению воинской службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.

**Адресат программы:** программа предназначена для учащихся 14-17 лет.

**Форма реализации программы:** очная.

**Срок освоения программы** – программа рассчитана на 3 года обучения:

**Объем программы:** первый год обучения — 216 часов, второй год обучения — 216 часов, третий год обучения — 216 часов.

**Режим занятий:** 3 раза в неделю в свободное от учебы время по 2 академических часа, продолжительность занятия – 45 минут.

**Наполняемость группы** – 12 человек.

**Форма организации занятий:** индивидуальная, индивидуально-групповая, групповая.

**Виды занятий:** лекции, практические занятия, полевые выходы, экскурсии, социально-психологические тренинги; участие в смотрах, соревнованиях; организация встреч с ветеранами; проведение совместных дел с военнослужащими; военно-спортивно-тактические игры;

#### **Формы контроля:**

- тестирование
- зачет
- сдача нормативов
- участие в конкурсах и соревнованиях
- опрос
- собеседование

**Ожидаемые результаты 1 года обучения:****Предметные:**

- учащиеся получают первичные знания и навыки военного дела, необходимые для прохождения военной службы по призыву и контракту, выбора профессии и продолжения дальнейшего обучения.
- учащиеся будут знать о правилах и способах оказания первой доврачебной помощи, уметь применять знания на практике;
- учащиеся будут знать правила и приемы физического поддержания оптимального здоровья, активности и трудоспособности;
- усвоят основы строевой подготовки, будут выполнять основные строевые приемы в соответствии со Строевым уставом;
- учащиеся получают знания об истории создания и развития оружия России;
- учащиеся получают теоретические знания по стрелковой подготовке, научатся приемам и правилам стрельбы из автомата Калашникова АК-47 и пистолета ПМ, мерам безопасности при обращении с оружием;
- учащиеся получают представления по основам тактической подготовки, самообороны и самозащиты.

**Метапредметные:**

- учащиеся повысят интерес к занятиям спортивно-оздоровительной деятельностью;
- у учащихся усилятся установки на здоровый и безопасный образ жизни, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- у учащихся сформируется бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей; разовьется коммуникабельность, умение работать в коллективе;
- у учащихся разовьются навыки самостоятельно формировать свое мировоззрение, оценивать значимость событий и самого себя, пересматривать свои потребности исходя из интересов коллектива, регулировать, осмысливать мотивы и последствия своих поступков; усилится активная жизненная позиция;
- появится умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты; социальные навыки поведения и установок на самостоятельное решение проблемных ситуаций; навыки работы в группе, в команде;
- сформируется умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения с учетом гражданских и нравственных ценностей; разовьется эмоциональная устойчивость в сложных жизненных ситуациях; разовьются творческие и организаторские способности обучающихся;

**Личностные:**

- повысится общая культура, морально – психологические качества,
- -повысится дисциплинированность, правила воинской вежливости, гражданственность, патриотизм, чувство гордости за Россию, героизм и отвага;
- появится дружелюбие, чувства коллективизма, выдержки, уверенности, взаимопомощи и самоконтроля;
- привьется ответственность за жизнь и здоровье окружающих, взаимопомощь;
- сформируется или усилится культура самопознания, саморазвития и самовоспитания;
- разовьется физическая выносливость и стойкость;
- разовьется коммуникативность, умение работать в коллективе;
- сформируется положительная мотивация к прохождению воинской службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.

**Ожидаемые результаты 2 года обучения:**

**Предметные:**

- учащиеся получают углубленные знания и навыки военного дела, необходимые для прохождения военной службы по призыву и контракту, выбора профессии и продолжения дальнейшего обучения.
- учащиеся будут знать о правилах и способах оказания первой помощи, уметь применять знания на практике;
- учащиеся будут владеть навыками физического поддержания оптимального здоровья, активности и трудоспособности;
- усвоят выполнение основных строевых приемов строевой подготовки в соответствии со Строевым уставом;
- учащиеся получают более углубленные знания об истории создания и развития оружия России;
- учащиеся получают практические навыки по стрелковой подготовке из автомата Калашникова АК-47 и пистолета ПМ, мерам безопасности при обращении с оружием;
- учащиеся получают практические навыки по основам тактической подготовки, самообороны и самозащиты.

**Метапредметные:**

- повышение интереса к занятиям спортивно-оздоровительной деятельностью;
- сформируются установки на здоровый и безопасный образ жизни, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- у учащихся сформируются навыки бережного, ответственного и компетентного отношения к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей; разовьется коммуникабельность, умение работать в коллективе;
- у учащихся разовьется привычка самостоятельно формировать свое мировоззрение, оценивать значимость событий и самого себя, пересматривать свои потребности исходя из интересов коллектива, регулировать, осмысливать мотивы и последствия своих поступков; усилится активная жизненная позиция;
- укрепится умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты; социальные навыки поведения и установок на самостоятельное решение проблемных ситуаций; закрепятся навыки работы в группе, в команде;
- сформируется способность самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- закрепится эмоциональная устойчивость в сложных жизненных ситуациях;
- еще больше укрепятся творческие и организаторские способности учащихся;

**Личностные:**

- повысится общая культура, морально – психологические качества,
- повысится дисциплинированность, правила воинской вежливости, гражданственность, патриотизм, чувство гордости за Россию, героизм и отвага;
- проявится дружелюбие, чувства коллективизма, выдержки, уверенности, взаимопомощи и самоконтроля;
- привьется ответственность за жизнь и здоровье окружающих, взаимопомощь;
- сформируется или усилится культура самопознания, саморазвития и самовоспитания;
- разовьется физическая выносливость и стойкость;
- разовьется коммуникативность, умение работать в коллективе;
- у молодых людей сформируется или усилится положительная мотивация к прохождению воинской службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.

**Ожидаемые результаты 3 года обучения:**

**Упор делается на индивидуальную работу с учащимися.**

**Предметные:**

- получение обучающимися углубленных знаний и формирование навыков военного дела, необходимых для прохождения военной службы по призыву и контракту, выбора профессии и продолжения дальнейшего обучения.
- учащиеся будут знать и применять, использовать навыки и правила и способы оказания первой помощи в практической деятельности;
- у учащихся сформируются навыки выполнения строевых приемов строевой подготовки в соответствии со Строевым уставом;
- у учащихся расширятся знания об истории создания и развития оружия России, истории России и Российской армии, вооруженных силах РФ;
- учащиеся получают практические навыки по стрелковой подготовке из автомата Калашникова АК-47 и пистолета ПМ, мерах безопасности при обращении с оружием;
- учащиеся получают специальные практические навыки по основам тактической подготовки, самообороны и самозащиты.
- учащиеся получают знания и навыки основ туристкой подготовки, основах выживания.
- учащиеся получают знания и навыки туристкой подготовки и выживания.

**Метапредметные:**

- у учащихся сформируется интерес к занятиям спортивно-оздоровительной деятельностью;
- у учащихся сформируются установки на здоровый и безопасный образ жизни, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- у учащихся сформируются навыки бережного, ответственного и компетентного отношения к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей; разовьется коммуникативность, умение работать в коллективе;
- у учащихся разовьется привычка самостоятельно формировать свое мировоззрение, оценивать значимость событий и самого себя, пересматривать свои потребности исходя из интересов коллектива, регулировать, осмысливать мотивы и последствия своих поступков; усилится активная жизненная позиция;
- укрепится умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты; социальные навыки поведения и установок на самостоятельное решение проблемных ситуаций; закрепятся навыки работы в группе, в команде;
- сформируется способность самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- закрепится эмоциональная устойчивость в сложных жизненных ситуациях; укрепятся творческие и организаторские способности учащихся;

**Личностные:**

- повысится общая культура, морально – психологические качества, повысится дисциплинированность, правила воинской вежливости, гражданственность, патриотизм, чувство гордости за Россию, героизм и отвага;
- проявится дружелюбие, чувства коллективизма, выдержки, уверенности, взаимопомощи и самоконтроля;
- привьется ответственность за жизнь и здоровье окружающих, взаимопомощь;
- сформируется или усилится культура самопознания, саморазвития и самовоспитания;
- разовьется физическая выносливость и стойкость;
- разовьется коммуникативность, умение работать в коллективе;
- у молодых людей сформируется или усилится положительная мотивация к прохождению воинской службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**1 год обучения.**

№ п/п	Наименование дисциплин	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
Блок 1	Вводное занятие Инструктаж по технике безопасности, охране труда и пожарной безопасности.	2	-	2	тестирование
Блок 2	Основы психологической подготовки	2	6	8	наблюдение
Блок 3	Военно-правовая подготовка. Уставы Вооруженных сил РФ	4	-	4	наблюдение
Блок 4	Тактическая подготовка, действия в различных условиях.	4	10	14	тестирование
Блок 5	Огневая подготовка.	2	34	36	наблюдение
Блок 6	Строевая подготовка.	3	11	14	наблюдение
Блок 7	История развития Вооруженных сил Российской Федерации	8	4	12	тестирование
Блок 8	Основы военно-прикладной подготовки с элементами самообороны	2	20	22	сдача нормативов
Блок 9	Стрельба из лука	2	24	26	сдача нормативов
Блок 10	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях.	6	20	26	тестирование
Блок 11	Первая помощь (Изучение алгоритмов)	4	24	28	тестирование сдача нормативов
Блок 12	Горная подготовка	2	6	8	наблюдение
Блок 13	Военная топография	2	2	4	наблюдение
Блок 14	Средства связи	1	1	2	тестирование
Блок 15	Инженерная подготовка	1	3	4	тестирование
Блок 16	Радиационная, химическая и биологическая защита	1	3	4	тестирование сдача нормативов
Блок 17	Заключительное занятие	1	1	2	

	Задание- рекомендация на летние каникулы				
	<b>Всего</b>	<b>49</b>	<b>167</b>	<b>216</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

### **Блок 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности, охране труда и противопожарной безопасности (2 часа).**

*Теория (2 часа):* План работы на учебный год. Режим занятий. Знакомство с учащимися. Первичный инструктаж по мерам безопасности. Знакомство с группой. Правила поведения в кабинете, соблюдение мер предосторожности на практических занятиях. Вводный мониторинг.

*Форма проведения:* беседа, тестирование.

### **Блок 2. Основы психологической подготовки (8 часов).**

*Теория (2 часа):* понятия: «психотренинг», «коллектив», «коллективное», «самооценка», «патриотизм», «отвага», «героизм». Правила адаптации в новом коллективе.

*Практика (6 часов):* изучение навыков общения, умение расположить к себе человека, умение избегать конфликтов.

*Форма проведения:* практические занятия, тренинг, тестирование.

### **Блок 3. Военно-правовая подготовка. Уставы Вооруженных сил Российской Федерации (4 часа).**

*Теория (4 часа):*

Общие положения Уставов ВС РФ, боевое знамя, военнослужащие ВС РФ и взаимоотношения между ними, обязанности солдата и матроса, знаки различия, погоны, размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок, воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания, виды суточных нарядов, обязанности несущих наряд, организация гарнизонной и караульной службы.

*Форма проведения:* беседа, практические занятия, доклады.

### **Блок 4. Тактическая подготовка, действия в различных условиях (14 часов).**

*Теория (4 часа):*

Общие положения о тактической подготовке, техника безопасности, организация и вооружение мотострелкового отделения на БМП, организация и вооружение мотострелкового отделения на БТР, боевые возможности мотострелкового отделения. Оборудование лазертаг. Современный общевойсковой бой: характеристика современного боя, средства поражения в бою, виды боя.

*Практика (10 часов):*

Походный и боевой порядок мотострелкового отделения, условия, обеспечивающие успешное выполнение боевых задач, огонь и его виды, своевременное обнаружение противника, сочетание огня с движением и применением маневра, умелые действия ночью, отработка действий подразделения.

Боевое обеспечение: разведка, маскировка.

*Форма проведения:* беседа, практические занятия. Проведение практического занятия с использованием оборудования лазертага.

### **Блок 5. Огневая подготовка (36 часа).**

*Теория (2 часа):*

Краткие сведения о внутренней и внешней баллистике. Внутренняя баллистика, внешняя баллистика, влияние температуры на полет пули, влияние ветра на полет пули, значение прямого выстрела для поражения цели, измерение угловых величин и определение расстояний.

