

Управление образования, культуры, спорта и молодежной политики
администрация Аромашевского муниципального района

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

ул. Декабристов 12, с.Аромашево, Тюменская область, 627350, тел/факс 8(34545) 2-04-54 e-mail: arom_ddt@mail.ru

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 7
от «20» мая 2025 г.

Утверждаю:
Директор МАОУ ДО
«Дом детского творчества»
Казанцева Е.А.
«20» мая 2025 г.



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Беркут»

социально-гуманитарная направленность

Объем: 432 часа
Срок реализации: 2 года
Возрастная категория: 14-18 лет
Место реализации:
с.Аромашево, ул.Декабристов д.12

Автор-составитель:
Чухачёв Александр Сергеевич,
педагог дополнительного образования

с.Аромашево
2025

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Беркут» разработана с учётом следующих законодательных нормативно-правовых:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «ЮНАРМИЯ» для детей 6-12 лет (далее – Программа) разработана с учетом следующих законодательных нормативно-правовых документов:

- Конвенции ООН о правах ребенка;
- Конституции РФ;
- Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р.;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242;
- санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными 28.09.2020 г. №28 (регистрационный номер 61573 от 18.12.2020г.);
- Устав Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «ЮНАРМИЯ» от 28.05.2016;
- Положение о региональных отделениях, местных отделениях Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «ЮНАРМИЯ», утвержденное решением Главного штаба ВВПОД «ЮНАРМИЯ», протокол № 4 от 26.01.2017.

Актуальность

Сегодня идет строительство Вооруженных Сил на основе созданных в процессе реформы правовых, политических, организационно-структурных предпосылок с учетом по-новому осмысленных национальных интересов и степени реальности угроз национальной безопасности России. Вооруженные силы комплектуются высококвалифицированными кадрами, способными в

современных условиях вести эффективную профессиональную деятельность.

Активно ведется работа по переходу вооруженных сил на контрактный принцип комплектования. В связи с этим, к солдатам контрактной службы предъявляются повышенные требования к уровню образования и физической подготовленности. Неподготовленный человек сталкивается с определенными трудностями как при поступлении в высшие военные учебные заведения, так и при поступлении на срочную (контрактную) службу.

Отличительная особенность заключается в том, что работа по военно-патриотическому воспитанию проводится комплексно, что позволит подростку усилить свою ориентацию на развитие интересов и способностей, укрепить здоровье, овладеть военно-прикладными видами спорта.

Педагогическая целесообразность

Программа основана на комплексном подходе к подготовке молодого человека «новой формации», умеющего жить в современных условиях: компетентного, мобильного, с высокой культурой общения, готового к принятию справедливых решений, умеющего эффективно взаимодействовать с окружающим миром.

Процесс формирования готовности к защите Отечества у обучающихся строится с учетом имеющихся знаний, жизненного опыта, общих задач обучения и воспитания. Программа способствует освоению учебной информацией личностно значимого характера, опираясь на высокую эмоциональность, впечатлительность, восприимчивость, формирования у обучающихся чувства восхищения воинами Вооруженных Сил РФ, формировании желания в будущем встать в их ряды.

При разработке содержания Программы учитывались:

- основные закономерностей развития теории военно-патриотического воспитания;
- интегративность – охват многих сфер человеческой деятельности;
- направленность на формирование у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность личности, общества и государства.

Отбор содержания Программы проведен с учетом системного подхода, в соответствии с которым обучающиеся должны освоить содержание, значимое для формирования гуманистического мировоззрения, познавательной, нравственной культуры, ценностного отношения к своему здоровью и мотивационной установки на ведение здорового образа жизни, любви к своему краю и его истории.

Отличительные особенности программы

обусловлена вовлечением их в новое движение, через официальное вступление в ряды юнармейцев, приобретение отличительных знаков, особой формы одежды. Приобщение к новому коллективному делу.

Инновационным аспектом программы

является воспитание гражданской позиции в общественной жизни через включение в коллективную работу независимо от степени мастерства, позволяющее развить новые качества личности, необходимые для адаптации к требованиям, предъявляемым обществом.

Форма обучения: очная

Направленность программы: социально-гуманитарная

Целевая аудитория: дети в возрасте от 14 до 18 лет. без специальной подготовки, дети должны иметь допуск врача к занятиям в спортивной.

Язык обучения: русский.

Уровень программы: разноуровневая.

Объем и сроки освоения программы: 2 года, 1 год обучения 216 часов, 2 год обучения 216 часов.

Режим занятий: Периодичность занятий - 3 раза в неделю по 2 академических часа. Продолжительность занятий 45 минут (36 недель в год).

1.2.

1.3. Цель и задачи программы

Целью программы «Беркут» является физическая и моральная подготовка обучающихся к службе в вооруженных силах и силовых ведомствах Российской Федерации.

Задачи

Воспитательные:

- формировать положительные мотивации к военной службе;
- воспитывать чувства патриотизма;
- развивать базовые и специальные личностные компетенции, позволяющие обучающемуся обеспечить сохранность жизни и здоровья;
- формировать нравственно-волевые качества, дисциплинированность и исполнительность;
- развивать основные (базовые) физические качества;
- получить опыт военно-профессиональной деятельности;
- формировать жизненно важные умения и навыки;
- формировать психическое и физическое состояния обучающихся.

Обучающие:

- формировать навыки современного организационно-экономического мышления, обеспечивающих социальную адаптацию;
- организовывать разработку технико-технологических проектов;

- учить планировать и выполнять практическое задание с опорой на инструкционную карту;
- формировать способности понимать особенности выполнения проектной деятельности под руководством педагога;
- формировать способность выполнять действия моделирования и преобразования модели, работать с простейшей технической документацией;
- учить отбирать и выстраивать оптимальную технологическую последовательность реализации собственного или предложенного педагогом замысла; уметь анализировать устройство изделия.

Развивающие:

- развивать физическое и духовно-нравственное развитие детей и молодежи, пропаганда здорового образа жизни;
- развивать физическое состояние обучающихся, формировать навыки дисциплины;
- развивать самоорганизацию и умение действовать в сложных экстремальных ситуациях.
- развивать положительную мотивацию к службе в Вооружённых Силах РФ.

1.3. Планируемые результаты:

Личностные:

- соблюдать дисциплину;
- выполнять правила внутреннего распорядка;
- осознать себя как индивидуальность и одновременно как член детского коллектива;
- способность к самооценке своих действий и поступков;
- проявлять в конкретных ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь;
- усвоить гуманистические, демократические и традиционные ценности многонационального российского общества;
- принять чувство ответственности и долга перед Родиной.

Метапредметные:

- уметь самостоятельно определять цель при выполнении работы;
- выстраивать последовательность необходимых операций;
- уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- выделять и обобщать смысл поставленной учебной задачи;
- определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии;
- уметь работать с информацией;
- уметь работать с взрослыми сверстниками в процессе совместной деятельности;
- работать индивидуально и в группе;
- сознавать ответственность за общее дело;
- выделять моральное содержание ситуации.

Предметные:

Обучающиеся узнают:

- меры безопасности во время занятий;
- воинские традиции Советской и Российской армии;
- символы воинской чести;
- государственную символику России;
- элементы строя и обязанности в строю;
- материальную часть автомата Калашникова;
- требования к личному и групповому снаряжению;
- организацию привалов и ночлегов;
- принципы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях.

Обучающиеся научатся:

- выполнять строевые команды на месте и в движении;
- выполнять сборку-разборку автомата АК-74М;
- организовывать ночлег в полевых условиях;
- ориентироваться на местности;
- выполнять комплексы физических упражнений;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ранениях;
- оказывать помощь при чрезвычайных ситуациях.

1.4. Учебный план

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социальной гуманитарной направленности 1 год обучения

№	Наименование раздела, темы	Кол-во часов			Форма аттестаци и контроля
		Всего часов	Теория	Практи ка	
	Вводное занятие. Вводный инструктаж, инструктаж по технике безопасности на занятиях. История создания СГ «Беркут»	1	1	-	Беседа
1.	Военная история.	25	25	-	
1.1	Сражения и битвы. Куликовская битва 1830 г. Отечественная война 1812 г. Великая отечественная война 1941-1945 гг. Анализ причин войны, её целей.	5	5	-	Опрос
1.2	Полководцы России. Победы в сражении, выигранная военная компания. Биография великих полководцев.	4	4	-	Опрос

1.3	Это Великое слово «Победа» (о защитниках Великой Отечественной войны)	4	4	-	Опрос
1.4	Типы армий. Описание типов государства, которые определяют исторически тип армий: система комплектования ВС.	4	4	-	Опрос
1.5	Вооружение армий. Изменения в вооружении армии. Процесс развития военного дела с древнейших времен.	4	4	-	Опрос
1.6	Дни воинской славы России.	4	4	-	Опрос
2.	Уставы ВС РФ	10	10	-	
2.1	Устав Внутренней Службы.	2	2	-	Опрос
2.2	Строевой Устав ВС РФ.	2	2	-	Опрос
2.3	Дисциплинарный Устав ВС РФ.	2	2	-	Опрос
2.4	Устав Караульной и гарнизонной службы ВС РФ.	2	2	-	Опрос
2.5	Боевой Устав ВС РФ.	2	2	-	Опрос
3.	Огневая подготовка	20	4	16	
3.1	ТТХ современного стрелкового оружия. АК. РПК. ПМ. Основные части и механизмы. Принцип работы. Порядок неполной разборки. Снаряжение магазина патронами	4	2	2	Опрос
3.2	Основные приемы и правила стрельбы. Изготовка к стрельбе: «лежа», «стоя», «с колена».	6	-	6	Зачет
3.3	Прицеливание. Правильное прицеливание, установка прицела, дыхание, производство выстрела.	6	2	4	Зачет
3.4	Ручные осколочные гранаты	4	-	4	Опрос

