

Администрация муниципального образования
«Анивский городской округ»

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества г. Анива»

Принята
на заседании НМС
МБУДО «ДТ» г. Анива
Протокол № 1 от 27.08. 2020 г.

Утверждена приказом
директора МБУДО «ДТ» г. Анива
№ 223 от 28.08. 2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА

«Служу Отечеству!»

Уровень программы базовый
Направленность программы физкультурно - спортивная
Возраст обучающихся 10 – 18 лет
Срок реализации программы 3 года

разработчик программы
педагог дополнительного образования
Калентьев Станислав Анатольевич.

Анива,
Сахалинская область
2020

Содержание

Пояснительная записка	3 - 8
Учебно-тематический план	9
Содержание программы.....	7
Базовый компонент	7
Раздел I. Общая специализированная подготовка	
ОБЩЕСТВЕННО-ГОСУДАРСТВЕННАЯ ПОДГОТОВКА.....	8 -12
Раздел II. Начальная военная подготовка	
ОСНОВЫ ВОИНСКОЙ СЛУЖБЫ.....	9 - 14
СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА.....	10 - 16
ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА	27 - 20
ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	13 - 25
ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	17 - 28
НАЧАЛЬНАЯ ТУРИСТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.....	29 - 30
ТОПОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	23 - 38
ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКОЙ ПОДГОТОВКИ.....	38 - 43
РХБЗ	44
Список литературы	45

Пояснительная записка

Нормативно-правовая база

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Служу Отечеству» составлена с учетом действующего законодательства РФ и Сахалинской области:

- Конституция РФ;
- Конвенция ООН о правах ребенка;
- Закон РФ № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г.;
- Закон «Об образовании в Сахалинской области», принятого 06.03.2014 г.;
- Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018-2025 года, утвержденная Постановлением Правительства РФ 26.12.2017 г. № 1642;
- Государственная программа Сахалинской области «Развитие образования в Сахалинской области до 2025 г.», утвержденная Постановлением Правительства Сахалинской области 28.06.2013 г. № 331 с изменениями на 15.04.2020 г.;
- Концепция развития воспитания в системе образования в Сахалинской области до 2020 г.;
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196;
- «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ», утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. СанПин 2.4.4.3172-14 для учреждения дополнительного образования детей, утвержденные 04.07.2014 г. № 41;
- САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА. СП 3.1/2.4.3598-20 "САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К УСТРОЙСТВУ, СОДЕРЖАНИЮ И ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ И ДРУГИХ ОБЪЕКТОВ СОЦИАЛЬНОЙ ИНФРАСТРУКТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ В УСЛОВИЯХ РАСПРОСТРАНЕНИЯ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ (COVID-19)", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 N 16;
- Устав МБУДО «ДДТ» г. Анива;
- Программа развития МБУДО «ДДТ» г. Анива до 2022 года.

Президентом Российской Федерации В. В. Путиным в ежегодном Послании Федеральному Собранию Российской Федерации было отмечено: *«...У нас есть долгосрочная повестка ... - это сбережение нации, воспитание детей и раскрытие их талантов – то, что определяет силу и будущее любой страны, в том числе и нашей».*¹

В настоящее время стране нужна общая, объединяющая идея, и она уже есть. *«У нас нет никакой и не может быть другой объединяющей идеи, кроме патриотизма. Патриотизм как объединяющее звено выбрал коллективный разум народа, и именно эта идея не позволит в очередной раз разрушить наше государство. Патриотизм – это и есть национальная идея, которая должна объединять страну».*²

Проявляясь в первую очередь как эмоционально-возвышенное отношение к Отечеству, как одно из высших чувств человека, патриотизм выступает в качестве важной составляющей духовного богатства личности, характеризует высокий уровень ее социализации. Истинный патриотизм всегда

¹ Послание Президента Российской Федерации Федеральному Собранию Российской Федерации на 2016 год. <http://www.kremlin.ru/events/president/news/50864>

² Встреча Президента РФ В.В.Путина с бизнесменами, входящими в Клуб лидеров. 6 февраля 2016 / <http://www.putin-today.ru/archives/20508>

есть единство духовности, гражданственности и социальной активности человека, является действенной побудительной силой и реализуется в деятельности личности на благо Отечества.

В осложнившейся в настоящее время геополитической обстановке особую актуальность для нашей страны приобретает гражданское и патриотическое воспитание подрастающего поколения. Обществу нужны здоровые, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы работать и учиться на его благо.