Оптические прицелы и приборы наблюдения: устройство оптических прицелов, краткая характеристика оптических прицелов.

Подготовка, отладка и приведение к бою винтовки: меры безопасности при обращении с оружием, пневматические винтовки и пистолеты, малокалиберная винтовка, основы и правила стрельбы, стрельба в тире, стрельба в интерактивном тире РУБИНТИР на кучность и результат, счет мишеней, устройство гранаты.

*Практика (34 часа):*

Тренировка стрельбы без патрона, тренировка в стрельбе по белому листу, тренировка в стрельбе по мишени на кучность, тренировка в стрельбе на результат, контрольные выстрелы, бросание гранаты.

*Форма проведения:* беседа, практические занятия, доклады.

#### **Блок 6. Строевая подготовка (14 часов).**

*Теория (3 часа):* общие положения о Строевом Уставе Вооруженных сил РФ, техника безопасности, обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.

*Практика (11 часов):* строевые приемы и движения без оружия, строевая стойка, повороты на месте, движение, повороты в движении, строевые движения с оружием, строевая стойка с оружием, выполнение приемов с оружием на месте, построения подразделений в пешем порядке, выполнение строевых приемов в составе подразделений.

*Форма проведения:* беседа, практические занятия.

#### **Блок 7. История развития Вооруженных сил Российской Федерации (12 часов).**

*Теория (8 часов):*

История развития стрелкового вооружения, история развития авиации, история развития сухопутного вооружения (артиллерия, танки, бронемашин), история развития кораблей и подводного флота.

*Практика (4 часа):* Просмотр и обсуждение видеофильмов по темам: история развития стрелкового вооружения, история развития авиации, история развития сухопутного вооружения (артиллерия, танки, бронемашин), история развития кораблей и подводного флота.

*Форма проведения:* беседа, практические занятия, доклады, видеопросмотр, обсуждение.

*Форма подведения итогов:* рефлексия, тестирование.

#### **Блок 8. Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны (22 часа)**

*Теория (2 часа):* техника безопасности, способы выполнения упражнений.

*Практика (20 часов):* знакомство с основными средствами самообороны (их назначение, устройство и технические характеристики), упражнения для формирования правильной осанки, упражнения для развития координации и точности движений, упражнения для развития вестибулярного аппарата, упражнения для развития ловкости. Комплексное упражнение на ловкость, развитие выносливости, овладение навыками самостраховки (кувырки, падения), защитные действия руками и ногами, освобождение от захватов противника, обезоруживание противника при ударе ножом, обезоруживание противника при угрозе пистолетом.

*Форма проведения:* обсуждение учебных фильмов, практические занятия.

#### **Блок 9. Стрельба из лука. (26 часов)**

*Теория (2 часа):* техника безопасности, стойки, устройство лука, стрел, способы выполнения упражнений.

*Практика (24 часа):* отработка практических навыков, стрельба с места, с поворота в движении.

*Форма проведения:* практические занятия.

#### **Блок 10: Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях (26 часов).**

*Теория (6 часов):* понятие «выживаемость», понятия «адаптированность», «самообеспечение», «боевая психология», «малая боевая единица», правила адаптации в новых условиях.

*Практика (20 часов):* преодоление неблагоприятных факторов окружающей среды (температуры, отсутствия пищи, воды, нахождение необходимых ресурсов), поведение и

опасности в зимний период, поведение на льду, поведение в лесу, правила походной жизни, роли в походе.

*Форма проведения:* практические занятия, тренинг, тестирование.

#### **Блок 11: Первая помощь (28 часов).**

*Теория (4 часа):* личная гигиена, алгоритмы оказания первой помощи, способы эвакуации пострадавшего, понятие «травма», «жгут», «шина», правила оказания первой помощи при различных травмах, правила переноски пострадавшего.

*Практика (24 часа):* наложение жгута, наложение шины, бинтование ран, проведение искусственного дыхания и непрямого массажа сердца, изготовление транспортировочных средств, переноска пострадавшего.

*Форма проведения:* практические занятия, беседа с медицинским работником.

Контроль успешности проводится по знанию алгоритмов первой помощи (см. Приложение 5)

#### **Блок 12. Горная подготовка (8 часов).**

*Теория (2 часа):* техника безопасности при действиях в горной местности, узлы (см. Приложение 7).

*Практика (6 часов):* Вязание узлов, использование страховки, разработка маршрутов передвижения в горной местности по карте (см. Приложение 7, Приложение 8)

*Форма проведения:* практические занятия, беседа.

#### **Блок 13. Военная топография (4 часа).**

*Теоретические знания (2 часа):* ориентирование на местности без карты, общие сведения о топографической карте.

*Практические знания (2 часа):* ориентирование и передвижение по карте.

*Форма проведения:* практические занятия, беседа.

#### **Блок 14. Средства связи (2 часа).**

*Теория (1 час):* назначение и тактико-технические характеристики проводных станций.

*Практика (1 час):* подготовка станции к работе, проверка работоспособности станции, подключение станции.

*Форма проведения:* практические занятия, беседа.

#### **Блок 15. Инженерная подготовка (4 часа).**

*Теория (1 час):* характеристика современных военных инженерных сооружений: окопы, блиндажи, укрытия и др.

Инженерные инструменты и приспособления.

*Практика (3 часа):*

Создание средств индивидуальной (стрелковая ячейка) и коллективной защиты от противника(окоп).

*Форма проведения:* практические занятия, беседа.

#### **Блок 16. Радиационная, химическая и биологическая защита (4 часа).**

*Теория (1 час):* характеристика современных средств поражения, поражающие факторы, ядерное, химическое, бактериологическое оружие, средства индивидуальной и коллективной защиты.

*Практика (3 часа):* одевание противогаза и комплекта ОЗК.

*Форма проведения:* практические занятия, беседа.

#### **Блок 17. Заключительное занятие (2 часа).**

*Теория (1 час):* Подведение итогов. Задание-рекомендация на летние каникулы.

*Практика (1 час):* проведение мониторинга, торжественного построения.

*Форма проведения:* беседа, тестирование.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**2 год обучения**

№ п/п	Наименование дисциплин	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
Блок 1	Вводное занятие Инструктаж по технике безопасности, охране труда и противопожарной безопасности.	2	-	2	тестирование
Блок 2	Основы психологической подготовки поведения в бою	2	6	8	наблюдение
Блок 3	Военно-правовая подготовка. Уставы Вооруженных сил РФ (продолжение изучения)	4	-	4	наблюдение
Блок 4	Тактическая подготовка, действия в различных условиях.	3	13	16	тестирование
Блок 5	Огневая подготовка.	3	35	38	тестирование
Блок 6	Строевая подготовка.	2	10	12	наблюдение
Блок 7	Развитие на нынешнем этапе Вооруженных сил Российской Федерации	2	6	8	доклад
Блок 8	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	2	24	26	сдача нормативов
Блок 9	Стрельба в интерактивном тире	2	18	20	сдача нормативов
Блок 10	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях.	6	28	34	тестирование
Блок 11	Первая помощь	6	21	27	тестирование сдача нормативов
Блок 12	Горная подготовка	2	5	7	наблюдение
Блок 13	Военная топография	2	2	4	наблюдение
Блок 14	Средства связи	1	1	2	тестирование
Блок 15	Инженерная подготовка	1	1	2	тестирование
Блок 16	Радиационная, химическая и биологическая защита	1	3	4	Тестирование сдача нормативов

Блок 17	Заключительное занятие Задание-рекомендация на летние каникулы	1	1	2	
	<b>Всего</b>	<b>44</b>	<b>172</b>	<b>216</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

### **Блок 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности, охране труда и противопожарной безопасности. (2 часа)**

*Теория (2 часа):* план работы на учебный год. Режим занятий. Знакомство с учащимися. Первичный инструктаж по мерам безопасности. Знакомство с группой. Правила поведения в кабинете, соблюдение мер предосторожности на практических занятиях. Вводный мониторинг.

*Форма проведения:* беседа, тестирование.

### **Блок 2. Основы психологической подготовки поведения в бою (8 часов).**

*Теория (2 часа):* понятие «боевая психология», понятия «малая боевая единица», «коллективное», «самооценка», «патриотизм», «отвага», «героизм», правила адаптации в экстремальных условиях.

*Практика (6 часов):* изучение навыков быстрого реагирования, умение принимать правильные решения в экстремальной ситуации.

*Форма проведения:* практические занятия, тренинг, тестирование.

### **Блок 3. Военно-правовая подготовка. Уставы Вооруженных сил Российской Федерации (4 часа).**

*Теория (4 часа):*

повторение и закрепление: общие положения Уставов ВС РФ, боевое знамя, военнослужащие ВС РФ и взаимоотношения между ними, обязанности солдата и матроса, знаки различия, погоны, размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок, воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания, виды суточных нарядов, обязанности несущих наряд, организация гарнизонной и караульной службы.

*Форма проведения:* беседа, практические занятия, доклады.

### **Блок 4. Тактическая подготовка, действия в различных условиях (16 часов).**

*Теория (3 часа):*

общие положения о тактической подготовке, техника безопасности, организация и вооружение мотострелкового отделения на БМП, организация и вооружение мотострелкового отделения на БТР, боевые возможности мотострелкового отделения.

Современный общевойсковой бой: характеристика современного боя, средства поражения в бою, виды боя.

*Практика (13 часов):*

походный и боевой порядок мотострелкового отделения, условия, обеспечивающие успешное выполнение боевых задач, огонь и его виды, своевременное обнаружение противника, сочетание огня с движением и применением маневра, умелые действия ночью, отработка действий подразделения.

Боевое обеспечение: разведка, маскировка.

*Форма проведения:* беседа, практические занятия. Турнир по лазертагу (практические игры с использованием оборудования лазертага).

### **Блок 5. Огневая подготовка (38 часов).**

*Теория (3 часа): Доклады учащихся:*

краткие сведения о внутренней и внешней баллистике. Внутренняя баллистика, внешняя баллистика, влияние температуры на полет пули, влияние ветра на полет пули, значение

прямого выстрела для поражения цели, измерение угловых величин и определение расстояний.

Оптические прицелы и приборы наблюдения: устройство оптических прицелов, краткая характеристика оптических прицелов.

Подготовка, отладка и приведение к бою винтовки: меры безопасности при обращении с оружием, пневматические винтовки и пистолеты, малокалиберная винтовка, основы и правила стрельбы, стрельба в тире, стрельба в интерактивном тире РУБИНТИР на кучность и результат счет мишеней, устройство гранаты.

*Практика (35 часов):*

выполнение упражнений на значок «Юный стрелок»: тренировка стрельбы без патрона, тренировка в стрельбе по белому листу, тренировка в стрельбе по мишени на кучность, тренировка в стрельбе на результат, контрольные выстрелы, бросание гранаты.

*Форма проведения:* беседа, практические занятия с использованием оборудования лазертаг, доклады.

#### **Блок 6. Строевая подготовка (12 часов). Повторение.**

*Теория (2 часа):* общие положения о Строевом Уставе Вооруженных сил РФ, техника безопасности, обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.

*Практика (10 часов):* строевые приемы и движения без оружия, строевая стойка, повороты на месте, движение, повороты в движении, строевые движения с оружием, строевая стойка с оружием, выполнение приемов с оружием на месте, построения подразделений в пешем порядке, выполнение строевых приемов в составе подразделений.

*Форма проведения:* беседа, практические занятия.

#### **Блок 7. Развитие Вооруженных сил Российской Федерации на современном этапе (8 часов).**

*Теория (2 часа):*

современное развитие стрелкового вооружения, авиации, сухопутного вооружения (артиллерия, танки, бронемашин), кораблей и подводного флота.

*Практика (6 часов):* просмотр и обсуждение видеофильмов по темам: современное развитие стрелкового вооружения, авиации, сухопутного вооружения (артиллерия, танки, бронемашин), кораблей и подводного флота.

*Форма проведения:* беседа, практические занятия, доклады, просмотр видео, обсуждение.

*Форма подведения итогов:* рефлексия, тестирование.

#### **Блок 8. Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны (26 часов)**

*Теория (2 часа):* техника безопасности, способы выполнения упражнений.