.	РГД-5, Ф-1. ТТХ ручных осколочных гранат. Отработка броска гранат.				
4.	Строевая подготовка	18	2	16	
4.1	Строевые приемы и движение без оружия. Строевая стойка. Движение строевым шагом. Повороты на месте и в движении. подход к начальнику и отход от него	6	1	5	Контроль ное занятие
4.2	Строевые приемы и движения с оружием. Выполнение строевых приемов с оружием.	7	1	6	Контроль ное занятие
4.3	Строевое слаживание. Движение строевым шагом в составе подразделения. Исполнение строевой песни. Отдание воинского приветствия.	5	-	5	Контроль ное занятие
5.	Самооборона.	48	-	48	
5.1	Ударная техника. Формирование и постановка удара.	8	-	8	Контроль ное занятие
5.2	Нижняя акробатика. Отработка падений, кувырки вперед.	8	-	8	Контроль ное занятие
5.3	Нижняя акробатика. Кувырок через препятствие, подбор оружия в кувырке.	8	-	8	Контроль ное занятие
5.4	Освобождение от захватов. Освобождение от захватов, руки, плеча, головы, ноги.	12	-	12	Контроль ное занятие
5.5	Защита от ударов. Защита от противника вооруженного: палкой, ножом, огнестрельным оружием.	12	-	12	Контроль ное занятие
6.	Основы оказания первой помощи.	12	7	5	
6.1	Порядок действия при оказании первой помощи. Оценка ситуации. Эвакуация пострадавшего.	2	1	1	Опрос

	Виды эвакуаций. Осмотр пострадавшего.				
6.2	Оказание первой помощи. Оказание первой помощи при переломах, вывихах различных частей тела.	2	2	-	Контроль ное занятие
6.3	Оказание первой помощи. Оказание ПМП при переохлаждении, перегреве.	2	2	-	Контроль ное занятие
6.4	Оказание первой помощи в экстремальных условиях. Оценка ситуации. Наложение жгута, наложение повязок.	6	2	4	Контроль ное занятие
7.	Общая физическая подготовка	82	-	82	
7.1	Функциональное многоборье Понятие «Функциональное многоборье». Основы функционального многоборья. Техника выполнения, безопасность и эффективность.	14	-	14	Контроль ное занятие
7.2	Кардиотренировка и аэробика. Бег. Скакалка. Аэробные упражнения с весом тела.	14	-	14	Контроль ное занятие
7.3	Гимнастика, отжимания, акробатические упражнения, сгибания на пресс, подтягивания, выходы силой, стойка и ходьба на руках.	18	-	18	Контроль ное занятие
7.4	Техника бега на лыжах.	8	-	8	Контроль ное занятие
7.5	Тяжелая атлетика. Становая тяга. Сумо до груди. Взятие на грудь. Присед.	14	-	14	Контроль ное занятие
7.6	Метаболические тренировки. Кардио + тяжелая атлетика. Гимнастика + кардио + тяжелая атлетика.	10	-	10	Контроль ное занятие

	Тяжелая атлетика + гимнастика. Кардио + тяжелая атлетика + гимнастика. Кардио + гимнастика. Тяжелая атлетика + кардио + гимнастика.				
7.7	Военно-прикладные навыки. Марш-бросок в составе подразделения. Общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий.	4	-	4	Соревнования
	Общее количество часов:	216	49	167	
	Всего часов:	216			

1.5. Содержание учебного плана для 1-го года обучения

Вводное занятие. Вводный инструктаж, инструктаж по технике безопасности на занятиях. История создания СГ «Беркут» (Приложение 1).

2. Учебная дисциплина «Военная история».

Тема: «Сражения и битвы».

Теоретические занятия: Куликовская битва 1830 г. Отечественная война 1812 г. Великая Отечественная война 1941-1945 гг. Анализ причин войны, цели и задачи.

Тема: «Полководцы России».

Теоретические занятия: Победы в сражении, выигранная военная кампания, биография великих полководцев.

Тема: «История 38-го Тобольского пехотного полка».

Теоретические занятия: История, цели и задачи, основные сражения.

Тема: «Типы армий».

Теоретические занятия: Типы государства. Формирование типов армий. Система комплектования ВС.

Тема: «Вооружение армии».

Теоретические занятия: Изменения в вооружении армии. Процесс развития военного дела с древнейших времен.

Тема: «Дни воинской славы России».

Теоретические занятия: История, цели и задачи, основные сражения.

3. Учебная дисциплина «Уставы ВС РФ».

Тема: «Устав Внутренней службы».

Теоретическое занятие: включает в себя следующие подтемы: распорядок дня военнослужащего, обязанности солдата-матроса, обязанности дневального и дежурного, обязанности командира отделения и заместителя командира взвода, военнослужащие и

взаимоотношения между ними, описание нагрудного знака (нарукавной повязки) лиц суточного наряда.

Практическое занятие: отработка несения службы дневального (дежурного).

Тема: «Строевой Устав».

Теоретическое занятие: включает в себя следующие подтемы: общие положения, строи и управление ими, обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю

Практическое занятие: строевые приемы и движение без оружия / с оружием, выполнение воинского приветствия без оружия на месте / в движении, подход к начальнику и отход от него.

Тема: «Дисциплинарный Устав ВС РФ».

Теоретическое занятие: включает в себя следующие подтемы: воинская дисциплина, поощрение, права командира отделения, заместителя командира взвода и старшины роты.

Тема: «Устав Караульной и гарнизонной службы».

Теоретическое занятие: включает в себя следующие подтемы: должностные лица гарнизона и их обязанности, организация караульной службы, подготовка караулов.

Тема: «Боевой Устав».

Теоретическое занятие включает в себя следующие подтемы: общевойсковой бой, способы его ведения и средства вооруженной борьбы, основы применения подразделений в общевойсковом бою, обязанности личного состава в бою, управление подразделениями в бою, оборона, наступление.

4. Учебная дисциплина «Огневая подготовка».

Тема: «ТТХ современного стрелкового оружия: АК, РПК, ПМ. Основные части и механизмы. Принцип работы. Порядок неполной разборки».

Теоретическое занятие включает в себя следующие подтемы: инструктаж, техника безопасности, ТТХ современного стрелкового оружия. АК. РПК, ПМ. Основные части и механизмы. Принцип работы. Порядок неполной разборки.

Практическое занятие: неполная разборка и сборка АК, РПК, ПМ. Снаряжение магазина патронами.

Тема: Основные приемы и правила стрельбы. Изготовка к стрельбе: «лежа», «стоя», «с колена».

Практическое занятие: отработка и выполнение 1 УНС.

Тема: Прицеливание. Правильное прицеливание, установка прицела, дыхание, производство выстрела.

Теоретическое занятие: инструктаж, техника безопасности, правильная изготовка для стрельбы из различных положений, прицеливание, дыхание при стрельбе, правильность спуска.

Практическое занятие: стрельба из ПВ по мишени № 10 и по спортивным мишенным установкам.

Тема: «Ручные осколочные гранаты РГД-5, Ф-1. ТТХ ручных осколочных гранат. Отработка броска гранат».

Теоретическое занятие: инструктаж, техника безопасности, устройство и назначение гранат, правильное осуществление броска гранаты.

Практическое занятие: техника выполнения броска гранаты на дальность и точность.

5. Учебная дисциплина: «Строевая подготовка».

Тема: «Строевые приемы и движение без оружия. Строевая стойка. Движение строевым шагом. Повороты на месте и в движении. Подход к начальнику и отход от него».

Теоретическое занятие: понятие «строй», обязанности солдата перед построением и в строю.

Практическое занятие: одиночная строевая подготовка, строевые приемы и движение без оружия, строевая стойка, движение строевым шагом, повороты на месте и в движении.

Тема: «Строевые приемы и движение с оружием. Выполнение команд с оружием. Движение с оружием».

Теоретическое занятие: понятие «строй», обязанности солдата перед построением и в строю.

Практическое занятие: одиночная строевая подготовка, строевые приемы и движение с оружием, строевая стойка, движение строевым шагом, повороты на месте и в движении.

Тема: «Строевое слаживание. Движение строевым шагом в составе подразделения. Исполнение строевой песни. Отдание воинского приветствия».

Теоретическое занятие: правильность выполнения отдания воинского приветствия, правильность исполнения строевой песни.

Практическое занятие: строевое слаживание, движение строевым шагом в составе подразделения, исполнение строевой песни, отдание воинского приветствия, отработка прохождения торжественным маршем с отдаванием воинского приветствия.

6. Учебная дисциплина: «Самооборона».

Тема: «Ударная техника: формирование и постановка удара».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, разминка, отработка по лапам прямых и боковых ударов, уход от удара, контратака.

Тема: «Нижняя акробатика. Отработка падений, кувырки вперед».

Практическое занятие: разминка, отработка падений и кувырков вперед через голову, плечо, с группировкой.

Тема: «Нижняя акробатика. Кувырок через препятствие, подбор оружия в кувырке».

Практическое занятие: разминка, отработка кувырков через препятствие, отработка кувырков с оружием, подбор оружия в кувырке.

Тема: «Освобождение от захватов руки, плеча, головы и ноги».

Практическое занятие: разминка, отработка упражнений освобождения от захватов руки, плеча, головы и ноги.

Тема: «Защита от ударов».

Практическое занятие: разминка, защита от противника вооруженного палкой, ножом, огнестрельным оружием, отработка упражнений.

7. Учебная дисциплина «Основы оказания первой помощи».

Тема: «Порядок действия при оказании первой помощи».

Теоретическое занятие: Оценка ситуации. Эвакуация пострадавшего. Виды эвакуаций. Осмотр пострадавшего.

Практическое занятие: отработка последовательности действий при оказании первой помощи.

Тема: «Оказание первой помощи при переломах, вывихах различных частей тела».

Теоретическое занятие: Виды перелом, оказание первой помощи при переломах. Вывих и их виды, оказание первой помощи при вывихах.

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, отработка последовательности действий при переломах, вывихах различных частей тела.

Тема: «Оказание первой помощи при переохлаждении, перегреве».

Теоретическое занятие: переохлаждение, степени переохлаждений. Перегрев, степени перегрева.

Практическое занятие: отработка последовательности действий при переохлаждении, перегреве.

Тема: «Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях. Оценка ситуации. Наложение жгута, повязок».

Теоретическое занятие: последовательность действий первой помощи в экстремальных ситуациях. Оценка ситуации. Наложение жгута

Практическое занятие: транспортировка раненого в безопасную зону, правильность оказания первой помощи в безопасной зоне. Наложение жгута, повязок.

8. Учебная дисциплина «Общая физическая подготовка».

Тема: «Функциональное многоборье».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, разминка, понятие и основы «Функционального многоборья», техника выполнения, безопасность и эффективность, контроль нагрузок.

Тема: «Кардиотренировка и аэробика».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, разминка, отработка техники бега, упражнений со скакалкой, аэробных упражнений с весом тела.

Тема: «Гимнастика».

Тема: «Освобождение от захватов руки, плеча, головы и ноги».