Дополнительная общеобразовательная программа «Служу Отечеству!» (далее – Программа) направлена на решение задач комплексного педагогического воздействия на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие молодого человека. В этом и **новизна** программы, и ее **актуальность**, и педагогическая целесообразность. Ведь невозможно воспитать только гражданина, или только патриота, или только высококультурного человека.

Цель программы: формирование социально активной личности гражданина и патриота, обладающей чувствами национальной гордости, гражданского достоинства, любви к Отечеству, своему народу и готовностью к его защите.

Задачи программы:

а) утверждение в сознании и чувствах молодежи патриотических взглядов и убеждений, уважения к культурному и историческому наследию России, повышение престижа государственной и военной службы, защиты Отечества;

б) компенсация отсутствующих знаний в области истории Отечества и Вооруженных сил Российской Федерации, а также знаний, умений и навыков в области начальной военной подготовки, физической культуры и спорта, гигиены, медицины, культуры и права;

в) содействие в:

- повышении у молодого поколения интереса к получению воинских специальностей; формированию мотивации получения соответствующей профессиональной и физической подготовки;
- воспитании чувств, основанных на важнейших духовно-нравственных ценностях, отражающих специфику нашего общества и государства, на готовности к достойному служению своему обществу и государству;
- воспитании у обучающихся патриотизма и формировании у обучающихся активной гражданской позиции.

Возраст детей, участвующих в реализации программы: подростки 10-17 лет. Программа предполагает различные виды деятельности, учитывает возрастные психофизиологические особенности, интересы и потребности детей в дополнительном образовании и социальном воспитании.

Сроки реализации программы: 3 года.

Содержание программы делится на базовый и профильный компоненты.

Базовый компонент включает в себя темы теоретических и практических занятий, направленных на гражданско-патриотическое, духовно-нравственное, историко-культурное воспитание личности, получение знаний, умений и навыков в области начальной военной и физической подготовки. Базовый компонент программы позволяет направить процесс подготовки обучающихся на осознание личностью высших ценностей, идеалов и ориентиров, социально значимых процессов и явлений реальной жизни, чтобы руководствоваться ими в качестве определяющих принципов и позиций в практической деятельности.

Профильный компонент – включает в себя расширенное изучение отдельных военно-прикладных основ, а также применение на практике знаний, умений, навыков, полученных при изучении основных тем Программы, в условиях военно-патриотического лагеря, похода, экспедиции.

Механизм достижения эффективности Программы: перспективное и текущее планирование (на 1 учебный год, на полугодие, на месяц, планирование отдельного занятия и т.д.);

- методическое сопровождение программных мероприятий, в том числе (семинаров, консультаций, совещаний и др.) как для инструкторско-преподавательского состава;
- привлечение к участию в мероприятиях Программы выдающихся людей России, ветеранов, заинтересованных организаций и учреждений;

- анализ промежуточных результатов в целях совершенствования и повышения эффективности Программы;
- информационно-пропагандистская деятельность, как важнейшее условие популяризации Программы среди населения и вовлечение в её реализацию новых представителей молодого поколения;
- тесное взаимодействие с социумом (органами власти, объединениями патриотической направленности, общественными организациями, учреждениями и т.п.) для достижения программной цели и решения программных задач.

Формы и режим занятий:

Программа предусматривает вариативные подходы к режиму занятий:

от 4 часов в неделю.

При режиме 4 часа в неделю программа предусматривает следующее планирование: срок реализации программы 3 года – 420 часов, без учета времени летних лагерей и сборов.

Количество учебных часов всего по программе: 420 часов, по 140 часа в год. Из них большая часть – практические занятия.

Режим проведения занятий - 4 учебных часа в неделю, 35 учебных недель. Длительность одного учебного часа составляет 40-45 минут. При необходимости в течение одного дня занятия могут быть сдвоенными с кратковременным перерывом на отдых. По итогам обучения запланировано проведение военно-полевых лагерей-экспедиций.

Формы организации занятий: теоретические и практические занятия, коллективные творческие встречи, семинары, праздники, соревнования, игры, конкурсы, марш-броски, дискуссии, беседы, экскурсии, сборы, походы, тренировки, собрания и др.