*Практика (24 часа):* знакомство с основными средствами самообороны (их назначение, устройство и технические характеристики), упражнения для формирования правильной осанки, упражнения для развития координации и точности движений, упражнения для развития вестибулярного аппарата, упражнения для развития ловкости. Комплексное упражнение на ловкость, развитие выносливости, овладение навыками самостраховки (кувырки, падения), защитные действия руками и ногами, освобождение от захватов противника, обезоруживание противника при ударе ножом, обезоруживание противника при угрозе пистолетом.

*Форма проведения:* обсуждение учебных фильмов, практические занятия.

#### **Блок 9. Стрельба в интерактивном тире. (20 часов)**

*Теория (2 часа):* техника безопасности, стойки, устройство интерактивного тира, способы выполнения упражнений.

*Практика (18 часов):* отработка практических навыков, стрельба с места, с поворота в движении.

*Форма проведения:* практические занятия, тренинг.

#### **Блок 10: Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях (34 часа).**

*Теория (6 часов):* понятия «создание группы», «адаптированность группы», «самообеспечение группы», правила адаптации в экстремальных условиях.

*Практика (28 часов):* организация и распределение обязанностей в группе, преодоление неблагоприятных факторов окружающей среды (температуры, отсутствия пищи, воды, нахождение необходимых ресурсов), поведение и опасности в зимний период, поведение на льду, поведение в лесу, правила походной жизни, роли в походе.

*Форма проведения:* практические занятия, тренинг, тестирование.

#### **Блок 11: Первая помощь (27 часов).**

*Теория (6 часов):* поведение и оказание помощи в боевых условиях: личная гигиена, способы эвакуации пострадавшего, понятие «травма», «жгут», «шина», правила оказания первой помощи при различных травмах, правила переноски пострадавшего.

*Практика (21 час):* наложение жгута, наложение шины, бинтование ран, проведение искусственного дыхания и непрямого массажа сердца, изготовление транспортировочных средств, переноска пострадавшего.

*Форма проведения:* практические занятия, беседа с медицинским работником.

Контроль успешности проводится по знанию алгоритмов первой помощи (см. Приложение 5)

#### **Блок 12. Горная подготовка (7 часов)**

*Теория (2 часа):* техника безопасности при действиях в горной местности, узлы (Приложение 7).

*Практика (5 часов):* вязание узлов, использование страховки, разработка маршрутов передвижения в горной местности по карте (приложение 7,8)

*Форма проведения:* практические занятия, беседа.

#### **Блок 13. Военная топография (4 часа).**

*Теоретические знания (2 часа):* ориентирование на местности без карты, сведения о военных картах, специальные обозначения.

*Практические знания (2 часа):* ориентирование и передвижение по карте.

*Форма проведения:* практические занятия, беседа.

#### **Блок 14. Средства связи (2 часа).**

*Теория (1 час):* назначение и тактико-технические характеристики современных радио - станций.

*Практика (1 час):* подготовка станции к работе, проверка работоспособности станции, подключение станции.

*Форма проведения:* практические занятия, беседа.

#### **Блок 15. Инженерная подготовка (2 часа).**

*Теория (1 час):* характеристика современных военных инженерных сооружений: окопы, блиндажи, укрытия и др.

Инженерные инструменты и приспособления.

*Практика (1 час):*

создание средств индивидуальной (стрелковая ячейка) и коллективной защиты от противника (окоп).

*Форма проведения:* практические занятия, беседа.

#### **Блок 16. Радиационная, химическая и биологическая защита (4 часа).**

*Теория (1 час):* характеристика современных средств поражения, поражающие факторы, ядерное, химическое, бактериологическое оружие, средства индивидуальной и коллективной защиты.

*Практика (3 часа):* одевание противогаза и комплекта ОЗК.

*Форма проведения:* практические занятия, беседа.

*Форма проведения:* беседа, тестирование, защита реферата.

#### **Блок 17. Заключительное занятие (2 часа).**

*Теория (1 час):* подведение итогов. Задание-рекомендация на летние каникулы.

*Практика (1 час):* проведение мониторинга, торжественного построения.

Форма проведения: беседа, тестирование.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН 3 года обучения.

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	2	-	
<b>Общая специализированная подготовка</b>					
1.1.	Общественно-государственная подготовка	5	4	1	Зачет
1.2.	Психологическая подготовка	6	4	2	Целенаправленное наблюдение
<b>Начальная военная подготовка</b>					
2.1.	Основы военной службы	3	2	1	Зачет
2.2.	Строевая подготовка	2	1	1	Зачет
2.3.	Огневая подготовка	64	8	56	Зачет
2.4.	Общефизическая подготовка	26	0	26	Зачет
2.5.	Тактическая подготовка	32	8	24	Зачет
2.6.	Начальная туристская подготовка	34	8	26	Зачет
2.7.	Топографическая подготовка	2	1	1	Зачет
2.8.	Основы оказания первой помощи	38	8	30	Зачет
2.9.	Завершающее занятие	2	2	-	
<b>Итого в год:</b>		<b>216</b>	<b>48</b>	<b>168</b>	

### СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

#### 1. Вводное занятие (2 часа)

*Теория (2 часа):* Знакомство с группой. Напоминание правил поведения в кабинете, соблюдение мер предосторожности на практических занятиях. Вводный мониторинг.

*Форма проведения:* беседа, тестирование.

#### Общественно-государственная подготовка – 5 часов

##### 1. Государственная символика России – 1 час

*Теория.* Значение государственных символов. Государственный герб России. Государственный гимн России. Государственный флаг России. Дни воинской славы России. Праздники в честь Вооруженных Сил. (30 мин.)

*Практика:* Тестирование. (30 мин.)

##### 2. История России и её армии – 1 час.

*Теория.* Великая Отечественная война. Герои Великой Отечественной войны (30 мин.)

*Практика.* Изучение дополнительных фактов о детях, героях Великой Отечественной войны. Просмотр видеороликов, видеофильмов.

### **3 . Ратные подвиги защитников Отечества – 3 часа**

*Теория.* Сыны Отечества. Ратные подвиги защитников Отечества. (1 час)

*Практика.* Просмотр документальных роликов о героях Отечества. (2 часа)

### **Психологическая подготовка – 6 часов**

#### **1. Специальный комплексный тренинг – 2 часа**

*Практика.* Проведение комплексного занятия, направленного на командообразование и выявление лидеров, а также снятие барьеров в общении.

#### **2. Проблемы общения – 2 часа**

*Теория.* Я и другие. Способы разрешения межличностных конфликтов.

**Практика:** Психологические упражнения по теме занятия.

#### **3. Управление собой – 2 час**

*Теория.* Эмоции и поведение. (30 мин)

*Практика.* Приемы управления эмоциональным состоянием (30мин)

### **Основы военной службы – 3 часа**

#### **1. Вооруженные силы России, другие воинские формирования и силовые структуры.**

##### **Основа военной организации государства. – 2 часа**

*Теория.* Военная служба – особый вид государственной службы. (1 час)

*Практика.* Упражнения на различение рода войск по форме военнослужащего. (1 час)

#### **2. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Права и обязанности лиц, проходящих воинскую службу – 1 час**

*Теория.* Общие обязанности военнослужащего. Начальники и подчиненные, старшие и младшие. (30мин)

*Практика.* Приказ. Порядок его отдачи и выполнения. Воинское приветствие, воинская вежливость. (30мин)

### **Строевая подготовка –2 часа**

#### **1. Строевые приемы и движения без оружия – 2 часа**

*Теория.* Строи и их виды. Предварительная и исполнительные команды. Строевая стойка. Выполнение команд: «становись», «равняйся», «смирно», «вольно», «разойдись», «заправиться», «отставить», «головные уборы – снять (надеть)», «по порядку (на первый-второй) рассчитайсь». (1час)

*Практика.* Предварительная и исполнительные команды. Строевая стойка. Выполнение команд: «становись», «равняйся», «смирно», «вольно», «разойдись», «заправиться», «отставить», «головные уборы – снять (надеть)», «по порядку (на первый-второй) рассчитайсь». (1час)

### **Огневая подготовка – 64 часа**

#### **1. Правила и меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами – 2 час**

*Теория.* Общие правила безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. (1 час)

*Практика.* Работа в парах. Зачет. (1 час)

#### **2. Основы и правила стрельбы, материальная часть пневматической винтовки и пневматического пистолета – 2 часа**

*Теория.* Полет пули в воздухе. Образование траектории. Пробивное (убойное) действие пули. Рассеивание. Показ пуль для пневматической винтовки. (1 час)

*Практика.* Просмотр видео. Опрос. (1 час)

#### **3. Материальная часть и ТТХ автомата Калашникова – 4 часа**

*Теория.* Автомат Калашникова. Техника безопасности. Модификации, история создания. Назначение и общее устройство основных частей и механизмов.

Подготовка АК к стрельбе. Снаряжение магазина патронами и зарядание автомата. (2 часа)

*Практика.* Сборка и разборка автомата. (2 часа)

#### **4. Техника стрельбы из пневматической винтовки – 56 часов**

*Теория:* Подготовка винтовки к стрельбе и стрельба из пневматической винтовки. Подготовка упора для стрельбы сидя. Виды изготовок для стрельбы из винтовки лежа, сидя, стоя. (30 мин.)

*Практика.* Выполнение стрелковых упражнений из пневматической винтовки или с использованием интерактивного тира РУБИНТИР. (55 часов 30 мин.)

#### **Общефизическая подготовка – 26 часов**

##### **1. Общая физическая подготовка – 10 часов**

*Теория.* Правила проведения спортивных игр. Техника безопасности при проведении спортивных игр. (1 час)

*Практика.* Общеразвивающие упражнения на выносливость и скорость.

(ходьба по кругу в колонне, ходьба на носках, на пятках, в полуприседе; бег по кругу в колонне, спиной вперед, приставным шагом, бег с ускорением с высоким подниманием бедра; прыжки на одной и двух ногах на месте и с передвижением, с поворотами в разные стороны; круговые наклонные движения туловищем и головой, маховые и круговые движения руками и ногами); (9 часов)

##### **2. Общая физическая и специальная подготовка – 16 часов**

*Теория.* Техники развития силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости. (1 час)

*Практика:* Бег по кругу в колонне, спиной вперед, приставным шагом, бег с ускорением с высоким подниманием бедра; прыжки на скакалке; отжимание от пола, в упоре лежа, подтягивание на перекладине; упражнения на гибкость, растягивание мышц и сухожилий, формирование правильной осанки; прыжки в высоту и длину через партнера, выполнение отдельных акробатических элементов (страховка, работа с оружием). (15 часов)

#### **Тактическая подготовка – 32 часа**

##### **1. Понятие тактики как военной дисциплины – 2 часа**

*Теория.* Тактика – как учение о бое. Базовые тактические принципы. Обязанности военнослужащих в бою. (1 час)

*Практика.* Военизированная игра на местности с использованием оборудования лазертага (1 час).

##### **2. Основы общевойскового боя и действия солдата в бою – 26 часов**

*Теория.* Оборона как вид боя. Наступление. Атака в пешем порядке. (1 час)

*Практика.* Военизированная игра на местности с использованием оборудования лазертага (17 часов).

##### **3. Силы специальных операций армии, флота и силовых ведомств. Их задачи на современном этапе – 4 часа**

*Теория.* История формирования групп специального назначения в России. Способы и методы специальной подготовки и отбора в спецподразделения. Функции подразделений спецназа различных ведомств в России. (2 часа)

*Практика.* Просмотр видеофильма о трагедии в Беслане, действиях в Сирии, на Донбассе (2 часа).

#### **Начальная туристская подготовка – 34 часов**

**1. Теория.** Правила поведения в природной среде. Мы – часть Природы. Основа выживания – знание законов природы. Одежда и обувь для занятий на воздухе. (1 час)

*Практика.* Подбор личного снаряжения для тренировки. (1 час)

### **2. Личное снаряжение туриста – 2 часа**

*Теория.* Основной набор туриста перед выходом на Природу в составе группы для совершения похода или длительного пребывания в условиях автономного существования. Одежда и обувь, необходимые в походе. Рюкзак, спальник и туристический коврик. Подготовка рюкзака к походу. Укладка рюкзака, правильная развесовка. (1 час)

*Практика.* Укладка рюкзака. (1 час)

### **3. Узлы – 8 часов**

*Теория.* Назначение узлов в практике туризма. Прямой узел. Академический узел. Шкотовый и брам-шкотовый узлы. Булинь. (2 часа)

*Практика.* Вязание узлов. (6 часов)

### **4. Костры – 4 часа**

*Теория.* Огонь в туристическом быте. Место для костра и его подготовка. Дрова для костра. Растопка. Трут. Хранение спичек. (1 час)

*Практика.* Подготовка кострищ. Заготовка дров. Разведение костров. (2 часа)

### **5. Выживание на холодных территориях – 2 час**

*Теория.* Климат, передвижение, укрытие в районах с холодным климатом. Вода, пища, костер. (30 мин.)