Практическое занятие: разминка, отработка упражнений освобождения от захватов руки, плеча, головы и ноги.

Тема: «Защита от ударов».

Практическое занятие: разминка, защита от противника вооруженного палкой, ножом, огнестрельным оружием, отработка упражнений.

9. Учебная дисциплина «Основы оказания первой помощи».

Тема: «Порядок действия при оказании первой помощи».

Теоретическое занятие: Оценка ситуации. Эвакуация пострадавшего. Виды эвакуаций. Осмотр пострадавшего.

Практическое занятие: отработка последовательности действий при оказании первой помощи.

Тема: «Оказание первой помощи при переломах, вывихах различных частей тела».

Теоретическое занятие: Виды перелом, оказание первой помощи при переломах. Вывих и их виды, оказание первой помощи при вывихах.

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, отработка последовательности действий при переломах, вывихах различных частей тела.

Тема: «Оказание первой помощи при переохлаждении, перегреве».

Теоретическое занятие: переохлаждение, степени переохлаждений. Перегрев, степени перегрева.

Практическое занятие: отработка последовательности действий при переохлаждении, перегреве.

Тема: «Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях. Оценка ситуации. Наложение жгута, повязок».

Теоретическое занятие: последовательность действий первой помощи в экстремальных ситуациях. Оценка ситуации. Наложение жгута

Практическое занятие: транспортировка раненого в безопасную зону, правильность оказания первой помощи в безопасной зоне. Наложение жгута, повязок.

10. Учебная дисциплина «Общая физическая подготовка».

Тема: «Функциональное многоборье».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, разминка, понятие и основы «Функционального многоборья», техника выполнения, безопасность и эффективность, контроль нагрузок.

Тема: «Кардиотренировка и аэробика».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, разминка, отработка техники бега, упражнений со скакалкой, аэробных упражнений с весом тела.

Тема: «Гимнастика».

**1.6. Учебный план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы социальной гуманитарной направленности
2-й год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Форма контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
	Вводное занятие Вводный инструктаж, инструктаж по технике безопасности на занятиях.	1	1-	-	
1.	Уставы ВС РФ	6	6	-	
1.1	Устав внутренней службы ВС РФ. Приведение военнослужащих к Военной присяге (принесение обязательства). Правила хранения оружия, условия и порядок применения.	1	1	-	Опрос
1.2	Рода и виды ВС РФ.	1	1	-	Опрос
1.3	Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю. Строевые приемы и движение без оружия/с оружием.	2	2	-	Опрос
1.4	Размещение и быт военнослужащих в ппд, в полевых условиях.	2	2	-	Опрос
2.	Самооборона	30	-	30	
2.1	Техника выполнения бросков: через бедро, плечо.	4	-	4	Контроль ное занятие

2.2	Нижняя акробатика. Кувырок через препятствие, подбор оружия в кувырке.	8	-	8	Контроль ное занятие
2.3	Техника борьбы в партере: выход на болевые приемы, освобождение от болевых приемов.	6	-	6	Контроль ное занятие
2.4	Борьба в стойке: отработка бросков и выходов на болевые приемы, отработка подсечки, удержание.	6	-	6	Контроль ное занятие
2.5	Противостояние. Особенности работы против нескольких противников.	6	-	6	Контроль ное занятие
3.	Огневая подготовка	20	4	16	
3.1	ТТХ современного стрелкового оружия. АК12. ПКМ СВД ВСС Винторез, Пистолет Ярыгина. Основные части и механизмы. Принцип работы. Порядок неполной разборки.	4	2	2	Опрос
3.2	Приемы и правила выстрела из автомата. Производство стрельбы. Прицел и точка прицеливания.	2	-	2	Контроль ное занятие
3.3	Основы выстрела. Правильность прицеливания. Производство выстрела. Стрельба на вскидку. Стрельба из ПВ.	6	-	6	Контроль ное занятие
3.4	Изучение упражнений учебных стрельб. Техника безопасности при стрельбе.	4	2	2	Контроль ное занятие
3.5	ТТХ ручных осколочных гранат и противотанковых гранат, отработка броска гранат РГО, РГН, РКГ-3.	4	-	4	Опрос
4.	Строевая подготовка	18	2	16	

4.1	Строевые приемы и движение без оружия. Строевая стойка. Движение строевым шагом. Повороты на месте и в движении, подход к начальнику и отход от него.	6	-	6	Контроль ное занятие
4.2	Строевые приемы и движения с оружием. Выполнение строевых приемов. Движение с оружием.	4	-	4	Контроль ное занятие
4.3	Строевое слаживание. Движение строевым шагом в составе подразделения. Исполнение строевой песни. Отдание воинского приветствия.	4	-	4	Контроль ное занятие
4.4	Несение караульной службы. Слаженность караульной смены. Возложение гирлянды. Работа знаменной группы.	4	2	2	Смотр караула
5.	Общая физическая подготовка	81	-	81	
5.1	Общая физическая подготовка-основа успешного выполнения комплексов прикладного функционального многоборья	5	-	5	Контроль ное занятие
5.2	Кардиотренировка и аэробика. Бег. Скакалка. Аэробные упражнения с весом тела.	20	-	20	Контроль ное занятие
5.3	Гимнастика. Отжимания. Акробатические упражнения. Сгибания на пресс. Подтягивания. Выходы силой. Стойка и ходьба на руках.	20	-	20	Контроль ное занятие
5.4	Тяжелая атлетика. Становая тяга. Сумо до груди. Взятие на грудь. Присед.	10	-	10	Контроль ное занятие
5.5	Метаболические тренировки. Кардио + Тяжелая Атлетика. Гимнастика + Кардио + Тяжелая	12	-	12	Контроль ное

	атлетика. Тяжелая атлетика + Гимнастика. Кардио + Тяжелая атлетика + Гимнастика. Кардио + Гимнастика Тяжелая атлетика + Кардио + Гимнастика.				занятие
5.6	Техника бега на лыжах	10	-	10	Контроль ное занятие
5.7	Военно-прикладные навыки. Марш-бросок в составе подразделения. Общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий.	4	-	4	Соревнование
6.	Основы оказания первой помощи	10	10	-	
6.1	Основы анатомии и физиологии человека	4	4	-	Опрос
6.2	Основы сердечно-легочной реанимации	2	2	-	Контроль ное занятие
6.3	Синдром длительного сдавливания конечности	2	2	-	Контроль ное занятие
6.4	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения.	2	2	-	Контроль ное занятие
7.	Военная топография	10	4	6	
7.1	Работа с картами. Умение читать карты. Условные обозначения. Масштаб карты. Типы карт.	4	2	2	Контроль ное занятие
7.2	Ориентирование на местности. Определение сторон света. Работа с компасом. Определение расстояния до объекта.	6	2	4	Контроль ное занятие

8.	Тактическая подготовка	34	4	30	
8.1	Передвижение. Передвижение пригнувшись. Короткие перебежки. Переползание. Скрытное передвижение.	12	2	10	Контроль ное занятие
8.2	Боевое слаживание. Передвижения на поле боя. Передвижения в составе взвода. Боевое охранение. Действия при нападении.	10	2	8	Контроль ное занятие
8.3	Маскировка. Одиночная маскировка и в составе взвода. Оборудование одиночной стрелковой ячейки.	6	-	6	Контроль ное занятие
8.4	Преодоление препятствий. Наведение переправы. Преодоление различных преград.	6	-	6	Контроль ное занятие
9.	РХБЗ	6	4	2	
9.1	Средства индивидуальной защиты. Устройство противогаза. Правила надевания и снятия противогаза. Изучение и надевание ОЗК. Преодоление зараженной местности.	4	2	2	Контроль ное занятие
9.2	Боевые отравляющие вещества. Виды и характеристики БОВ. Условные сигналы и выполнении команд при заражении.	2	2	-	Контроль ное занятие
	Общее количество часов:	216	35	181	
	Всего:	216			

1.7. Содержание учебного плана для 2-го года обучения

Вводное занятие. Вводный инструктаж, инструктаж по технике безопасности на занятиях (Приложение 1).

1. Учебная дисциплина «Уставы ВС РФ».

Тема: «Устав Внутренней службы ВС РФ».

Теоретическое занятие: Устав внутренней службы ВС РФ. Права военнослужащих. Приведение военнослужащих к Военной присяге (принесение обязательства). Правила хранения оружия. условия и порядок применения его военнослужащими определяются настоящим Уставом, Уставом гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации и Уставом военной полиции Вооруженных Сил Российской Федерации.

Тема: «Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю».

Теоретическое занятие: Общие положения, обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю. Строевые приемы и движение без оружия / с оружием. Гимн РФ.

Тема: «Рода и виды ВС РФ».

Теоретическое занятие: состав, руководство и управление ВС РФ. Сухопутные войска. Военно-морской Флот. Ракетные войска стратегического назначения. Воздушно-десантные войска. Части и учреждения тыла ВС РФ.

Тема: «Размещение и быт военнослужащих в ппд (постоянный пункт дислокации), в полевых условиях».

Теоретическое занятие: Спальное помещение. КХО. Комната (место) для чистки оружия. Кладовая для хранения имущества роты и личных вещей военнослужащих. Место для чистки обуви.

2. Дисциплина: «Самооборона».

Тема: «Техника выполнения бросков: через бедро, плечо».

Практическое занятие: разминка, отработка падений с группировкой, подход к противнику, захват и выполнение броска.

Тема: «Нижняя акробатика. Кувырок через препятствие, подбор оружия в кувырке».

Практическое занятие: разминка, отработка кувырков через препятствие, отработка кувырков с оружием, подбор оружия в кувырке.

Тема: «Техника борьбы в партере».

Практическое занятие: разминка, понятие «партер», отработка техники борьбы в партере. Выход на болевые приемы, освобождение от болевых приемов.

Тема: «Борьба в стойке».

Практическое занятие: разминка, отработка бросков и выходов на болевые приемы, отработка подсечки, удержание.

Тема: «Противостояние».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, разминка, особенности работы и отработка упражнений против нескольких противников.

3. Учебная дисциплина «Огневая подготовка».

Тема: ТТХ современного стрелкового оружия. АК12, ПКМ, СВД, ВСС, Винторез, Пистолет Ярыгина.

Теоретическое занятие включает в себя следующие подтемы: инструктаж, техника безопасности, ТТХ современного стрелкового оружия. АК12. ПКМ СВД ВСС, Винторез, Пистолет Ярыгина. Основные части и механизмы. Принцип работы. Порядок неполной разборки и сборки.