Материально-техническое обеспечение программы

Мультимедийный комплекс, тематические слайд-презентации, видеофильмы, тематическая литература, макеты автоматов, пневматическое оружие, туристическое снаряжение, ручные учебные гранаты, спортивное снаряжение и оборудование, средства индивидуальной защиты, средства оказания первой медицинской помощи (бинты, носилки, шины и др.) и индивидуального оснащения, другое необходимое оборудование и снаряжение.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Прогнозируемые результаты реализации программы и критерии их замера

Освоение данной программы предполагает получение следующих результатов:

- **личностных**, отражающих социально значимые качества учащихся, характеризующих личность учащегося военно-патриотического объединения: верность воинским традициям, высокое понятие чувства ответственности за себя и других, глубокое личностное осознание понятия «*Честь имею!*», готовность служению Отечеству;
- **предметных** знаний, умений и навыков в области военного дела и их успешное применение на практике в процессе занятий, сборов и лагерей;
- **межпредметных**, характеризующих достигнутый уровень умений и навыков, позволяющих учащимся участвовать в решении социальных вопросов молодежного и ветеранского движения, готовности принимать в жизни ответственные решения, готовности к выполнению конституционного долга - службе в Вооруженных силах России.

При оценке эффективности данной Программы учитываются как **количественные**, так и **качественные** показатели, характеризующие степень воздействия проводимых мероприятий на сознание и поведение учащихся.

По качественным показателям определяется собственно конечный результат воспитания, который оценивается, например, изменением статуса данного молодого человека в подростковом коллективе, появлением желания бескорыстно помогать людям и заниматься общественной работой, повышением интереса к государственной или военной службе, общественно-политической обстановке в стране, наукам, культуре и приобретению новых знаний;

пониманием необходимости защиты интересов Отечества в связи с объективной оценкой политической ситуации в мире;

умением преодолевать жизненные трудности, выработыванием жизненной стратегии, согласованной с системой духовно - нравственных ценностей общества.

Количественные показатели объединены в систему определенных параметров, по которым можно судить об эффективности Программы. Параметрами являются:

- определение спортивных результатов через сдачу норм ГТО (раз в год);
- определение спортивных результатов через сдачу тестовых нормативов по ОФП (2 раза в год), отслеживающих рост физической подготовки воспитанника;
- участие в соревнованиях различного уровня по разным видам спорта.

Организация и проведение образовательного процесса предполагает использование;

- теоретические занятия (лекции, беседы, диспуты, тренинги и т. д.);
- практические занятия (работа с наглядными пособиями, макетами, оружием и техникой, тренировочные занятия, тактические учения на местности, приключенческие, познавательно-интеллектуальные, военно-спортивные и полигонные игры и т. д.);
- комплексные комбинированные формы (палаточные лагеря, учебно-полевые сборы, семинары, соревнования и т. д.).

Если теоретические и практические занятия являются более традиционными и позволяют решать задачи, связанные с формированием патриотических настроений и взглядов учащихся, то применение комбинированных форм обучения является более перспективным и позволяет повысить эффективность учебного процесса и усилить привлекательность занятий для молодежи. Комбинированные формы обучения позволяют учащимся не только получать теоретические знания, но физически и духовно окрепнуть, почувствовать себя единым целым с командой, страной, в которой он живет.

Прямые критерии оценки результата усвоения воспитательного блока программы могут служить:

- повышение у учащихся уровня знаний в области истории Отечества и Вооруженных сил Российской Федерации;
- повышение у учащихся уровня знаний, умений и навыков в области начальной военной подготовки, физической культуры и спорта, гигиены, медицины, культуры и права;
- готовность к защите Отечества, нацеленность на прохождение службы в рядах Вооруженных сил Российской Федерации и выбор в будущем военных профессий;
- следование воинским традициям;
- становление у учащихся активной гражданской позиции, потребности в здоровом образе жизни, занятиях спортом;
- участие в программах летних оздоровительных лагерей и полевых военно-спортивных сборах, в походах, соревнованиях, мероприятиях различной направленности;
- активная работа по пропаганде традиций, деятельности объединения и идей патриотизма среди сверстников;

Косвенными критериями служат:

- заинтересованность детей в выбранном виде деятельности;
- приобретение навыков безопасного и здорового образа жизни;
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
- развитие самостоятельности, ответственности за свои поступки, бережного отношения к природе, коммуникабельности;
- искоренение негативных проявлений, вредных привычек;
- положительное отношение к социально-значимой деятельности, появление потребности работать в коллективе;
- воспитание нравственности и развитие эстетического чувства у детей, их физических и трудовых навыков;
- осознанное гордое отношение к символам государства и Российской армии.