*Практика.* Способы постройки простейших укрытий зимой. Варианты укрытий и их особенности. (1 час 30 мин.)

### **6. Личная маскировка – 4 часа**

*Теория.* Личная маскировка курсанта: способы и приемы маскировки. (1 час)

*Практика.* Маскировка на местности. (2 часа)

### **7. Полевые выходы – 10 часов**

*Практика.* Полевой выход

#### **Топографическая подготовка – 2 часа**

##### **1. Изображение земной поверхности на планах и картах – 1 час**

*Теория.* Форма и размеры Земли. Изображение земной поверхности на планах и картах. Классификация. Назначение и характеристика топографических карт. Оформление листа топографической карты. (30 мин.)

*Практика.* Работа с картами. Топографический диктант. (30 мин.)

##### **3. Определение по топографическим картам России координат точек местности и объектов, азимутов и дирекционных углов направлений – 1 час**

*Теория.* Определение координат. Определение высот – точек над уровнем моря. Определение географических координат. (30 мин.)

*Практика.* Работа с координатами, азимутами. (30 мин.)

#### **Оказание первой помощи – 38 часов**

##### **1. Определение, задачи и правовые вопросы первой помощи – 1 час**

*Теория.* Определение первой помощи. Правовые основы первой помощи. Права и обязанности человека оказывающего первую помощь, его ответственность. (30 мин.)

*Практика.* Просмотр видео фильма «Первая помощь». (30 мин.)

**Первая помощь при состояниях, угрожающих жизни человека: сердечно-легочная реанимация. Кровотечения. – 6 часов**

*Теория.* Классификация способов остановки кровотечений. Различие способов остановки кровотечений по механизму их действия.

Наружные кровотечения: виды (артериальное, венозное, капиллярное). Артериальное кровотечение. Отличительные особенности артериального кровотечения. Способы временной остановки наружных кровотечений. (2 часа)

*Практика.* Применение способов непрямого действия временной остановки кровотечений при оказании первой помощи пострадавшим. (4 часа)

### **3. Первая помощь при ранениях – 4 часа**

*Теория.* Раневой процесс и его влияние на способы оказания первой помощи. Отёк, его развитие и значение отёка, возможные осложнения. Понятия асептики и антисептики. Правила обработки ран. (1 час)

*Практика.* Обработка ран. (3 час)

### **4. Десмургия (учение о повязках) – 6 часов**

*Теория.* Виды повязок. Правила наложения повязок. Бинтовые повязки: на голову («чепец», «уздечка», «працевидная»), на корпус («Дезо», «колосовидная», крестовидная на спине), на верхние и нижние конечности, на суставы. (2 часа)

*Практика.* Наложение повязок. (4 часа)

### **5. Травмы и травматический шок. Простейшие способы обезболивания. Имобилизация – 2 часа**

*Теория.* Определение травмы и его анализ. Обоснование простейших способов уменьшения боли на этапе первой помощи. Что такое иммобилизация, её значение.

Классификации травм. (1 час)

*Практика.* Зачет. (1 час)

### **6. Первая помощь при травмах (переломы, ушибы, вывихи и растяжение связок) – 4 часа**

*Теория.* Определение травмы и его анализ. Обоснование простейших способов уменьшения боли на этапе первой помощи. Что такое иммобилизация, её значение.

Классификации травм. (1 час)

*Практика.* Зачет. (3 часа)

### **7. Первая помощь при поражении электрическим током – 1 час**

*Теория.* Понятие электрического тока и его воздействие на человека, возможные причины поражения. Первая помощь при поражении электрическим током. (30мин)

*Практика.* Зачет. (30мин)

### **8. Первая помощь при утоплении – 3 часа**

*Теория.* Утопление: понятие, виды. Первая помощь при утоплении. (1 час)

*Практика.* Зачет. (2 часа)

### **9. Аптечка и её укомплектование – 2 час**

*Теория.* Табельные средства индивидуальной медицинской защиты их состав, назначение и порядок применения (базовые наборы первой медицинской помощи. Состав и комплектование групповой аптечки. (1 час)

*Практика.* Зачет. (1 час)

### **10. Личная и общественная гигиена. Предупреждение инфекционных заболеваний – 1 час**

*Теория.* Требования по соблюдению правил личной и общественной гигиены. Правила ухода за кожей, руками, ногами. Предупреждение гнойничковых заболеваний. Закаливание организма. Значение личной гигиены при пребывании в полевых условиях. Понятие об

инфекционных заболеваниях. Условия возникновения инфекционных заболеваний. Пути передачи инфекций. Иммуитет. Мероприятия по предупреждению. (30мин)

*Практика.* Зачет. (30мин)

## **Рабочая программа воспитания**

### **Пояснительная записка**

Одним из направлений образовательной политики Российской Федерации является усиление воспитательного компонента в дополнительном образовании детей.

Данная программа воспитания неразрывно связана с образовательным процессом и направлена на приобщение учащихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в российском обществе, формирование положительной мотивации к трудовой деятельности, воспитание положительных морально-волевых качеств и получение социального жизненного опыта.

**Цель** - создание «условий для воспитания гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций».

#### **Задачи:**

- воспитание положительных морально-волевых качеств: дисциплинированности, честности, аккуратности, трудолюбия, самостоятельности;
- формирование доброжелательного отношения к товарищам, уважительного отношения к результатам своих достижений и достижениям других;
- формирование духовно-нравственных качеств социально активной личности, инициативности и настойчивости в преодолении трудностей;
- воспитание уважения к старшим;
- воспитание уважения к труду, результатам труда (своего и других людей), к трудовым достижениям своих земляков, российского народа;
- приобщение к культуре русского народа;
- создание условий для реализации творческого потенциала детей;
- организация совместных культурно-массовых мероприятий.

#### **Методы оценки результативности воспитательной деятельности:**

- педагогическое наблюдение;
- отзывы, интервью, материалы рефлексии, оценки личностных результатов участия детей в деятельности по программе
- самоанализ и самооценка учащихся по итогам деятельности, отзывы родителей (законных представителей) и других участников образовательных событий и мероприятий.

#### **Ожидаемые воспитательные результаты обучения.**

- развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности;
- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками;

#### **Виды и формы воспитательной деятельности:**

- субъектно-ориентированные технологии;
- коллективные творческие дела
- социально-ориентирующие игры;
- квесты;

- итоговые мероприятия (конкурсы, соревнования, выставки, выступления и т. д.).

**Условия воспитания, анализ результатов**

- взаимоотношения педагога и родителей (законных представителей);
- особенности работы с детьми, имеющими особые образовательные потребности;
- поощрение достижений детей, проявления ими активности, инициативы, активной жизненной позиции;
- участие в социальных проектах, благотворительных и волонтерских акциях;
- патриотическая, трудовая, профориентационная работа;
- самоанализ и самооценка учащихся по итогам деятельности, отзывы родителей (законных представителей) и других участников образовательных событий и мероприятий.

### **Система оценки и фиксирования результатов**

В процессе обучения осуществляется контроль за уровнем знаний и умений обучающихся.

Основные методы контроля: собеседование, тестирование, практическое занятие.

Система мониторинга разработана по видам контроля.

Первичный контроль осуществляется в начале учебного года. Цель - зафиксировать начальный уровень подготовки учащихся.

Текущий контроль предполагает систематическую проверку и оценку знаний, умений и навыков по конкретным темам в течение учебного года.

Промежуточный контроль осуществляется в середине учебного года с целью оценки полученных теоретических знаний и практических умений и навыков.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года и предполагает оценку теоретических знаний и практических умений и навыков.

Результаты заносятся в сводную итоговую таблицу результатов обучения.

Результаты сборки-разборки оружия (МГМ, АК-74, МГМ, ПМ) и результаты стрельбы из пневматической винтовки и пневматических версий автомата Калашникова (АК) и пистолета Макарова (ПМ) определяются практически и заносятся в таблицу.

### **Материально – техническое обеспечение.**

Использование электронных презентации по темам, видео- и художественные фильмы патриотической направленности.

Использование интернета, компьютера и программного обеспечения для создания электронных тестов, мультимедийных презентаций.

Наглядный материал, реквизит:

- мультимедийные презентации;
- учебные видеофильмы;
- плакаты;

- пневматические винтовки МР, разных модификаций, Hatsan, пневматические пистолеты МР53М; пневматическая версия пистолета Макарова (ПМ); масс-габаритные макеты (МГМ) автомата Калашникова(АК) и пистолета Макарова(ПМ); оборудование для лазертага- игровое поле надувных фигур TACTICAL, игровой комплект АМ-22 « Хищник», повязка ALPHATAG, умный пульт PRO, умный пульт игровой комплект NANO, зарядное устройство «Паук», зарядное устройство «Светлячок», роутер для WARSTATION, игровой комплект «Базовая аптечка», умная контрольная точка, электронная мишень RGB; мягкая пневматика (страйкбольные привода, имитирующие настоящее оружие, копии автоматов Калашникова(АК)и, возможно, других видов оружия; интерактивный тир «Рубин».

- туристское снаряжение (палатки, спальники, страховочные пояса, карабины, альпинистские веревки).

### Виды контроля

Виды контроля	Содержание	Методы/формы контроля	Сроки контроля
Первичный	Начальный уровень подготовки учащихся, имеющиеся знания, умения и навыки, связанные с предстоящей деятельностью.	Наблюдение, собеседование	В начале учебного года
Текущий	Освоение учебного материала по темам.	Тестирование	В течение учебного года
Промежуточный	Освоение учебного материала за полугодие.	Тестирование	Декабрь-январь
Итоговый	Освоение учебного материала.	Защита проектов по выбранным темам.	Май

### Промежуточная диагностика

**по дополнительной общеразвивающей программе социально-гуманитарной направленности «Служу Отечеству»**

Педагог д/о \_\_\_\_\_

Группа № \_\_\_\_\_

Форма проведения \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИ учащегося	% усвоения материала
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		

**Низкий уровень** – обучающийся со значительной помощью педагога ориентируется в содержании учебного материала и дает определение понятиям, освоил отдельные навыки и умения (**10-30% усвоения материала**).

**Средний уровень** – почти полное усвоение учебного материала, принимает старательное участие в ответах на вопросы и в выполнении заданий, иногда требуется помощь педагога. Обучающийся старателен, внимательно слушает, но ответы нуждаются в уточнении, допускает неточности в работе (**31-70% усвоения материала**).

**Высокий уровень** – обучающийся самостоятельно ориентируется в содержании пройденного учебного материала, принимает активное участие в ответах на вопросы, полное усвоение содержания учебного материала, умеет применять теоретические знания и практические умения и навыки в самостоятельной работе (**71-100% усвоения материала**).

### Оценка уровней освоения программы

Уровни/количество баллов	Параметры	Показатели
Высокий уровень / 71-100% усвоения материала	Теоретические знания.	Обучающийся освоил материал в полном объеме. Знает и понимает значение терминов, самостоятельно ориентируется в содержании материала по темам. Обучающийся заинтересован, проявляет устойчивое внимание к выполнению заданий.
	Практические навыки и умения.	Способен применять практические умения и навыки во время выполнения самостоятельных заданий.
Средний уровень / 31-70% усвоения материала	Теоретические знания.	Обучающийся освоил базовые знания, ориентируется в содержании материала по темам, иногда обращается за помощью к педагогу. Обучающийся заинтересован, но не всегда проявляет устойчивое внимание к выполнению задания.
	Практические навыки и умения.	Владеет базовыми навыками и умениями, но не всегда может выполнить самостоятельное задание, затрудняется и просит помощи педагога. В работе делает ошибки, но может устранить их после наводящих вопросов.
Низкий / 10-30% усвоения материала	Теоретические знания.	Владеет минимальными знаниями, ориентируется в содержании материала по темам только с помощью педагога.
	Практические навыки и умения.	Владеет минимальными начальными навыками и умениями. Обучающийся способен выполнять работу только с подсказкой педагога. В работе допускает грубые ошибки.