Практическое занятие: неполная разборка и сборка АК12, СВД, пистолета Ярыгина.

Тема: «Приемы и правила стрельбы из автомата. Производство выстрела, прицел и точка прицеливания».

Теоретическое занятие: изучение основных приемов стрельбы.

Тема: «Основы выстрела: правильность прицеливания, производство выстрела, стрельба на вскидку и стрельба из ПВ».

Теоретическое занятие: инструктаж, техника безопасности, правильная подготовка для стрельбы из различных положений, прицеливание, дыхание при стрельбе, правильность спуска.

Практическое занятие: стрельба из ПВ по мишени № 10 и по спортивным мишенным установкам, стрельба на вскидку. Отработка стрелковых упражнений с применением учебного тренажера (СКАТТ).

Тема: «Изучение упражнений учебных стрельб. Техника безопасности при стрельбе».

Теоретическое занятие: инструктаж, техника безопасности. Цикл выполнения упражнений начальных стрельб.

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности. Выполнение 1-го упражнения начальных стрельб с применением СХП.

Тема: «ТТХ ручных осколочных и противотанковых гранат, отработка броска гранат РГО, РГН, РКГ-3».

Теоретическое занятие: инструктаж, техника безопасности, устройство и назначение гранат, техника выполнения броска гранаты.

Практическое занятие: отработка броска гранаты на дальность и точность.

4. Учебная дисциплина: «Строевая подготовка».

Тема: «Строевые приемы и движение без оружия. Строевая стойка. Движение строевым шагом. Повороты на месте и в движении».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, понятие «строй», обязанности солдата перед построением и в строю, одиночная строевая подготовка, строевые приемы и движение без оружия, строевая стойка, движение строевым шагом, повороты на месте и в движении подход к начальнику и отход от него.

Тема: «Строевые приемы и движение с оружием. Выполнение команд с оружием. Движение с оружием».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, одиночная строевая подготовка, строевые приемы и движение с оружием, строевая

стойка, движение строевым шагом, повороты на месте и в движении отдавание воинского приветствия.

Тема: «Строевое слаживание. Движение строевым шагом в составе подразделения. Исполнение строевой песни. Отдание воинского приветствия».

Практическое занятие: строевое слаживание, движение строевым шагом в составе подразделения, исполнение строевой песни, отдавание воинского приветствия, отработка прохождения торжественным маршем с отдаванием воинского приветствия.

Тема: «Несение караульной службы».

Теоретическое занятие: обязанности часового на посту, обязанности разводящего на посты.

Практическое занятие: Заступление на посты. Смена постов разводящим. Несение караульной службы. Возложение гирлянды. Работа знаменной группы.

5. Учебная дисциплина «Общая физическая подготовка»

Тема: Основы выполнения комплексов прикладного функционального многоборья.

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности. Физические качества, средства и методы их развития. Освоение техники выполнения физических упражнений, повышение результатов в выполнении физических упражнений.

Тема: «Кардиотренировка и аэробика».

Практическое занятие: разминка, отработка техники бега, упражнений со скакалкой, аэробных упражнений с весом тела.

Тема: «Гимнастика».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, разминка, отработка техники выполнения акробатические упражнения, сгибаний на пресс, подтягиваний, выходов силой. Стойка и ходьба на руках.

Тема: «Тяжелая атлетика».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, разминка, становая тяга, сумо до груди, взятие на грудь и присед.

Тема: «Метаболические тренировки».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, разминка, выполнение комплексов упражнений:

- кардиотренировка + тяжелая атлетика;
- гимнастика + кардиотренировка + тяжелая атлетика;
- тяжелая атлетика + гимнастика;
- кардиотренировка + тяжелая атлетика + гимнастика;
- кардиотренировка + гимнастика;
- тяжелая атлетика + кардиотренировка + гимнастика.

Тема: «Техника бега на лыжах».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, разминка, отработка выполнения техники бега «коньковым ходом» и «классическим ходом» на лыжах, отработка подъема и спуска на лыжах.

Тема: «Военно-прикладные навыки».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, разминка, марш и бросок в составе подразделения, контрольное упражнение на единой полосе препятствий.

6. Учебная дисциплина «Основы оказания первой помощи».

Тема: «Основы анатомии и физиологии человека».

Теоретическое занятие: Краткие сведения о строении организма человека (клетка, ткань, орган, система органов).

Тема: «Основы сердечно-легочной реанимации».

Теоретическое занятие: Объем реанимационных мероприятий. Требования к условиям, необходимым для проведения сердечно-легочной реанимации.

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности. Восстановление дыхания. Техника проведения искусственной вентиляции легких (ИВЛ) различными способами («изо рта в рот» и «изо рта в нос»). Восстановление кровообращения. Техника проведения непрямого массажа сердца.

Тема: «Синдром длительного сдавливания конечности».

Теоретическое занятие: Причины возникновения и признаки СДС. Осложнения, возникающие при СДС.

Практическое занятие: Первая помощь при синдроме длительного сдавливания конечности.

Тема: Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения.

Теоретическое занятие: инструктаж, техника безопасности, транспортировка раненого в безопасную зону, правильность оказания первой помощи в безопасной зоне.

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, оценка обстановки и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи. Вызов скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом, придание устойчивого бокового положения, запрокидывание головы с подъемом подбородка, выдвижение нижней челюсти.

7. Дисциплина: «Военная топография».

Тема: «Работа с картами».

Теоретическое занятие: Типы карт. Условные обозначения. Масштаб.

Практическое занятие: Распознавание типов карт. Условные обозначения. Вычисление масштабов карты.

Тема: «Ориентирование на местности».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности. Работа с компасом. Определение сторон света. Определение азимута. Работа с картами, измерение расстояния до объекта.

8. Учебная дисциплина «Тактическая подготовка».

Тема: «Передвижение».

Теоретическое занятие: обязанности солдата в бою.

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, тактика ведения боя в составе группы, одиночные перемещения на поле боя, скрытое перемещение в лесу.

Тема: «Боевое слаживание».

Теоретическое занятие: понятие «слаживание», расстановка личного состава.

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, передвижение на поле боя в составе взвода, боевое охранение суточного места пребывания, действия при нападении.

Тема: «Маскировка».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности. Виды маскировки. Индивидуальная маскировка и маскировка вооружения. Оборудование одиночной стрелковой ячейки.

Тема: «Преодоление препятствий».

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, прохождение полосы препятствий, наведение переправы.

9. Учебная дисциплина «Радио химическая биологическая защита»

Тема: «Средства индивидуальной защиты».

Теоретическое занятие: понятие «противогаз», устройство противогаза, правила надевания и снятия противогаза, ОЗК.

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, обработка противогаза, отработка действий надевания и снятия противогаза, отработка действий надевания и снятия ОЗК, преодоление зараженной местности.

Тема: «Боевые отравляющие вещества».

Теоретическое занятие: Виды и характеристики БОВ. Условные сигналы. Основные команды.

Практическое занятие: инструктаж, техника безопасности, распознавание условных сигналов, выполнение команд при заражении.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Занятия проводятся три раза в неделю по одному академическому часу согласно расписанию. Календарный учебный график рассчитан на 72 часа.

Даты начала и окончания занятий каждой группы определяются по факту комплектования.

Год обучения, срок учебного года (продолжительность обучения)	Форма обучения	Кол-во занятий в неделю, продолжительность одного занятия	Всего академ. часов в год	Количество академ. часов в неделю
1 год обучения (стартовый уровень) С 15 сентября 2025 г. по 31 мая 2026 года	Очная форма обучения	3 раза в неделю (2 ак.час – 45 минут)	216	6
2 год обучения (базовый уровень) С 15 сентября 2026 г. по 31 мая 2027 года	Очная форма обучения	3 раза в неделю (2 ак.час – 45 минут)	216	6

2.2 Формы аттестации, контроля

В связи с особыми требованиями к качеству образования в последнее время стало необходимым отслеживать результаты обучающихся. Данная программа предусматривает сочетание разнообразных форм и видов контроля над процессом обучения. В «Юнармия» создана система постоянного научно обоснованного, диагностика - прогностического слежения за состоянием результативности обучения, воспитания, развития обучающихся. Данные качества отслеживаются с помощью индивидуальной карты достижений. Предметом мониторинга на уровне ребенка являются: - изменения в уровне его знаний, умений, навыков; - развитие познавательной активности.

2.3 Оценочные материалы

Для учащихся степень овладения предметом обучения проверяется и оценивается в процессе обучения (текущий контроль), на контрольных занятиях:

№	Виды контроля	Цель организации контроля	Форма организации контроля	Срок проведения
1.				
2.				
3.				

Кроме того, в результатах обучения важны и такие его уровни, как сформированность у детей устойчивого интереса к профилю деятельности, стабильность достижений учащихся и уровень качества детского продукта.

Критерием оценки успехов участников «Юнармия» могут быть результаты, показанные в летнем полевом оборонно-спортивном лагере, куда выезжают учащиеся после каждого года обучения. Высшей оценкой достигнутых результатов является вручение учащимся по окончании всего курса обучения «Сертификата» об участии в «Юнармия». По окончании обучения участники «Юнармия» могут продолжить обучение в военных училищах и ВУЗах, легче перенести психофизическую нагрузку на службе в рядах Вооруженных Сил. Участники «Юнармия» будут иметь льготное поступление в военные училища через военкоматы. По окончании обучения по программе «Юнармия» в школьной или вузовской характеристике будет отражаться, участвуя в Юнармейском движении. Участники «Юнармия» будут иметь льготное поступление в Суворовские училища после 9-го класса. При призыве в армию, Юнармейцы будут иметь право выбора воинско-учётной специальности.

2.4 Методические материалы

ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ И ПОВЕДЕНИЯ В АВТОНОМИИ

Связать туристические узлы: прямой узел, штыковой узел, встречный узел. (время вязания трех узлов подряд не более 90 сек.)

Определить азимут по компасу

СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА

Оценка	
Отлично	От 100 - до 50 процентов строевых приемов выполнено на «отлично», остальные «хорошо»
Хорошо	Более 50 процентов строевых приемов выполнено на оценку «отлично» и «хорошо», остальные на оценку «удовлетворительно»
Удовлетворительно	Более 80 строевых приемов выполнено не ниже «удовлетворительно»

Примерные перечень строевых приемов

1. Выполнение команд: «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»
2. Прохождение строевым шагом
3. Выход из строя и возвращение в строй
4. Повороты на месте

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Примерный перечень вопросов для итогового тестирования
ВАРИАНТ 1

1. Дополните фразу: «_____ - является местное повреждение целостности тканей организма в результате механических, физических или химических воздействий».