**Сводная таблица результатов обучения**

Педагог д/о \_\_\_\_\_

Группа № \_\_\_\_\_

№ п/п	ФИ обучающегося	Оценка теоретических знаний	Оценка практических умений и навыков
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

## Список литературы

### Литература для педагога:

1. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний /Айзман Р.И., Омельченко И. В. Основы медицинских знаний Кнорус 2022. – 244 с.
2. Махарадзе Г.С. Энциклопедия оружия М.: Издательство АРС,2022г.-448с.ил.
3. Збыднев Н.А Основы методик подготовки спортсменов в стрельбе из спортивного пистолета. Издательство: Лань 2023г.- 292стр.
4. Микрюков В. Ю., Шамаев В.Г. Основы военной службы. Учебник / В. Ю. Микрюков, Шамаев В.Г – Крокус, 2023г. – 506 с.
5. Куклева Н.Н Начальная военная подготовка: Справочник на каждый день / Н.Н. Куклева Начальная военная подготовка Главное в военной службе ФГОС Учитель 2024 – 64с.

### Литература для обучающихся:

1. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний /. Айзман Р.И., Омельченко И.В. . Основы медицинских знаний Кнорус 2022. – 244 с.
2. Микрюков В. Ю., Шамаев В.Г. Основы военной службы. Учебник / В. Ю. Микрюков, Шамаев В.Г – Крокус, 2023г. – 506 с.
3. Дарман Питер Выживание в экстремальной ситуации. Учебник/Дарман П-Эксмо 2020-416с.

### Литература для родителей:

1. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний /Айзман Р.И., Омельченко И.В., Основы медицинских знаний Кнорус 2022. – 244 с.
2. Микрюков В. Ю., Шамаев В.Г. Основы военной службы. Учебник / В. Ю. Микрюков, Шамаев В.Г – Крокус, 2023г. – 506 с.
3. Дарман Питер Выживание в экстремальной ситуации. Учебник/Дарман П-Эксмо 2020-416 с.
4. Журнал спецподразделений «Братишка». URL: [https://vk.com/bratishka\\_journal](https://vk.com/bratishka_journal) (Дата обращения: 14.05.2023).
5. Спецназ. орг. URL: <http://spec-naz.org/>

### Электронные ресурсы:

Группы в ВКонтакте:

1. Землянка: Выживание. Оружие. Туризм. Снаряжение. URL: <https://vk.com/zemlanca>.
2. Время Истории. URL: <https://vk.com/vremya.istorii>
3. Великая Отечественная война. URL: <https://vk.com/voyna1941> .
4. История в фотографиях. URL: <https://vk.com/fotohist> .
5. Журнал спецподразделений «Братишка». URL: [https://vk.com/bratishka\\_journal](https://vk.com/bratishka_journal)
6. История Мурманска. URL: <https://vk.com/public138762197>.
7. Армия.Выживание.Военные люди. URL: <https://vk.com/voenchel>.
8. Гражданская оборона. Будь всегда готов. URL: <https://vk.com/ckcshop> .
9. Минобороны России. URL: <https://vk.com/mil> .
10. Армия России. Оружие. Факты. Геополитика. URL: <https://vk.com/ruarm> .
11. Современная армия России. URL: [https://vk.com/rus\\_army\\_today](https://vk.com/rus_army_today) .

Сайты:

1. Российское историческое общество. URL: <https://historyrussia.org/> .
2. Спецназ.орг. URL: <http://spec-naz.org/> .
3. Памятные даты военной истории России. URL: <https://rvio.histrf.ru/activities/projects/item-1141>
- 4.ГТО/ВФСКО ГТО. URL: <http://gto.ru/> .

### Календарный учебный график 1 год обучения

Педагог дополнительного образования: Кириллов А.М.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: 3 раза в неделю по 2 часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю)

04.11.2024, 01- 08.01.2025, 23.02.2025, 08.03.2025, 01.05.2025, 09.05.2025

Каникулярный период:

- осенние каникулы – 26.10.2024-04.11.2024

- зимние каникулы – 30.12.2024-08.01.2025

- весенние каникулы – 22.03.2025-30.03.2025

- летние каникулы – 27.05.2025-31.08.2025

Во время каникул занятия в объединениях проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№	Месяц	Дата	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			Лекция	2	Вводное занятие: программа объединения, программа занятий. Инструктаж по т. б., охране труда, пожарной безопасности.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Тестирование
2				Лекция. Тренинг	2	Основы психологической подготовки (теория)	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	
3				Практика	2	Изучение навыков общения, умение расположить к себе человека, умение избегать конфликтов. (Практика)	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование Первичный контроль

4				Лекция. Практическое занятие: просмотр и обсуждение видео	2	изучение навыков общения, умение расположить к себе человека, умение избегать конфликтов. (практика)	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
5				Лекция	2	изучение навыков общения, умение расположить к себе человека, умение избегать конфликтов. (практика)	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
6				Лекция	2	Военно-правовая подготовка. Уставы Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
7				Лекция Практическое занятие: просмотр и обсуждение видео	2	Военно-правовая подготовка. Уставы Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
8				Лекция	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
9				Лекция	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
10				Практическое занятие	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
11				Практическое занятие	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение

12				Лекция Полевой выход	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
13	октябрь			Лекция Полевой выход	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
14				Лекция Полевой выход	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
15				Лекция (теория)	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
16				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
17				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
18				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
19				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
20				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
21				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
22				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
23				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
24				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
25	ноябрь			Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Опрос
26				Практическое	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО	Демонстрация

				занятие			«Лапландия» (тир)	навыков
27				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
28				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
29				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
30				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
31				Лекция (теория)	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
32				Лекция и практика	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
33				Практическая отработка навыков	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
34				Практическая отработка навыков	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
35				Практическая отработка навыков	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
36				Практическая отработка навыков	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
37	декабрь			Практическая отработка навыков	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
38				Лекция	2	История развития Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
39				Лекция	2	История развития Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование

						Федерации		
40				Лекция	2	История развития Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
41				Лекция	2	История развития Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
42				Просмотр видео	2	История развития Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
43				Просмотр видео	2	История развития Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
44				Лекция (теория)	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
45				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
46				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
47				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
48				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
49	январь			Практическое	2	Военно-прикладная	ГАНОУ МО «ЦО	Собеседование

				изучение и отработка навыков		подготовка с элементами самообороны	«Лапландия» (тир)	
50				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
51				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
52				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
53				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
54				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
55				Лекция (теория)	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
56				Практическое занятие	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
57				Практическое занятие	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
58				Практическое занятие	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
59				Практическая отработка навыков	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование

				стрельбы				
60				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
61	февраль			Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
62				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
63				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
64				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
65				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
66				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
67				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба из лука	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов
68				Лекция (теория)	2	Предупреждение и действия	ГАНОУ МО «ЦО	Собеседование

						личного состава в чрезвычайных ситуациях	«Лапландия» (тир)	
69				Лекция (теория)	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
70				Просмотр видео	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
71				Практическое изучение действий в ЧС	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
72				Практическое изучение действий в ЧС	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
73				Практическое изучение действий в ЧС	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
74	март			Практическое изучение действий в ЧС	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
75				Моделирование ситуаций ЧС и действия в них	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
76				Моделирование ситуаций ЧС и действия в них	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
77				Моделирование ситуаций ЧС и действия в них	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
78				Моделирование ситуаций ЧС и действия в них	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
79				Моделирование ситуаций ЧС и	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов

				действия в них		ситуациях		
80				Моделирование ситуаций ЧС и действия в них	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
81				Лекция (теория)	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
82				Лекция (теория)	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
83				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
84				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
85				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
86	апрель			Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов
87				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
88				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов
89				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
90				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
91				Практическая тренировка	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача

				навыков				нормативов
92				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
93				Лекция	2	Горная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
94				Практическая тренировка навыков	2	Горная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
95				Практическая тренировка навыков	2	Горная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
96				Практическая тренировка навыков	2	Горная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов
97				Теория	2	Военная топография	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
98	май			Отработка навыков на местности	2	Военная топография	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
99				Теория и практика	2	Средства связи	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
100				Лекция (теория)	2	Инженерная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	
101				Практическое занятие на местности	2	Инженерная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
102				Лекция и практическая отработка навыков	2	Радиационная, химическая и биологическая защита	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
103				Тренировка и отработка	2	Радиационная, химическая и биологическая защита	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков

				умений и навыков				
104				Практическое занятие (повторение)	2	Огневая подготовка. Закрепление навыков стрельбы. Стрельба на точность.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
105				Практическое занятие (повторение)	2	Огневая подготовка. Закрепление навыков стрельбы. Стрельба на точность.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
106				Практическое занятие	2	Медицинская подготовка. Закрепление навыков оказания ПМП в бытовых условиях. Предупреждение травм в каникулярный летний период	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
107				Практическое занятие	2	Медицинская подготовка. Закрепление навыков оказания ПМП в бытовых условиях. Предупреждение травм в каникулярный летний период	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
108				Теория и практика	2	Заключительное занятие	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение

## Календарный учебный график 2 года обучения

Педагог: Кириллов А.М.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: 3 раза в неделю по 2 часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю)

04.11.2025, 01- 08.01.2026, 23.02.2026, 08.03.2026, 01.05.2026, 09.05.2026

Каникулярный период:

- осенние каникулы – 26.10.2025-04.11.2025

- зимние каникулы – 30.12.2025-08.01.2026

- весенние каникулы – 22.03.2026-30.03.2026

- летние каникулы – 27.05.2026-31.08.2026

Во время каникул занятия в объединениях проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№	Месяц	Дата	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			Лекция	2	Вводное занятие: программа объединения, программа занятий. Инструктаж по т. б., охране труда, пожарной безопасности.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Тестирование
2				Лекция. Тренинг	2	Основы психологической подготовки поведения в бою	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
3				Тренинг	2	Навыки быстрого реагирования	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Тестирование
4				Лекция. просмотр и обсуждение видео	2	Действия в экстремальной ситуации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
5				Лекция	2	Действия в экстремальной ситуации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение

6				Лекция	2	Уставы Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
7				Лекция Практическое занятие: просмотр и обсуждение видео	2	Уставы Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
8				Лекция	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях. Общие положения о тактике	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
9				Лекция/Практическое занятие	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях. Отделения и отряды	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
10				Практическое занятие	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
11				Практическое занятие	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
12				Практическое занятие	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
13	октябрь			Практическое занятие/ тактическая игра	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
14				Практическое занятие/ тактическая игра	2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков

15					2	Тактическая подготовка, действия в различных условиях.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
16				Лекция	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
17				Лекция/Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
18				Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
19				Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
20				Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
21				Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
22				Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
23				Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
24				Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
25	ноябрь			Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Опрос
26				Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков

27				Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
28				Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
29				Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
30				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
31				Практическое занятие	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
32				Практическая отработка навыков	2	Огневая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
33				Практическая отработка навыков	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
34				Практическая отработка навыков	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
35				Практическая отработка навыков	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
36				Практическая отработка навыков	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
37	декабрь			Практическая отработка навыков	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
38				Практическое занятие	2	Строевая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков

39				Лекция	2	Развития Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
40				Просмотр фильмов и материалов по теме	2	Развития Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование.
41				Просмотр фильмов и материалов по теме	2	Развития Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
42				Просмотр фильмов и материалов по теме	2	Развития Вооруженных сил Российской Федерации	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
43				Вводная лекция	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
44				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
45				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
46				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
47				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
48				Практическое	2	Военно-прикладная	ГАНОУ МО «ЦО	Демонстрация

				изучение и отработка навыков		подготовка с элементами самообороны	«Лапландия» (тир)	навыков
49	январь			Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
50				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
51				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
52				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
53				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
54				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет
55				Практическое изучение и отработка навыков	2	Военно-прикладная подготовка с элементами самообороны	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет
56				Лекция / вводный инструктаж	2	Стрельба в интерактивном тире	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование

57				Практическое занятие	2	Стрельба в интерактивном тире	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
58				Практическое занятие	2	Стрельба в интерактивном тире	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
59				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба в интерактивном тире	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
60				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба в интерактивном тире	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
61	февраль			Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба в интерактивном тире	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
62				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба в интерактивном тире	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
63				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба в интерактивном тире	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
64				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба в интерактивном тире	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
65				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Стрельба в интерактивном тире	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
66				Лекция	2	Предупреждение и действия личного состава в	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков

						чрезвычайных ситуациях		
67				Практическая отработка навыков стрельбы	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов
68				Практическое изучение действий в ЧС	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
69				Практическое изучение действий в ЧС	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
70				Просмотр видео	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
71				Практическое изучение действий в ЧС	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
72				Практическое изучение действий в ЧС	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
73				Практическое изучение действий в ЧС	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
74	март			Практическое изучение действий в ЧС	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
75				Моделирование ситуаций ЧС и действия в них	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
76				Моделирование ситуаций ЧС и действия в них	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
77				Моделирование ситуаций ЧС и	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование

				действия в них		ситуациях		
78				Моделирование ситуаций ЧС и действия в них	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
79				Моделирование ситуаций ЧС и действия в них	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов
80				Моделирование ситуаций ЧС и действия в них	2	Предупреждение и действия личного состава в чрезвычайных ситуациях	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир) Собеседование.	Собеседование
81				Лекция (теория)	2	Первая помощь	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
82				Лекция (теория)	2	Первая помощь	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
83				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
84				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
85				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
86	апрель			Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов
87				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
88				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов
89				Практическая	2	Первая помощь	ГАНУОУ МО «ЦО	Демонстрация

				тренировка навыков			«Лапландия» (тир)	навыков
90				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
91				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов
92				Лекция	2	Горная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
93				Практическая тренировка навыков	2	Горная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
94				Практическая тренировка навыков	2	Горная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
95				Лекция	2	Горная подготовка Военная топография	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
96				Отработка навыков на местности	2	Военная топография	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов
97				Лекция	2	Военная топография Средства связи	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
98	май			Лекция	2	Средства связи Инженерная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
99				Теория и практика	2	Инженерная подготовка Радиационная, химическая и биологическая защита	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
100				Лекция (теория)	2	Радиационная, химическая и биологическая защита	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
101				Практика/ Лекция	2	Радиационная, химическая и биологическая защита	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
102				практическая отработка	2	Огневая подготовка. Закрепление навыков стрельбы. Стрельба на	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование

				навыков		точность.		
103				Тренировка и отработка умений и навыков	2	Огневая подготовка. Закрепление навыков стрельбы. Стрельба на точность.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
104				Практическое занятие	2	Первая помощь при различных травмах. Способы оказания ПМП в бытовых условиях. Повторение материала.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
105				Практическое занятие	2	Первая помощь при различных травмах. Способы оказания ПМП в бытовых условиях. Повторение материала.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
106				Практическое занятие	2	Первая помощь при различных травмах. Способы оказания ПМП в бытовых условиях. Повторение материала.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
107				Практическое занятие	2	Первая помощь при различных травмах. Повторение материала и предупреждение травм в каникулярный летний период.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
108				Теория и практика	2	Заключительное занятие	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	

### Календарный учебный график 3 года обучения

Педагог: Кириллов А.М.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: 3 раза в неделю по 2 часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю)

04.11.2026, 01- 08.01.2027, 23.02.2027, 08.03.2027, 01.05.2027, 09.05.2027

Каникулярный период:

- осенние каникулы – 26.10.2026-04.11.2026

- зимние каникулы – 30.12.2026-08.01.2027

- весенние каникулы – 22.03.2027-30.03.2027

- летние каникулы – 27.05.2027-31.08.2027

**Во время каникул занятия в объединениях проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.**

№	Месяц	Дата	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			Лекция	2	Вводное занятие: программа объединения, программа занятий. Инструктаж по т. б., охране труда, пожарной безопасности.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Тестирование
2				Лекция/ просмотр видеоматериалов	2	Государственная символика РФ. История России и ее армии.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование. Первичный контроль
3				Просмотр документальных роликов о героях Отечества	2	Ратные подвиги Отечества.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование

4				Лекция.	2	Ратные подвиги Отечества. Проблемы общения	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
5				Тренинг	2	Комплексный тренинг по выявлению лидеров и снятия барьеров общения.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
6				Тренинг		Комплексный тренинг по выявлению лидеров и снятия барьеров общения.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	
7				Лекция	2	Управление собой Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Права и обязанности лиц, проходящих воинскую службу	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
8				Лекция	2	Вооруженные силы России, другие воинские формирования и силовые структуры. Основа военной организации государства	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
9				Практика	2	Строевые приемы и движения без оружия	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
10				Лекция	2	Правила и меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
11				Лекция	2	Основы и правила стрельбы, материальная часть пневматической винтовки и пневматического пистолета	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Опрос
12				Лекция	2	Материальная часть и ТТХ автомата Калашникова	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
13	октябрь			Практика	2	Материальная часть и ТТХ автомата Калашникова	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение

14				Лекция	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
15				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
16				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
17				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
18				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
19				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
20				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
21				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
22				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
23				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
24				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков

25	ноябрь			Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
26				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
27				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
28				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
29				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
30				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
31				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
32				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
33				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
34				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
35				Практическая отработка	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков

				навыков				
36				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
37	декабрь			Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
38				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет
39				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
40				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
41				Практическая отработка навыков	2	Техника стрельбы из пневматической винтовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
42				Лекция	2	Общая физическая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
43				Практическая отработка навыков	2	Общая физическая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
44				Практическая отработка навыков	2	Общая физическая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
45				Практическая отработка навыков	2	Общая физическая и подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
46				Практическая	2	Общая физическая и	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация

				отработка навыков		подготовка		навыков
47				Практическая отработка навыков	2	Общая физическая и специальная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
48				Практическая отработка навыков	2	Общая физическая и специальная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
49	январь			Практическая отработка навыков	2	Общая физическая и специальная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
50				Практическая отработка навыков	2	Общая физическая и специальная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
51				Практическая отработка навыков	2	Общая физическая и специальная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
52				Практическая отработка навыков	2	Общая физическая и специальная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
53				Практическая отработка навыков	2	Общая физическая и специальная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
54				Практическое изучение и отработка навыков	2	Общая физическая и специальная подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
55				Лекция (теория)	2	Понятие тактики как военной дисциплины	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
56				Лекция (теория)	2	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
57				Практическое	2	Основы общевойскового боя и	ГАНОУ МО «ЦО	Демонстрация

				занятие		действия солдата в бою	«Лапландия» (тир)	навыков
58				Практическое занятие	2	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
59				Практическое занятие	2	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
60				Практическое занятие	2	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
61	февраль			Практическое занятие	2	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
62				Практическое занятие	2	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
63				Практическое занятие	2	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
64				Практическое занятие	2	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
65				Практическое занятие	2	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
66				Практическое занятие	2	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
67				Практическое занятие	2	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
68				Практическое занятие	2	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
69				Лекция Просмотр видеоматериалов	2	Силы специальных операций армии, флота и силовых ведомств. Их задачи на современном этапе	ГАНУОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование

70				Просмотр видеоматериалов	2	Силы специальных операций армии, флота и силовых ведомств. Их задачи на современном этапе	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование, наблюдение
71				Лекция	2	Начальная туристская подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование
72	март			Лекция	2	Личное снаряжение туриста	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
73				Практическая отработка навыков	2	Узлы	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
74				Практическая отработка навыков	2	Узлы	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
75				Практическая отработка навыков	2	Узлы	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
76				Практическая отработка навыков	2	Узлы	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
77				Практическая отработка навыков	2	Костры	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
78				Практическое занятие на местности	2	Костры	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
79				Практическое занятие на местности	2	Выживание в холодных условиях	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
80				Практическое занятие на местности	2	Личная маскировка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
81				Практическое занятие	2	Личная маскировка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация

								навыков
82				Практическое занятие на местности	2	Полевой выход с отработкой навыков туристической подготовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
83				Практическое занятие на местности	2	Полевой выход с отработкой навыков туристической подготовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
84	апрель			Практическое занятие на местности	2	Полевой выход с отработкой навыков туристической подготовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
85				Практическое занятие на местности	2	Полевой выход с отработкой навыков туристической подготовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
86				Практическое занятие на местности	2	Полевой выход с отработкой навыков туристической подготовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
87				Практическое занятие на местности	2	Полевой выход с отработкой навыков туристической подготовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
88				Практическое занятие на местности	2	Полевой выход с отработкой навыков туристической подготовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
89				Практическое занятие на местности	2	Полевой выход с отработкой навыков туристической подготовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
90				Практическое занятие на местности	2	Полевой выход с отработкой навыков туристической подготовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
91				Практическое занятие на местности	2	Полевой выход с отработкой навыков туристической подготовки	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
92				Лекция	2	Топографическая подготовка	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
93				Лекция	2	Определение, задачи и правовые	ГАНОУ МО «ЦО	Собеседование

						вопросы первой помощи Первая помощь при состояниях, угрожающих жизни человека: сердечно-легочная реанимация. Кровотечения	«Лапландия» (тир) Собеседование.	
94				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь при состояниях, угрожающих жизни человека: сердечно-легочная реанимация. Кровотечения	ГАНУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
95				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь при состояниях, угрожающих жизни человека: сердечно-легочная реанимация. Кровотечения	ГАНУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
96	май			Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь при состояниях, угрожающих жизни человека: сердечно-легочная реанимация. Кровотечения Первая помощь при ранениях	ГАНУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
97				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь при ранениях	ГАНУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
98				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь при ранениях Десмургия (учение о повязках)	ГАНУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
99				Практическая тренировка навыков	2	Десмургия (учение о повязках)	ГАНУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов
100				Практическая тренировка навыков	2	Десмургия (учение о повязках)	ГАНУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
101				Практическая тренировка навыков	2	Десмургия (учение о повязках) Травмы и травматический шок. Простейшие способы обезболивания. Имobilизация	ГАНУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов

102				Практическая тренировка навыков	2	Травмы и травматический шок. Простейшие способы обезболивания. Имобилизация Первая помощь при травмах (переломы, ушибы, вывихи и растяжение связок)	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
103				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь при травмах (переломы, ушибы, вывихи и растяжение связок)	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
104				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь при травмах (переломы, ушибы, вывихи и растяжение связок) Первая помощь при поражении электрическим током	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет, сдача нормативов
105				Практическая тренировка навыков	2	Первая помощь при утоплении	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация навыков
106				Практическая тренировка навыков Лекция	2	Первая помощь при утоплении Аптечка и её укомплектование	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Зачет
107				Лекция	2	Аптечка и её укомплектование Личная и общественная гигиена. Предупреждение инфекционных заболеваний	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Наблюдение
108				Лекция	2	Заключительное занятие	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Собеседование

## Календарный план воспитательной работы.

№ п/п	Название события, мероприятия	Дата	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	День окончания Второй мировой войны. День солидарности в борьбе с терроризмом.	3 сентября	Тактическая игра	Фото- и видео материалы
2	День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников внутренних дел России	8 ноября	Тактическая игра	Фото- и видео материалы
3	День неизвестного солдата	3 декабря	Экскурсия «Неизвестный солдат»	Фото- и видео материалы
4	День Героев Отечества	9 декабря	Тактическая игра	Фото- и видео материалы
5	80 лет со дня полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады (27 января 1944)	27 января	Посещение музея	Фото- и видео материалы
6	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества, 35 лет выводу советских войск из Республики Афганистан (1989)	15 февраля	Встреча с ветераном, беседа	Фото- и видео материалы
7	День защитника Отечества	22 февраля	Изготовление открыток	Фото- и видео материалы, конкурсные работы
8	День памяти о геноциде советского народа нацистами и их пособниками в годы Великой Отечественной войны	19 апреля	Посещение музея	Фото- и видео материалы.
9	День Победы	10 мая	Тактическая игра	Фото- и видео материалы,

**Примерные темы годовых рефератов.**

1. История развития стрелкового вооружения.
2. История развития авиации.
3. История развития артиллерии
4. История развития танков.
5. История развития бронемашин.
6. История развития кораблей.
7. История развития подводного флота.
8. История изменений боевых знамен.
9. История изменений знаков различия.
10. История изменения боевых построений.
11. Боевые построения отделения.
12. Действия в чрезвычайных ситуациях, самоспасение.
13. Правила общения.
14. Поведение в конфликте.
15. Первая доврачебная помощь при автоавариях.
16. Опасности здоровью в быту.
17. Узлы и сферы их применений.
18. Виды и история развития карт.
19. История развития полевых средств связи.
20. История развития военно-инженерного дела.
21. История развития химической, биологической и радиационной защиты.