2. Закончите фразу: «Раны сопровождаются кровотечением, болью, нарушением функций поврежденного организма и могут осложняться _____».

3. Дополните фразу: «_____ рана возникает под воздействием тупого ранящего орудия большой массы или обладающего большой скоростью».

4. Дополните фразу: «Транспортная _____ осуществляется посредством специальных шин или шин, изготовленных из подручных материалов».

5. Дополните фразу: «Перед рефлекторным вызыванием рвоты рекомендуется выпить несколько стаканов _____, или 0,25 – 0,5-процентного раствора питьевой соды, или 0,5-процентного раствора _____».

6. Дополните фразу: «Целью оказания первой медицинской помощи при отморожении является по возможности быстрое и полноценное восстановление _____ в пораженных тканях, для этого, прежде всего, необходимо их _____».

7. Дополните фразу: «Если одежда и обувь _____, а кожа _____, то электрическое сопротивление снижается, и опасность поражения током резко возрастает».

8. Дополните фразу: «Конец бинта разрывают продольно и завязывают узлом на стороне, _____ повреждению».

9. Установите соответствие между видами антисептики и ее основными характеристиками (ответ представьте в виде цифры с буквой, например 3 В).

- | | |
|-------------------------------|--|
| 1) Механическая антисептика. | А) Уничтожение микробов и повышение иммунологической защиты организма; применяются антибиотики, ферменты или сыворотки. |
| 2) Химическая антисептика. | Б) Использование физических факторов для уничтожения микробов; применяется гипертонический раствор или бактерицидная лампа. |
| 3) Физическая антисептика. | В) Первичная обработка раны, удаление инородных тел. |
| 4) Биологическая антисептика. | Г) осуществляется с помощью дезинфицирующих средств и химиотерапевтических средств, синтетических сульфаниламидных препаратов. |

10. Установите очередность действий по наложению жгута:

А) жгут захватывают правой рукой у края с цепочкой, левой – на 30 – 40 см ближе к середине;

Б) последующие туры жгута накладывают по спирали, не растягивая, и фиксируют крючок в цепочке;

В) конечность со жгутом хорошо иммобилизируют с помощью транспортной шины или подручных средств;

Г) к жгуту или одежде пострадавшего прикрепляют записку с указанием даты и времени (часы, минуты) его наложения;

Д) жгут растягивают руками и накладывают первый циркулярный тур таким образом, чтобы начальный участок жгута перекрывался последующим туром;

Е) выше раны и ближе к ней на кожу накладывают прокладку из одежды или мягкой ткани;

Ж) для обеспечения оттока венозной крови конечность поднимают на 20 – 30 см.

ВАРИАНТ 2

1. Дополните фразу: «_____ - повреждения тканей организма вследствие механического воздействия, сопровождающегося нарушением целостности кожи и слизистых оболочек».

2. Закончите фразу: «Ушибленные раны обычно сильно _____».

3. Дополните фразу: «При _____ ранах наблюдается отслойка кожи и клетчатки с отделением их от подлежащих тканей».

4. Дополните фразу: «Недостаточная иммобилизация закрытого перелома может превратить его в _____ и тем самым утяжелить травму и ухудшить исход».

5. Дополните фразу: «Обезвреживание яда в организме осуществляется веществами, которые входят в химическое соединение с ядами, переводя их в _____ состояние».

6. Дополните фразу: «Тепловой удар – это болезненное состояние, вызванное _____ тела».

7. Дополните фразу: «Перевязку следует начинать с наиболее _____, места, постепенно переходя к более _____».

8. Дополните фразу: «Чрезмерное затягивание жгута может вызвать _____ мягких тканей (мышц, нервов, сосудов) и стать причиной развития параличей конечностей».

9. Установите соответствие между стадией отравления (интоксикации) и ее основными характеристиками (*ответ представьте в виде цифры с буквой, например 3 В*).

- | | |
|--------------|---|
| 1) Стадия 1. | А) Стадия характеризуется отсутствием всех рефлексов, наблюдаются признаки нарушения жизненно важных функций организма; на первый план выступают нарушения дыхания. |
| 2) Стадия 2. | Б) Стадия характеризуется сонливостью, апатией, снижением реакции на внешние раздражители. |
| 3) Стадия 3. | В) Стадия характеризуется потерей сознания, затрудненным глотанием, ослаблением кашлевого рефлекса, повышением температуры до 39 – 40 ⁰ С. |
| 4) Стадия 4. | Г) Стадия характеризуется постепенным восстановлением |

сознания; в первые сутки после пробуждения могут наблюдаться плаксивость, умеренное психомоторное возбуждение, нарушение сна.

10. Установите очередность действий при наложении повязки «чепец»:

А) на втором циркулярном туре, дойдя до одной держалки, оборачивают бинт вокруг нее и поворачивают косо вверх на лобную кость;

Б) ленту широкого бинта (держалку) серединой укладывают на теменную область;

В) бинт направляется к другой держалке, закрывая при этом лоб и часть теменной области;

Г) конец бинта крепят к одной из держалок;

Д) начинают наложение повязки с циркулярного тура вокруг головы поверх держалок;

Е) концы бинта опускаются вертикально вниз, впереди ушных раковин;

Ж) держалки связывают под подбородком;

3) на противоположной стороне бинт также оборачивают вокруг держалки и направляют на затылочную область, закрывая часть затылка и темени.

ВАРИАНТ 3

1. Дополните фразу: «Колотая рана характеризуется небольшой зоной повреждения тканей и в очень редких случаях может стать источником _____ или _____».

2. Закончите фразу: «Обработку укушенных ран производят стерильным жидким мылом, которое убивает вирус _____».

3. Дополните фразу: «Антисептика – комплекс мероприятий, направленных на уничтожение _____ в ране или организме в целом».

4. Дополните фразу: «Отравление рассматривается как химическая _____, развивающаяся вследствие попадания в организм чужеродного вещества в токсической (отравляющей) дозе».

5. Дополните фразу: «Отравление медикаментами зачастую происходит при _____, когда человек принимает лекарственные препараты без назначения врача».

6. Дополните фразу: «Солнечный удар – состояние организма, которое наступает из-за сильного _____ головы прямыми солнечными лучами, под воздействием которых мозговые поверхностные сосуды расширяются, и происходит прилив _____».

7. Дополните фразу: «Особенность обширных ожогов состоит в том, что при них в патологический процесс почти всегда вовлекаются все органы и системы организма, возникают расстройства функций дыхания, кровообращения, выделения, появляются резкие _____, что зачастую обуславливает развитие ожогового _____».

8. Дополните фразу: «Сердечная недостаточность – это патологическое состояние, характеризующееся недостаточностью _____ вследствие снижения _____ функции сердца».

9. Установите соответствие между степенью отморожения и ее основной характеристикой (ответ представьте в виде цифры с буквой, например 3 В).

- | | |
|-----------------|---|
| 1) 1-я степень. | А) Степень сопровождается омертвлением кожи и подкожной клетчатки; кожа пораженного участка остается холодной, приобретает синюшную окраску, пульс на стопе или запястье ослабевает или вовсе исчезает. |
| 2) 2-я степень. | Б) Степень, когда поражается базальный слой эпидермиса с образованием пузырей. |
| 3) 3-я степень. | В) Степень сопровождается омертвлением не только мягких тканей, развивается также омертвление кости. |
| 4) 4-я степень. | Г) Степень характеризуется поражением поверхностного слоя кожи. |

10. Установите очередность действий при наложении повязки «перчатка»:

А) начинают наложение повязки с фиксирующих циркулярных туров вокруг лучезапястной области;

Б) сделав оборот вокруг запястья, переходят по тыльной поверхности на четвертый палец;

В) спиральными турами закрывают его и возвращаются по тылу кисти к запястью;

Г) бинт направляют по тыльной поверхности к ногтевой фаланге пятого пальца левой руки (на правой руке бинтование начинают со второго пальца);

Д) забинтовывают четвертый палец, а затем поочередно, в той же последовательности бинтуют третий и второй пальцы;

Е) заканчивают наложение повязки циркулярными турами вокруг лучезапястной области.

Ответы на тест

№	В-1	В-2	В-3
1	Травмой	Раны	Сепсиса, газовой гангрены
2	Инфекцией	Загрязнены	Бешенства
3	Ушибленная	Скальпированных	Микробов
4	Иммобилизация	Открытый	Травма
5	Воды, марганцовки	Нейтральное	Самолечении
6	Кровообращения, согревание	Перегреванием	Перегрева, крови
7	Мокрые, влажная	Узкого, широкому	Боли, шока
8	Противоположной	Размозжение	Кровообращения, насосной
9	1в, 2г, 3б, 4а	1б, 2в, 3а, 4г	1г, 2б, 3а, 4в
10	е, ж, а, д, б, г, в	б, е, д, а, в, з, г, ж	а, г, в, б, д, е

Практика оказания первой медицинской помощи:

1. Наложение жгута Эсмарха.
2. Наложение повязки «Чепец».
3. Оказание первой медицинской помощи при переломе конечностей.
4. Наложение индивидуального перевязочного пакета.

РХБ ЗАЩИТА

1. Надевание противогаза:

Порядок надевания противогаза следующий:

- затаить дыхание и закрыть глаза;
- снять головной убор и положить его рядом или зажать между ног;
- вынуть из сумки противогаз, взяться обеими руками за нижнюю часть шлем-маски и, прижав ее к подбородку, натянуть на голову так, чтоб не было складок, а очки пришились против глаз;
- после этого нужно обязательно сделать резкий выдох, открыть глаза, возобновить дыхание, надеть головной убор и закрыть сумку клапаном.

Ошибки:

- при надевании противогаза обучаемый не закрыл глаза и не затаил дыхание или после надевания не сделал полный выдох;
- шлем – маска надета с перекосом или перекручена соединительная трубка;
- концы носового зажима респиратора не прижаты к носу;
- допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем – маску.

Время надевания:

- «отлично» - 7 сек.
- «хорошо» - 8 сек.
- «удовлетворительно» - 9 сек.

2. Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща

Порядок надевания:

- обучаемый кладет оружие на землю;
- надевает чулки, застегивает хлястики и завязывает обе тесьмы на пояском ремне;
- переводит в «боевое» положение противогаз;
- надевает защитный шлем;
- вынимает из чехла и надевает перчатки;
- раскрывает чехол плаща, дернув тесьму вверх, и надевает плащ в рукава, при этом петли на низках рукавов надевает на большие пальцы поверх перчаток;
- надевает капюшон на защитный шлем и застегивает плащ;
- берет оружие «на ремень».

Ошибки:

- надевание чулок с застёгнутыми хлястиками
- неправильно застёгнуты борта плаща
- не закреплены закрепками держатели шпенок или не застёгнуты два шпенёка
- не надето поверх защиты снаряжение
- не закреплены тесёмки на ремне
- допущено образование таких складок или перекосов , при которых наружный воздух может проникнуть под шлем – маску
- не обеспечена герметичность соединения противогазовой коробки с лицевой частью

Время надевания:

«отлично» - 3 мин.

«хорошо» - 3 мин 20 сек.

«удовлетворительно» - 4 мин.

ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА

Неполная разборка ММГ АК-74 (норматив № 10)

Порядок выполнения норматива

По команде: «К неполной разборке оружия – ПРИСТУПИТЬ».

При выполнении неполной разборке автомата (ручного пулемета) обучаемый отделяет магазин и проверяет, нет ли патрона в патроннике. Вынимает пенал принадлежности из гнезда приклада. Последовательно отделяет шомпол, крышку ствольной коробки, возвратный механизм, затворную раму с затвором, затвор от затворной рамы и газовую трубку со ствольной накладкой и отвечает «Готов».

Время выполнения:

«отлично» - 15 сек

«хорошо» - 17 сек

«удовлетворительно» - 19 сек

Сборка ММГ АК-74 после неполной разборки (норматив № 11)

Порядок выполнения норматива

По команде «К сборке оружия - ПРИСТУПИТЬ».

При выполнении сборки после неполной разборке автомата (ручного пулемета) обучаемый последовательно выполняет все операции в обратном порядке.

Время выполнения:

«отлично» - 25 сек

«хорошо» - 27 сек

«удовлетворительно» - 32 сек

Снаряжение магазина автомата АК-74 патронами (норматив № 13)

Условия выполнения норматива

Обучаемый находится перед подстилкой, на которой разложены магазины и учебные патроны россыпью.

Время отсчитывается от команды руководителя «К снаряжению магазина приступить» до доклада обучаемого «Готов»

Временные показатели и оценка за выполнение норматива № 16
Снаряжения магазина автомата АК-74 30 патронами:

Оценка по времени (секунд):

«отлично» - 33 сек

«хорошо» - 38 сек

«удовлетворительно» - 43 сек

Стрельба из пневматической винтовки (расстояние 10 метров)

Порядок выполнения

Участник выполняет три пробных выстрела, осуществляют корректировку своей стрельбы

Производят пять выстрелов на зачет

Оценка стрельбы:

«отлично» - 25 очков

«хорошо» - 20 очков

«удовлетворительно» - 13 очков

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Выполнение контрольных нормативов определяющих кондиционный координационный уровень подготовленности:

Бег 1500 м, 2000м (юноши, девушки). Выполняется с высокого старта на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 1 секунды.

Бег 30 м (юноши, девушки 6 класс), **60 м** (юноши, девушки 7, 8, 9 классы), **100 м** (юноши, девушки 10,11 классы). Проводится на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Челночный бег 3х10 м (с кубиками) (юноши и девушки). Проводится на ровной дорожке длиной не менее 12-13 м. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта). За каждой чертой – два полукруга радиусом 50 см с центром на черте. На дальний полукруг за финишной линией кладут кубик (5 см). Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; обегает полукруг, берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладет кубик (бросать не разрешается) в полукруг на стартовой линии и снова бежит к дальней – финишной – черте, пробегая ее. Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша.

Подтягивание на перекладине (юноши). Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху. Подтягивается непрерывным движением так, чтобы его подбородок оказался над перекладиной. Опускается в вис. Самостоятельно останавливает раскачивание и фиксирует на 0,5 сек. видимое для судьи положение виса. Не допускается сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем, перехват руками, остановка при

выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек.

Сгибание и разгибание рук в упоре «лежа» (отжимание) (девушки). Исходное положение - упор лежа на полу. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью предмета высотой не более 5 см, не нарушая прямой линии тела, а разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии тела. Дается одна попытка. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения упражнения.

Подъем туловища из положения «лежа на спине» (юноши, девушки). Исходное положение - лёжа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 30 сек.

Прыжок в длину с места (юноши, девушки). Выполняется с места двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется три попытки.

	Бег 1000 м и 2000 м	Бег 30 м	Челночный бег	Подтягивание на перекладине	Сгибание и разгибание рук в упоре	Подъем туловища из положения лежа	Прыжок в длину с места
«отлично»	6.50/7.14	5,1/5,3	7,9/8,2	7	14	46/40	180/ 165
«хорошо»	8.05/8.29	5,5/5,8	8,7/9,1	4	9	36/30	160/ 145
«удовлетворительно»	8.20/8.55	5,7/6,0	9,0/9,4	3	7	32/28	150/ 135

2.5. Рабочая программа на 2025-2026 год

1 год обучения

Целью программы «Беркут» является физическая и моральная подготовка обучающихся к службе в вооруженных силах и силовых ведомствах Российской Федерации.

Задачи:

Воспитательные:

- формировать положительные мотивации к военной службе;
- воспитывать чувства патриотизма;
- формировать жизненно важные умения и навыки;

- формировать психическое и физическое состояния обучающихся.

Обучающие:

-формировать навыки современного организационно-экономического мышления, обеспечивающих социальную адаптацию;

- учить планировать и выполнять практическое задание с опорой на инструкционную карту;

- учить отбирать и выстраивать оптимальную технологическую последовательность реализации собственного или предложенного педагогом замысла; уметь анализировать устройство изделия.

Развивающие:

- развивать физическое и духовно-нравственное развитие детей и молодежи, пропаганда здорового образа жизни;

- развивать физическое состояние обучающихся, формировать навыки дисциплины.

Планируемые результаты:

Личностные:

-соблюдать дисциплину;

-выполнять правила внутреннего распорядка;

-осознать себя как индивидуальность и одновременно как член детского коллектива;

-способность к самооценке своих действий и поступков;

-проявлять в конкретных ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь;

-усвоить гуманистические, демократические и традиционные ценности многонационального российского общества;

-принять чувство ответственности и долга перед Родиной.

Метапредметные:

-уметь самостоятельно определять цель при выполнении работы;

-выстраивать последовательность необходимых операций;

-уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи;

-выделять и обобщать смысл поставленной учебной задачи;

-определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии;

-уметь работать с информацией;

-уметь работать с взрослыми сверстниками в процессе совместной деятельности;

-работать индивидуально и в группе;

-сознавать ответственность за общее дело;

-выделять моральное содержание ситуации.

Предметные:

Обучающиеся узнают:

-меры безопасности во время занятий;

-воинские традиции Советской и Российской армии;

-символы воинской чести;

-государственную символику России;

- элементы строя и обязанности в строю;
- материальную часть автомата Калашникова;
- требования к личному и групповому снаряжению;
- организацию привалов и ночлегов;
- принципы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях.

Обучающие научатся:

- выполнять строевые команды на месте и в движении;
- выполнять сборку-разборку автомата АК-74М;
- организовывать ночлег в полевых условиях;
- ориентироваться на местности;
- выполнять комплексы физических упражнений;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ранениях;
- оказывать помощь при чрезвычайных ситуациях.

Рабочая программа на 2026-2027 год

Целью программы «Беркут» является физическая и моральная подготовка обучающихся к службе в вооруженных силах и силовых ведомствах Российской Федерации.

Задачи

Воспитательные:

- развивать базовые и специальные личностные компетенции, позволяющие обучающемуся обеспечить сохранность жизни и здоровья;
- формировать нравственно-волевые качества, дисциплинированность и исполнительность;
- развивать основные (базовые) физические качества;
- получить опыт военно-профессиональной деятельности;
- формировать психическое и физическое состояния обучающихся.

Обучающие:

- организовывать разработку технико-технологических проектов;
- формировать способности понимать особенности выполнения проектной деятельности под руководством педагога;
- формировать способность выполнять действия моделирования и преобразования модели, работать с простейшей технической документацией.

Развивающие:

- развивать самоорганизацию и умение действовать в сложных экстремальных ситуациях;
- развивать положительную мотивацию к службе в Вооружённых Силах РФ.

Планируемые результаты:

Личностные:

- соблюдать дисциплину;
- выполнять правила внутреннего распорядка;
- осознать себя как индивидуальность и одновременно как член детского коллектива;
- способность к самооценке своих действий и поступков;

- проявлять в конкретных ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь;
- усвоить гуманистические, демократические и традиционные ценности многонационального российского общества;
- принять чувство ответственности и долга перед Родиной.

Метапредметные:

- уметь самостоятельно определять цель при выполнении работы;
- выстраивать последовательность необходимых операций;
- уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- выделять и обобщать смысл поставленной учебной задачи;
- определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии;
- уметь работать с информацией;
- уметь работать с взрослыми сверстниками в процессе совместной деятельности;
- работать индивидуально и в группе;
- сознавать ответственность за общее дело;
- выделять моральное содержание ситуации.

Предметные:

Обучающиеся узнают:

- меры безопасности во время занятий;
- воинские традиции Советской и Российской армии;
- символы воинской чести;
- государственную символику России;
- элементы строя и обязанности в строю;
- материальную часть автомата Калашникова;
- требования к личному и групповому снаряжению;
- организацию привалов и ночлегов;
- принципы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях.

Обучающиеся научатся:

- выполнять строевые команды на месте и в движении;
- выполнять сборку-разборку автомата АК-74М;
- организовывать ночлег в полевых условиях;
- ориентироваться на местности;
- выполнять комплексы физических упражнений;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ранениях;
- оказывать помощь при чрезвычайных ситуациях.

2.6. Учебный план рабочей программы на 2026-2027 год

Учебный план рабочей программы «Беркут» на 1 год обучения рассчитан на 204 часа, на второй год обучения – 204 часа (Приложение 2).