**Нормативы****Норматив «Неполная разборка оружия»**

<i>Вид оружия</i>	<i>Отлично</i>	<i>Хорошо</i>	<i>Удовлетворительно</i>
<i>АК-74</i>	<i>15сек.</i>	<i>17сек.</i>	<i>19сек.</i>
<i>ПМ</i>	<i>7сек.</i>	<i>8сек.</i>	<i>10сек.</i>

**Норматив «Сборка после неполной разборки»**

<i>Вид оружия</i>	<i>Отлично</i>	<i>Хорошо</i>	<i>Удовлетворительно</i>
<i>АК-74</i>	<i>25сек.</i>	<i>27сек.</i>	<i>32сек.</i>
<i>ПМ</i>	<i>9сек.</i>	<i>10сек.</i>	<i>12сек.</i>

**Норматив «Снаряжение магазинов»**

<i>Вид оружия</i>	<i>Отлично</i>	<i>Хорошо</i>	<i>Удовлетворительно</i>
<i>АК-74(30шт.)</i>	<i>33сек.</i>	<i>38сек.</i>	<i>43сек.</i>
<i>ПМ(8шт.)</i>	<i>16сек.</i>	<i>17сек.</i>	<i>20сек.</i>

**Норматив «Стрельба» (пневматическая винтовка)**

<i>пол</i>	<i>мальчик</i>	<i>мальчик</i>	<i>мальчики</i>	<i>девочки</i>	<i>девочки</i>	<i>девочки</i>
	<i>и</i>	<i>и</i>				
<i>оценка</i>	<i>отлично</i>	<i>хорошо</i>	<i>удов.</i>	<i>отлично</i>	<i>хорошо</i>	<i>удов.</i>
<i>13-15л.</i>	<i>25</i>	<i>20</i>	<i>15</i>	<i>25</i>	<i>20</i>	<i>25</i>
<i>16-17л.</i>	<i>25</i>	<i>20</i>	<i>15</i>	<i>25</i>	<i>20</i>	<i>15</i>
<b>Оценка</b>	<b>Количество выбитых очков</b>					
		<b>ПМ</b>	<b>АК</b>			
<b>Отлично</b>	25-30		25-30			
<b>Хорошо</b>	21-24		20-24			
<b>Удовлетворительно</b>	18-20		15-19			

**ТАБЛИЦА УЧЕТА РЕЗУЛЬТАТОВ СТРЕЛЬБЫ**

<i>№п/п</i>	<i>ФИ обучающегося</i>	<i>Оценка</i>
-------------	------------------------	---------------


**Дни воинской славы России, приуроченные к памятным событиям:***1 год обучения*

8 сентября	1812 год, русская армия под командованием Михаила Илларионовича Кутузова выстояла в генеральном сражении с французской армией при селе Бородино;
11 сентября	1790 год, русская эскадра под командованием Фёдора Фёдоровича Ушакова одержала победу над турецкой эскадрой у мыса Тендра;
21 сентября	1380 год, русские полки во главе с великим князем Дмитрием Донским одержали победу над ордынскими войсками в Куликовской битве;
24 сентября	1799 год, русские войска под командованием Александра Васильевича Суворова совершили героический переход через перевал Сен-Готард в Швейцарии;
26 сентября	1914 год, русские войска под командованием Николая Иванова разгромили австро-венгерские войска в Галицийской битве;
18 октября	1813 год, русская армия и её союзники одержали победу над наполеоновскими войсками в Битве народов под Лейпцигом
20 октября	1827 год, русский флот и его союзники разгромили турецкий флот в Наваринском морском сражении;
4 ноября	День народного единства; 1612 год, народное ополчение под командованием князя Дмитрия Пожарского освободило Москву от иноземных захватчиков;
11 ноября	1918 год, окончание Первой мировой войны;

11 ноября	1480 год, завершилось Стояние на Угре, русское государство окончательно обрело независимость.
26 ноября	1904 год, русские войска в ходе обороны крепости Порт-Артур отразили штурм японских войск.
1 декабря	1853 год, русская эскадра под командованием Павла Степановича Нахимова одержала победу над турецкой эскадрой у мыса Синоп;
3 декабря	День Неизвестного солдата
9 декабря	День Героев Отечества. В 1769 году был учрежден военный орден Святого Георгия Победоносца;
17 декабря	1788 год, русские войска под командованием князя Григория Александровича Потемкина взяли турецкую крепость Очаков;
24 декабря	1790 год, русские войска под командованием Александра Васильевича Суворова взяли турецкую крепость Измаил
7 января	1878 год, началось сражение под Шейново, в которой русские войска одержали стратегическую победу над турецкой армией.
9 февраля	1904 год, российский крейсер «Варяг» и канонерская лодка «Кореец» героически сражались с японской эскадрой в бухте Чемульпо.
3 марта	1799 год, русская эскадра под командованием Фёдора Фёдоровича Ушакова взяла штурмом крепость Корфу.
22 марта	1915 год, русские войска после многомесячной осады взяли крупнейшую австрийскую крепость Перемышль.
27 марта	1111 год, русские дружины разбили половецкое войско.
31 марта	1814 год, русские войска и их союзники вступили в Париж. Европа была освобождена от владычества Наполеона.
18 апреля	1242 год, русские войска князя Александра Невского

	одержали победу над немецкими рыцарями на Чудском озере.
4 июня	1916 год, в ходе Первой мировой войны началось наступление русских войск под командованием Алексея Алексеевича Брусилова.

*2год обучения*

2 сентября	1945 год, окончилась Вторая мировая война.
9 октября	1760 год, русские войска в ходе Семилетней войны заняли Берлин.
6 ноября	1943 год, советские войска освободили Киев от немецко-фашистских захватчиков
7 ноября 1941 года	парад на Красной Площади.
19 ноября 1942 года	начало контрнаступления советских войск под Сталинградом. День ракетных войск и артиллерии.
3 декабря	День Неизвестного солдата.
5 декабря	1941 год, началось контрнаступление Красной армии против немецко-фашистских войск в битве под Москвой.
9 декабря	День Героев Отечества.
12 января	1945 год, советские войска начали Висло-Одерскую операцию, советские войска вышли на дальние подступы к Берлину.
27 января	1944 год, советские войска освободили от блокады немецко-фашистских войск город Ленинград.
2 февраля	1943 год, советские войска разгромили немецко-фашистские войска в Сталинградской битве.
13 февраля	1945 год, советские войска окончательно освободили столицу Венгрии Будапешт.

15 февраля	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества. В этот день в 1989 году советские войска были выведены из Афганистана.
23 февраля	День защитника Отечества. 1918 год, была создана Рабоче-Крестьянская Красная армия.
22марта	1915 год, русские войска взяли австрийскую крепость Перемышль.
4апреля	1945 год, советские войска освободили Братиславу.
9апреля	1945 год, советские войска взяли крепость Кенигсберг.
10 апреля	День освобождения Одессы от Румынско-немецких войск.
13апреля	День освобождения столицы Австрии Вены советскими войсками 1945г.
16 апреля	День начала Берлинской стратегической наступательной операции 1945г.
25 апреля	1945 год, на Эльбе произошла встреча советских и американских войск.
2мая	1945 год пал Берлин.
6 мая	1945 год, советские войска начали Пражскую операцию, в ходе которой была освобождена Прага и взята в плен группа армий «Центр». День Георгия Победоносца.
9 мая	День Победы советского народа в Великой Отечественной войне. В этот день в 1945 году была подписана капитуляция фашистской Германии.
12 мая	День полного освобождения Крыма. 1944год, окончание Крымской наступательной операции.
28мая	День пограничника. Декретом Совнаркома учреждена пограничная охрана РСФСР 1918г.

**Ситуационные задачи используются для контроля знаний ПДМП только  
на втором году обучения**

<p align="center"><b>СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА 1</b></p> <p><b>На твоих глазах грузовой машиной сбит пешеход. Он без сознания лежит на спине. Его лицо в крови, правая нога неестественно подвернута, и вокруг нее растекается лужа крови. Дыхание шумное, с характерным сипом на вдохе.</b></p> <p><i>Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Наложить импровизированную шину на правую ногу.</li> <li>2. Вытереть лицо от крови и подложить под голову подушку. Вызвать «Скорую помощь».</li> <li>3. Повернуть пострадавшего на живот.</li> <li>4. Очистить ротовую полость от слизи и крови.</li> <li>5. Убедиться в наличии пульса на сонной артерии.</li> <li>6. Наложить стерильную повязку на кровоточащую рану.</li> <li>7. Оттащить пострадавшего с проезжей части на безопасное место.</li> <li>8. Вызвать «Скорую помощь».</li> <li>9. Оставить пострадавшего на месте и ждать прибытия машины «Скорой помощи».</li> <li>10. Наложить кровоостанавливающие жгуты.</li> </ol>	<p align="center"><b>Правильный ответ:</b></p> <p>2,5, 4, 10, 6, 8, 9.</p>
<p align="center"><b>СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА 2</b></p> <p><b>На автобусной остановке стоящий рядом мужчина побледнел и упал. Он – без сознания, кожные покровы бледные, с сероватым оттенком; зрачки широкие, на свет не реагируют.</b></p> <p><i>Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вызвать «Скорую помощь».</li> <li>2. Убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и реакции зрачков на свет.</li> <li>3. Позвать окружающих на помощь.</li> <li>4. Определить признаки дыхания с помощью ворсинок ваты или зеркала.</li> </ol>	<p align="center"><b>Правильный ответ:</b></p> <p>2, 3, 1, 9.</p>

<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Нанести прекардиальный удар и преступить к сердечно-легочной реанимации.</li> <li>6. Попытаться добиться от мужчины, на что он все-таки жалуется.</li> <li>7. Подробно расспросить окружающих, что предшествовало потере сознания.</li> <li>8. Повернуть пострадавшего на живот.</li> <li>9. Приложить к голове холод (целлофановый пакет со снегом или холодной водой).</li> <li>10. Поднести к носу ватку с нашатырным спиртом.</li> </ol>	
<p style="text-align: center;"><b>СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА 3</b></p> <p><b>Во время ремонта телевизора произошел сильный разряд электрического тока. Мастер потерял сознание и упал возле стола. Его рука продолжает крепко сжимать пучок проводов с деталями. Лицо искажено судорогой.</b></p> <p><i>Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вызвать «Скорую помощь».</li> <li>2. Позвать кого-нибудь на помощь.</li> <li>3. Как можно скорее нанести прекардиальный удар и приступить к непрямому массажу сердца.</li> <li>4. Перебить провода ножом или топором одним ударом.</li> <li>5. Перерезать каждый провод по отдельности на разных уровнях.</li> <li>6. Подложить под голову подушку.</li> <li>7. Убедиться в наличии пульса на сонной артерии и повернуть пострадавшего на живот.</li> <li>8. Убедиться в наличии пульса на сонной артерии, ударить пострадавшего по груди и преступить к непрямому массажу сердца. Если нет реакции, преступить к искусственной вентиляции легких.</li> <li>9. Убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и после прекардиального удара начать сердечно – легочную реанимацию.</li> <li>10. Убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и повернуть пострадавшего на бок.</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Правильный ответ:</b></p> <p>5, 7, 2,1.</p>
<p style="text-align: center;"><b>СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА 4</b></p> <p><b>После удара молнией в одиноко стоящее дерево один из укрывавшихся под ним от дождя путников</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Правильный ответ:</b></p> <p>4, 6, 8, 3, 9.</p>