№	Дата, время проведе	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Форма аттестации
---	---------------------	----------------------------	--------------	------------------

	ния					и контро ля
			Всего часов	Теори я	Прак тика	

2.7. Рабочая программа воспитания

Воспитание – процесс обучения, защиты, заботы о детях с целью их здорового развития во взрослой жизни.

Цель воспитания – создание условий для разностороннего развития личности; развитие представления о моральных нормах и правилах нравственного поведения; воспитание творчески растущую личность, подготовленную к жизнедеятельности в новых условиях.

Планируемые результаты - формирование полезных привычек; повышение качества обучения; учащихся; развитие индивидуальности учащихся; развитие интереса к изучаемым предметам; развитие самостоятельности.

2.8. Календарный план воспитательной работы

Месяц	Название мероприятия	Цель мероприятия
Январь	День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады (1944г.)	Расширить знания детей.
Февраль	День разгрома советскими войсками немецкофашистских войск в Сталинградской битве (1943 г.)	Расширить знания детей.
	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества	Расширить знания детей.
	День защитников Отечества, выставка	Повысить любовь к Отечеству.
Март	Международный день 8 марта	Расширить знания детей.
	День воссоединения Крыма с Россией	Расширить знания детей.
Апрель	Международный день авиации и космонавтики.	Расширить знания детей о космонавтике.
	День победы русских воинов князя Александра Невского над немецкими рыцарями на Чудском озере (Ледовое побоище, 1242 г.)	Расширить знания детей.

	День участников ликвидации последствий радиационных аварий и катастроф и памяти жертв этих аварий и катастроф	Расширить знания детей.
Май	Международный день труда	Расширить знания детей.
	Мероприятия, посвященные Дню Победы	Развивать уважительное отношение к Родине.
	День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов (1945)	Развивать уважительное отношение к Родине.
	День рождения ВВПОД "ЮНАРМИЯ"	Расширить знания детей.
Июнь	День защиты детей	Расширить знания детей.
	День России	Развивать уважительное отношение к Родине.
	День памяти и скорби – день начала Великой Отечественной войны (1941 год)	Развивать уважительное отношение к Родине.
В течение года	Участие в областных и межрайонных соревнованиях по патриотической направленности	Повышение уровня знаний, навыков, умений

2.9. Материально-техническое обеспечение

Для качественной реализации программы «Беркут» инфраструктура Учреждения должна включать следующие объекты обучающей и развивающей среды:

1. Спортивный зал (гимнастические маты, атлетические тренажеры, гири, штанги, грифы, гантели, скакалки, борцовский ковер – татами, перчатки, лапы, шлема для рукопашного боя).

2. Спортивная площадка с установленной полосой для общей физической подготовки (гимнастические бруссы, канат, гимнастический турник, гимнастические кольца, скамья для отжимания и пресса, беговая дорожка с разметкой на 60 и 100 м, военизированная полоса препятствий, учебные гранаты, мишени для метания гранат, рулетка для метания на дальность).

3. Стрелковый тир (пневматические винтовки, электронная мишень, пневматические пули, мишенные установки, освещение стрелковый тренажер «СКАТТ»).

4. Лыжная база (беговые лыжи, лыжные палки).

5. Учебный класс (столы и стулья, медиа оборудование, проектор, учебные пособия, плакаты и схемы, карты, компасы, учебный тренажер, аптечка, средства индивидуальной противохимической защиты, доступ к сети интернет).

Кадровое обеспечение:

Чухачёв Александр Сергеевич – педагог дополнительного образования, с высшим образованием.

2.10. Список литературы

1. Указ Президента Российской Федерации Указ Президента Российской Федерации от 21.02.2020 г. № 147 «Об утверждении Положения о порядке прохождения военной службы».

2. Указ Президента РФ от 10.11.2007 N 1495 (ред. от 12.07.2021) "Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации" (вместе с "Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации", "Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации", "Уставом гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации").

3. Закон Тюменской области от 06.02.1997г. № 72 «О молодежной политике в Тюменской области» (ред. от 6 декабря 2017 года).

4. Постановление Губернатора Тюменской области от 17.08.2001г. № 321 «О совершенствовании системы добровольной подготовки граждан к военной службе в области».

5. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан. Бачевский В.И. Москва, 2001 г.

6. Военная топография. Учебное пособие по «Основам военной службы». Под общ. ред. Егорова В.П. М., 2001 г.

7. Воинская обязанность и военная служба. Сборник документов (Федеральные законы, Указы Президента РФ, Постановления Правительства РФ, Приказы Министра обороны РФ). Выпуск 1. Отв. за выпуск Голда А.Н. М., 1999 г.

8. Воинская обязанность и военная служба. Сборник документов (Федеральные законы, Указы Президента РФ, Постановления Правительства РФ, Приказы Министра обороны РФ). Выпуск 2. Отв. за выпуск Горбылев М.И. М., 1999г.

9. Дворкин А.Д. Пневматическое оружие. Стрельба, эксплуатация, ремонт, оборудование тира. М., 2001 г.

10. Жуковский В., Ковалев С., Петров И. Пистолет в ближнем бою. Анатомия стрельбы. М., 2000 г.

11. Жуковский В., Ковалев С., Петров И. Психология стрельбы. М., 2003 г.

12. Истомин А.Ф. Самооборона: право и необходимые пределы. М., 2005 г.
13. Керсновский А.А. История русской армии. М., 1994 г.
14. Лови А.А., Минин Р.А. Организация занятий по огневой подготовке. Пособие для учебных пунктов. М., 1973 г.
15. Методические рекомендации по организации и выполнению мероприятий повседневной деятельности в воинской части. Книга 1. Организация боевой подготовки. Под общ. ред. Квашина А.В. М., 2003 г.
16. Николаев Г. Воспитание гражданских качеств подростков в детских общественных объединениях. Екатеринбург. 2004 г.
17. Огневая подготовка. Учебное пособие по «Основам военной службы». Под общ. ред. Егорова В.П. М., 2002 г.
18. Попов Г.И. Биомеханика. М., 2005 г.
19. Пособие по обучению молодых солдат. Под общ. ред. Баранова Б.И. М., 1973 г.
20. Рукопашный бой. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. М., 2004 г.
21. Строевая подготовка. Учебное пособие по «Основам военной службы». Под общ. ред. Егорова В.П. М., 2001 г.
22. Учебно-методическое пособие по начальной военной подготовке. Под общ. ред. Аверина А.И., Штыкало Ф.Е. М., 1986 г.
23. Шепелевич Г.Г. Сборник нормативных правовых актов, регулирующих отношения в сфере образования Тюменской области. Часть 2. Тюмень. 2005 г.

Приложение 1

Правила техники безопасности

В современных условиях обеспечение безопасности образовательного учреждения является неотъемлемой частью его деятельности. Внимание уделяется созданию условий для безопасной жизни, деятельности и здоровья обучающихся и педагогов.

Со всеми обучающимися в начале учебного года проводится вводный инструктаж. Во всех кабинетах находится необходимая документация для проведения инструктажей с обучающимися, а в кабинетах повышенной опасности оформлены уголки безопасности.

Деятельность учреждения по охране и укреплению здоровья обучающихся регламентируется Законом РФ «Об образовании», нормами СанПиН и Уставом.

С целью сохранения здоровья обучающихся необходимо выполнять ряд мероприятий:

- выполняются требования по организации рабочих мест обучающихся (требования к помещениям, оборудованию);
- выполняются требования к искусственному и естественному освещению в кабинетах;
- на занятиях общей физической подготовкой осуществляется индивидуальный подход к обучающимся с различными возможностями;
- соблюдается строгий контроль выполнения правил и мероприятий, проводимых во время учебно-воспитательного процесса (объем практической работы, объем домашних заданий и т.д.).

Приложение 2

Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально гуманитарной направленности 1 год обучения

№ п/ п	Дата, время проведе ния	Наименование раздела, темы	Кол-во часов			Фор ма атте стац ии и конт роля
			Всег о часо в	Теор ия	Прак тика	
	По расписа нию	Вводное занятие. (1) Вводный инструктаж, инструктаж по технике безопасности на занятиях. История создания СГ «Беркут»	1	1	-	
1.		Военная история. (25 час.)	25	25	-	
1. 1.	По расписа нию	Сражения и битвы. Куликовская битва 1830 г. Отечественная война 1812 г. Великая отечественная война 1941-1945 гг. Анализ причин войны, её целей.	5	5	-	Опро с
1.	По	Полководцы России.	4	4	-	Опро

2.	расписание	Победы в сражении, выигранная военная компания. Биография великих полководцев.				с
1. 3.	По расписание	Это Великое слово «Победа» (о защитниках Великой Отечественной войны)	4	4	-	Опрос
1. 4.	По расписание	Типы армий. Описание типов государства, которые определяют исторически тип армий: система комплектования ВС.	4	4	-	Опрос
1. 5.	По расписание	Вооружение армий. Изменения в вооружении армии. Процесс развития военного дела с древнейших времен.	4	4	-	Опрос
1. 6.	По расписание	Дни воинской славы России.	4	4	-	Опрос
2.		Уставы ВС РФ (10 час.)	10	10	-	
2. 1.	По расписание	Устав Внутренней Службы.	2	2	-	Опрос
2. 2.	По расписание	Строевой Устав ВС РФ.	2	2	-	Опрос
2. 3.	По расписание	Дисциплинарный Устав ВС РФ.	2	2	-	Опрос
2. 4.	По расписание	Устав Караульной и гарнизонной службы ВС РФ.	2	2	-	Опрос
2. 5.	По расписание	Боевой Устав ВС РФ.	2	2	-	Опрос
3.		Огневая подготовка (20 час.)	20	4	16	
3. 1.	По расписание	ТТХ современного стрелкового оружия. АК. РПК. ПМ. Основные части и механизмы. Принцип работы. Порядок неполной разборки. Снаряжение магазина	4	2	2	Опрос

		патронами				
3. 2.	По расписа нию	Основные приемы и правила стрельбы. Изготовка к стрельбе: «лежа», «стоя», «с колена».	6	-	6	Заче т
3. 3.	По расписа нию	Прицеливание. Правильное прицеливание, установка прицела, дыхание, производство выстрела.	6	2	4	Заче т
3. 4.	По расписа нию	Ручные осколочные гранаты РГД-5, Ф-1. ТТХ ручных осколочных гранат. Отработка броска гранат.	4	-	4	Опро с
4.		Стрелковая подготовка (18 час.)	18	2	16	
4. 1.	По расписа нию	Стрелковые приемы и движение без оружия. Стрелковая стойка. Движение стрелковым шагом. Повороты на месте и в движении. подход к начальнику и отход от него	6	1	5	Конт роль ное занят ие
4. 2.	По расписа нию	Стрелковые приемы и движения с оружием. Выполнение стрелковых приемов с оружием.	7	1	6	Конт роль ное занят ие
4. 3.	По расписа нию	Стрелковое слаживание. Движение стрелковым шагом в составе подразделения. Исполнение стрелковой песни. Отдание воинского приветствия.	5	-	5	Конт роль ное занят ие
5.		Самооборона. (48 час.)	48	-	48	
5.1 .	По распис анию	Ударная техника. Формирование и постановка удара.	8	-	8	Конт роль ное занят ие
5.2 .	По распис анию	Нижняя акробатика. Отработка падений, кувырки вперед.	8	-	8	Конт роль ное занят ие
5.3	По	Нижняя акробатика.	8	-	8	Конт

.	расписание	Кувырок через препятствие, подбор оружия в кувырке.				роль ное занят ие
5.4.	По расписание	Освобождение от захватов. Освобождение от захватов, руки, плеча, головы, ноги.	12	-	12	Конт роль ное занят ие
5.5.	По расписание	Защита от ударов. Защита от противника вооруженного: палкой, ножом, огнестрельным оружием.	12	-	12	Конт роль ное занят ие
6.		Основы оказания первой помощи. (12 час.)	12	7	5	
6.1.	По расписание	Порядок действия при оказании первой помощи. Оценка ситуации. Эвакуация пострадавшего. Виды эвакуаций. Осмотр пострадавшего.	2	1	1	Опро с
6.2.	По расписание	Оказание первой помощи. Оказание первой помощи при переломах, вывихах различных частей тела.	2	2	-	Конт роль ное занят ие
6.3.	По расписание	Оказание первой помощи. Оказание ПМП при переохлаждении, перегреве.	2	2	-	Конт роль ное занят ие
6.4.	По расписание	Оказание первой помощи в экстремальных условиях. Оценка ситуации. Наложение жгута, наложение повязок.	6	2	4	Конт роль ное занят ие
7.		Общая физическая подготовка (76 час.)	82	-	82	
7.1.	По расписание	Функциональное многоборье Понятие «Функциональное многоборье». Основы функционального многоборья.	14	-	14	Конт роль ное занят ие

		Техника выполнения, безопасность и эффективность.				
7.2	По расписанию	Кардиотренировка и аэробика. Бег. Скакалка. Аэробные упражнения с весом тела.	14	-	14	Контрольное занятие
7.3	По расписанию	Гимнастика, отжимания, акробатические упражнения, сгибания на пресс, подтягивания, выходы силой, стойка и ходьба на руках.	18	-	18	Контрольное занятие
7.4	По расписанию	Техника бега на лыжах.	8	-	8	Контрольное занятие
7.5	По расписанию	Тяжелая атлетика. Становая тяга. Сумо до груди. Взятие на грудь. Присед.	14	-	14	Контрольное занятие
7.6	По расписанию	Метаболические тренировки. Кардио + тяжелая атлетика. Гимнастика + кардио + тяжелая атлетика. Тяжелая атлетика + гимнастика. Кардио + тяжелая атлетика + гимнастика. Кардио + гимнастика. Тяжелая атлетика + кардио + гимнастика.	10	-	10	Контрольное занятие
7.7	По расписанию	Военно-прикладные навыки. Марш-бросок в составе подразделения. Общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий.	4	-	4	Соревнования
		Общее количество часов:	216	49	167	
		Всего часов:	216			

**Учебный план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы социально гуманитарной направленности**

2 год обучения

№ п/п	Дата, время проведе ния	Наименование темы, раздела	Кол-во часов			Форм а контр оля
			Всег о часо в	Теор ия	Практ ика	
	По расписа нию	Вводное занятие (1 час) Вводный инструктаж, инструктаж по технике безопасности на занятиях.	1	1-	-	
1.		Уставы ВС РФ (6 час.)	6	6	-	
1.1	По расписа нию	Устав внутренней службы ВС РФ. Приведение военнослужащих к Военной присяге (принесение обязательства). Правила хранения оружия, условия и порядок применения.	1	1	-	Опрос
1.2	По расписа нию	Рода и виды ВС РФ.	1	1	-	Опрос
1.3	По расписа нию	Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю. Строевые приемы и движение без оружия/с оружием.	2	2	-	Опрос
1.4	По расписа нию	Размещение и быт военнослужащих в ппд, в полевых условиях.	2	2	-	Опрос
2.		Самооборона (30 час.)	30	-	30	
2.1	По расписа нию	Техника выполнения бросков: через бедро, плечо.	4	-	4	Контр ольное заяти е
2.2	По расписа нию	Нижняя акробатика. Кувырок через препятствие, подбор оружия в кувырке.	8	-	8	Контр ольное заяти е

2.3	По расписанию	Техника борьбы в партере: выход на болевые приемы, освобождение от болевых приемов.	6	-	6	Контрольное занятие
2.4	По расписанию	Борьба в стойке: отработка бросков и выходов на болевые приемы, отработка подсечки, удержание.	6	-	6	Контрольное занятие
2.5	По расписанию	Противостояние. Особенности работы против нескольких противников.	6	-	6	Контрольное занятие
3.		Огневая подготовка (20 час.)	20	4	16	
3.1	По расписанию	ТТХ современного стрелкового оружия. АК12. ПКМ СВД ВСС Винторез, Пистолет Ярыгина. Основные части и механизмы. Принцип работы. Порядок неполной разборки.	4	2	2	Опрос
3.2	По расписанию	Приемы и правила выстрела из автомата. Производство стрельбы. Прицел и точка прицеливания.	2	-	2	Контрольное занятие
3.3	По расписанию	Основы выстрела. Правильность прицеливания. Производство выстрела. Стрельба на вскидку. Стрельба из ПВ.	6	-	6	Контрольное занятие
3.4	По расписанию	Изучение упражнений учебных стрельб. Техника безопасности при стрельбе.	4	2	2	Контрольное занятие
3.5	По расписанию	ТТХ ручных осколочных гранат и противотанковых гранат, отработка броска гранат РГО, РГН, РКГ-3.	4	-	4	Опрос
4.		Строевая подготовка (18 час.)	18	2	16	

4.1	По расписанию	Строевые приемы и движение без оружия. Строевая стойка. Движение строевым шагом. Повороты на месте и в движении, подход к начальнику и отход от него.	6	-	6	Контрольное занятие
4.2	По расписанию	Строевые приемы и движения с оружием. Выполнение строевых приемов. Движение с оружием.	4	-	4	Контрольное занятие
4.3	По расписанию	Строевое слаживание. Движение строевым шагом в составе подразделения. Исполнение строевой песни. Отдание воинского приветствия.	4	-	4	Контрольное занятие
4.4	По расписанию	Несение караульной службы. Слаженность караульной смены. Возложение гирлянды. Работа знаменной группы.	4	2	2	Смотр караула
5.		Общая физическая подготовка (81 час.)	81	-	81	
5.1	По расписанию	Общая физическая подготовка-основа успешного выполнения комплексов прикладного функционального многоборья	5	-	5	Контрольное занятие
5.2	По расписанию	Кардиотренировка и аэробика. Бег. Скакалка. Аэробные упражнения с весом тела.	20	-	20	Контрольное занятие
5.3	По расписанию	Гимнастика. Отжимания. Акробатические упражнения. Сгибания на пресс. Подтягивания. Выходы силой. Стойка и ходьба на руках.	20	-	20	Контрольное занятие
5.4	По расписанию	Тяжелая атлетика. Становая тяга. Сумо до груди.	10	-	10	Контрольное занятие

	нию	Взятие на грудь. Присед.				е
5.5	По расписа нию	Метаболические тренировки. Кардио + Тяжелая Атлетика. Гимнастика + Кардио + Тяжелая атлетика. Тяжелая атлетика + Гимнастика. Кардио + Тяжелая атлетика + Гимнастика. Кардио + Гимнастика Тяжелая атлетика + Кардио + Гимнастика.	12	-	12	Контр ольное заняти е
5.6	По расписа нию	Техника бега на лыжах	10	-	10	Контр ольное заняти е
5.7	По расписа нию	Военно-прикладные навыки. Марш-бросок в составе подразделении. Общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий.	4	-	4	Сорев нован ие
6.		Основы оказания первой помощи (10 час.)	10	10	-	
6.1	По расписа нию	Основы анатомии и физиологии человека	4	4	-	Опрос
6.2	По расписа нию	Основы сердечно-легочной реанимации	2	2	-	Контр ольное заняти е
6.3	По расписа нию	Синдром длительного сдавливания конечности	2	2	-	Контр ольное заняти е
6.4	По расписа нию	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения.	2	2	-	Контр ольное заняти е

7.		Военная топография (10 час.)	10	4	6	
7.1	По расписанию	Работа с картами. Умение читать карты. Условные обозначения. Масштаб карты. Типы карт.	4	2	2	Контрольное занятие
7.2	По расписанию	Ориентирование на местности. Определение сторон света. Работа с компасом. Определение расстояния до объекта.	6	2	4	Контрольное занятие
8.		Тактическая подготовка (22 час.)	34	4	30	
8.1	По расписанию	Передвижение. Передвижение пригнувшись. Короткие перебежки. Переползание. Скрытное передвижение.	12	2	10	Контрольное занятие
8.2	По расписанию	Боевое слаживание. Передвижения на поле боя. Передвижения в составе взвода. Боевое охранение. Действия при нападении.	10	2	8	Контрольное занятие
8.3	По расписанию	Маскировка. Одиночная маскировка и в составе взвода. Оборудование одиночной стрелковой ячейки.	6	-	6	Контрольное занятие
8.4	По расписанию	Преодоление препятствий. Наведение переправы. Преодоление различных преград.	6	-	6	Контрольное занятие
9.		РХБЗ (6 час.)	6	4	2	
9.1	По расписанию	Средства индивидуальной защиты. Устройство противогаза. Правила надевания и снятия противогаза. Изучение и надевание ОЗК. Преодоление зараженной местности.	4	2	2	Контрольное занятие

9.2 .	По расписанию	Боевые отравляющие вещества. Виды и характеристики БОВ. Условные сигналы и выполнении команд при заражении.	2	2	-	Контрольное занятие
		Общее количество часов:	216	35	181	
		Всего:	216			