<p><b>замертво упал. У пораженного молнией левая рука черная, обожженная по локоть; зрачки широкие, не реагирующие на свет; пульса на сонной артерии нет.</b></p> <p><i>Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закопать пораженного молнией в землю.</li> <li>2. Нанести прекардиальный удар и приступить к сердечно – легочной реанимации.</li> <li>3. Накрыть обожженную поверхность чистой тканью.</li> <li>4. Поручить кому-нибудь вызвать «Скорую помощь».</li> <li>5. Повернуть пострадавшего на живот и ждать прибытия врачей.</li> <li>6. Убедиться в отсутствии реакции зрачков на свет и пульса на сонной артерии.</li> <li>7. Поднести ко рту зеркальце, ватку или перышко и по запотеванию стекла и движению ворсинок определить наличие дыхания.</li> <li>8. Положить холод на голову.</li> <li>9. Положить холод на место ожога.</li> <li>10. Поднести к носу ватку с нашатырным спиртом.</li> </ol>	
<p style="text-align: center;"><b>СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА 5</b></p> <p><b>Из воды извлекли семилетнего мальчика. Время нахождения под водой – не более 5-7 минут. Бросается в глаза выраженный цианоз лица, обильные пенистые выделения из дыхательных путей, набухшие сосуды шеи и отсутствие признаков дыхания.</b></p> <p><b>I. Установить тип утопления:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Истинное (синее) утопление.</li> <li>2. Бледное утопление.</li> </ol> <p><b>II. Определи последовательность действий и выбери правильный ответ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вызвать по тел. «Скорую помощь». Правильно и четко указать местонахождение пострадавшего. Обеспечить встречу бригады «03» и проводить ее к месту происшествия.</li> <li>2. Оценить состояние потерпевшего: определить признаки клинической или биологической смерти.</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Правильный ответ:</b></p> <p>I – 1; II – 3; III – 2; IV – 2; V – 2; VI – 1; VII – 1; VIII – 3, 4, 5, 6.</p>

3. Быстрее (без оценки состояния) положить ребенка на живот так, чтобы голова оказалась ниже его таза, удалить содержимое из ротовой полости и резко надавить на корень языка.

**III. В случае появления рвотного и кашлевого рефлексов следует:**

1. Немедленно повернуть ребенка на спину и приступить к сердечно-легочной реанимации.
2. Продолжить раздражение корня языка до полного удаления воды из желудка и легких.
3. Положить пострадавшего на бок.

**IV. При отсутствии кашлевого и рвотного рефлексов и при наличии признаков клинической смерти нужно:**

1. Добиться полного удаления воды из легких и желудка.
2. Немедленно повернуть ребенка на спину и приступить к сердечно-легочной реанимации.
3. Поставить горчичник на область сердца и грелку к ногам.

**V. При появлении самостоятельно сердцебиения и дыхания, возвращении сознания и хорошего самочувствия надо:**

1. Направить ребенка в сопровождении родителей в ближайшую больницу.
2. Обязательно дожидаться прибытия медперсонала, не прекращая наблюдения за состоянием пострадавшего.
3. Оставить ребенка под наблюдением родителей, убедив их в том, что опасность уже миновала.

**VI. При получении информации о том, что «Скорая помощь» прибудет не ранее чем через час, следует:**

1. Остаться ждать прибытия скорой помощи.
2. Взять с собой одного из родителей и на любой машине доставить ребенка в ближайшую больницу.
3. Отправить ребенка с родителями в больницу.

**VII. В случае если вызвать «Скорую помощь» невозможно, транспортировать пострадавшего предпочтительнее на:**

1. Автобусе
2. Грузовике.

<p>3. Легковой автомашине.</p> <p><b>VIII. При появлении kloкочущего дыхания, одышки и посинении губ следует:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Положить пострадавшего на бок или живот.</li> <li>2. Уложить на спину с запрокинутой головой.</li> <li>3. Усадить пациента.</li> <li>4. Приложить к ногам тепло (грелку или бутылку с горячей водой, целлофановый пакет с горячим песком и т.п.).</li> <li>5. Перетянуть бедра жгутами.</li> <li>6. При возможности наладить в дыхание паров спирта через кислород (с помощью кислородной подушки).</li> </ol>	
<p style="text-align: center;"><b>СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА 6</b></p> <p><b>Пятилетнего ребенка извлекли из проруби без признаков жизни. Время пребывания подо льдом 40 мин. Температура воздуха – 25<sup>0</sup> С. В 300 метрах от места происшествия видна теплая избушка.</b></p> <p><i>Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Накрыть пострадавшего ребенка простыней, вызвать милицию и «03».</li> <li>2. Как можно скорее на безопасном расстоянии от края проруби освободить грудную клетку от одежды и приступить к реанимации.</li> <li>3. Немедленно приступить к реанимации, не теряя времени на освобождении грудной клетки.</li> <li>4. Быстро доставить ребенка в избушку, растереть любым спиртовым раствором.</li> <li>5. При появлении признаков жизни доставить ребенка в избушку.</li> <li>6. Повернуть ребенка на живот, вызвать рвотный рефлекс, надавив на корень языка.</li> <li>7. Надавить на корень языка, вызвать рвотный рефлекс, промыть желудок теплой водой.</li> <li>8. Очистить ротовую полость. Промыть желудок и предложить горячий сладкий чай.</li> <li>9. Дать обезболивающее (2-3 табл. Анальгина).</li> <li>10. Наложить жгуты на конечности, отнести в избушку, вызвать «03».</li> <li>11. Смазать тело ребенка вазелином и сделать массаж.</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Правильный ответ:</b></p> <p>15,2, 5, 13,14</p>

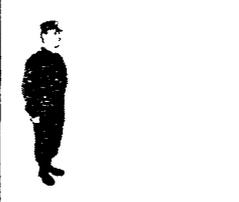
<p>12. Приложить к голове и стопам теплую грелку.  13. Снять с ребенка холодную мокрую одежду.  14. Растереть сухим полотенцем или тканью.  15. Вызвать «03».</p>	
<p style="text-align: center;"><b>СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА 7.</b></p> <p><b>Во время экзамена учащаяся потеряла сознание.</b>  <i>Выбери правильные ответы и расположи их в порядке выполнения.</i></p> <p><b>I. С чего необходимо начать оказывать помощь:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поднести к носу вату с нашатырным спиртом.</li> <li>2. Открыть окна.</li> <li>3. Расстегнуть тугий воротничок и ослабить пояс.</li> <li>4. Проверить реакцию зрачков на свет и наличие пульса на сонной артерии.</li> <li>5. Повернуть девушку на бок.</li> <li>6. Положить на спину и подложить под голову подушку.</li> <li>7. Приступить к сердечно-легочной реанимации.</li> <li>8. Уточнить обстоятельства, предшествовавшие потере сознания.</li> </ol> <p><b>II. Если пульса на сонной артерии и реакции зрачков на свет нет, то нужно:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повернуть девушку на бок.</li> <li>2. Дать вдохнуть пары нашатырного спирта.</li> <li>3. Немедленно вызвать «Скорую помощь».</li> <li>4. Приступить к сердечно-легочной реанимации.</li> <li>5. Вызвать милицию.</li> </ol> <p><b>III. Если пульс на сонной артерии есть, то следует:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повернуть на бок или живот.</li> <li>2. Поднести к носу ватку с нашатырным спиртом.</li> <li>3. Расстегнуть стягивающую одежду.</li> <li>4. Приподнять ноги.</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Правильный ответ:</b></p> <p>I – 4; II – 3; III – 4, 5; IV – 3; V – 4; VI – 7.</p>

<p><b>IV. Если после предпринятых мер сознание по истечении 3-4 минут не возвращается, то надо:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поднять ноги еще выше.</li> <li>2. Натереть виски нашатырным спиртом.</li> <li>3. Распахнуть окна.</li> <li>4. Похлопать по щекам.</li> <li>5. Брызнуть в лицо холодной водой.</li> <li>6. Вынести на свежий воздух.</li> <li>7. Повернуть больную на живот.</li> <li>8. Положить холод на голову.</li> <li>9. Повернуть на спину и подложить под голову подушку.</li> </ol> <p><b>V. После восстановления сознания и при хорошем самочувствии следует:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Продолжить экзамен.</li> <li>2. Отправить девушку в сопровождении подруги домой.</li> <li>3. Предоставить возможность полежать.</li> <li>4. Вызвать врача и настоять на госпитализации.</li> </ol> <p><b>VI. Если после возвращения сознания в положении лежа у девушки отмечается усиление болей в животе и пояснице, а при вставании – резкая слабость и повторный обморок, то полагается:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повернуть на правый бок.</li> <li>2. Уложить на живот.</li> <li>3. Приподнять ноги.</li> <li>4. Положить холод на живот.</li> <li>5. Приложить к животу грелку или бутылку с теплой водой.</li> <li>6. Уложить на спину и приподнять голову.</li> <li>7. Дать таблетку анальгина.</li> </ol>	
<p style="text-align: center;"><b>СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА 8</b></p> <p><b>Пострадавший - взрослый после падения со стремянки лежит на полу в позе «лягушки» и жалуется на сильные боли в области паха.</b></p> <p><i>Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Наложить транспортные шины и вызвать скорую помощь.</li> <li>2. Повернуть на живот, вызвать рвотный рефлекс,</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Правильный ответ:</b></p> <p>9,4,5,</p>

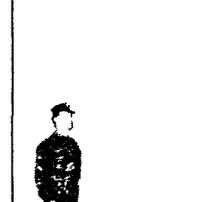
<p>очистить ротовую полость от рвотных масс.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Приступить к реанимации, освободив грудную клетку от одежды.</li> <li>4. Обезболить. Дать 2-3 табл. анальгина.</li> <li>5. Подложить валик под колени. Зафиксировать в вакуумной переноске в «позе лягушки».</li> <li>6. Наложить давящую повязку.</li> <li>7. Предложить обильное теплое питье, дать успокоительные лекарства.</li> <li>8. Приложить холод на живот.</li> <li>9. Вызвать скорую помощь.</li> </ol>	
<p style="text-align: center;"><b>СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА 9</b></p> <p><b>На тротуаре в положении «на спине» лежит без сознания пешеход, сбитый легковым автомобилем. У него венозное кровотечение из рваной раны на левой голени.</b></p> <p><i>Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Наложить транспортные шины и вызвать скорую помощь.</li> <li>2. Повернуть на живот.</li> <li>3. Приступить к реанимации, освободив грудную клетку от одежды.</li> <li>4. Освободить ротовую полость от рвотных масс.</li> <li>5. Обезболить. Дать 2-3 табл. Анальгина.</li> <li>6. Наложить давящую повязку.</li> <li>7. Предложить обильное теплое питье.</li> <li>8. Приложить холод к голове.</li> <li>9. Вызвать скорую.</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Правильный ответ: 9,6,4,3,5</b></p>
<p style="text-align: center;"><b>СИТУАЦИОННАЯ ЗАДАЧА 10</b></p> <p><b>Из окна 2-го этажа горящего дома выпрыгнул человек. Он катается по снегу, пытаясь сбить пламя. Его рубашка на спине уже перестала тлеть, под остатками ткани видна черная кожа со множеством влажных трещин и пузырей.</b></p> <p><i>Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Снять с пострадавшего рубашку.</li> <li>2. Положить его на спину.</li> <li>3. Повернуть на живот.</li> <li>4. Набрать как можно больше пакетов со снегом и положить их на спину.</li> <li>5. Удалить остатки одежды и промыть кожу чистой водой.</li> </ol>	<p style="text-align: center;"><b>Правильный ответ: 3, 8, 10, 9, 14.</b></p>

- |   |  |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"><li>6. Обработать обожженную поверхность спиртом, одеколоном или водкой.</li><li>7. Удалить остатки одежды и пузыри.</li><li>8. Наложить на места ожогов стерильные повязки.</li><li>9. Накрыть спину чистой простыней.</li><li>10. Предложить пострадавшему 2-3 табл. Анальгина.</li><li>11. Оросить ожог растительным маслом.</li><li>12. Густо посыпать место ожога мукой.</li><li>13. Присыпать обожженную поверхность содой.</li><li>14. Предложить пострадавшему обильное теплое питье.</li></ol> |  |
|---|--|

## Комплекс физической самозащиты на 8 счетов

				
Исходное положение	один	Два		три
				
Четыре	пять	Шесть	Семь	восемь

## Комплекс самозащиты с применением автомата Калашникова.

				
Исходное положение	один	Два		три
				
Четыре	пять	шесть	Семь	восемь