Контроль и оценка учебных достижений.

Проверка знаний, умений и навыков обучающихся осуществляется:

- в процессе обучения;

- по итогам обучения (по теме, разделу);
- на контрольных занятиях;
- в лагерях/экспедициях (ежегодно в каникулярное время по окончании теоретического курса).

Основными способами проверки уровня знаний, умений и навыков, полученных учащимися в рамках Программы, являются:

- обратная связь с учащимися по завершению отдельных программных мероприятий;
- тестирование, опросы, анкетирование; участие в походах, соревнованиях, мероприятиях участие в походах, соревнованиях, мероприятиях
- беседы, выступления, сочинения, рефераты;
- контрольные упражнения, нормативы, задания, зачеты.

Учебно-тематический план

Предметные курсы	3 года			
	всего	по годам обучения		
		1 год	2 год	3 год
Базовый компонент				
Раздел 1. Общая специализированная подготовка				
Общественно-государственная подготовка (ОГП)	55	15	20	20
Раздел 2. Начальная военная подготовка				
Основы военной службы (ОВС)	12	4	4	4
Строевая подготовка (СП)	50	18	16	16
Огневая подготовка (ОП)	60	20	20	20
Общефизическая подготовка	60	22	20	18
Тактическая подготовка (Так. П)	40	12	12	16
Начальная туристическая подготовка (НТП)	41	15	14	12
Топографическая подготовка (ТП)	12	4	4	4
Основы медицинской подготовки (ОМП)	30	10	10	10
Защита от оружия массового поражения (РХБЗ)	60	20	20	20
Вариативный компонент				
Раздел 3. Специальная подготовка				
<i>По отдельному тематическому плану полевого лагеря (экспедиции)</i>				
Итого в год:	420	140	140	140

Содержание программы

Базовый компонент

Раздел I. Общая специализированная подготовка

ОБЩЕСТВЕННО-ГОСУДАРСТВЕННАЯ ПОДГОТОВКА

Учебно-тематический план занятий

№ п/п	Наименование темы	1 год	2 год	3 год
1.	Современное политическое положение в мире	2	2	2
2.	Государственная символика России	2		
3.	Национальное самосознание российского народа			2
4.	История России и её армии	5	6	6
5.	Ратные подвиги защитников Отечества	6	6	6
6.	Антитеррор – как средство противодействия современному терроризму		6	4
	Всего	15	20	20

Тема 1. Современное политическое положение в мире

«Новости политики». Проведение еженедельных политических информационных.

Тема 2. Государственная символика России

История государственных символов России. Государственный герб России. Государственный гимн России. Государственный флаг России.

Тема 3. Национальное самосознание российского народа

Национальное самосознание, менталитет российского народа, его культурно-историческое наследие. Активная гражданская позиция. Патриотизм - любовь и преданность Отечеству. Проявление патриотизма в повседневной жизни.

Тема 4. История России и её армии

Древняя Русь. Славянские воины. Древнерусские дружины. Походы древнерусских князей. Военное искусство в войнах феодальной раздробленности Русского государства. Татаро-монгольское нашествие. Невская битва, «Ледовое побоище»; Куликовская битва. Александр Невский. Дмитрий Донской.

Состав войск, их организация, численность и вооружение. Способы ведения войны. Комплектование и тактика русского войска в IX-XI веков.

Московское государство. Роль Москвы в объединении русских земель. Польско-литовское государство. Иван-III – государь всея Руси. Реформы Ивана Грозного. Смутное время. Утверждение династии Романовых. Освободительная война Украинского народа. Освоение Сибири и Дальнего Востока. Поместное и стрелецкое войско. Их организация и тактика.

Императорская Россия. Реформы Петра Великого. Создание армии и флота. «Золотой век» Екатерины. П. А. Румянцев. А. В. Суворов. Ф. Ф. Ушаков. Регулярная Армия и Флот России. Организационное строение Вооруженных Сил России. Гвардия. Казачьи войска.

Стратегия и тактика Вооруженных Сил России в войнах XVIII столетия. Северная война. Полтавская битва и её значение. Семилетняя война. Сражение при Кунерсдорфе. Русско-турецкие войны 1768-1774 гг. и 1777-1781 гг. Великий Русский полководец А. В. Суворов.

Отечественная война 1812 года. Вооруженные Силы России и Франции, их планы по ведению войны. Первый период войны. Бородинское сражение. Второй период войны. Великий русский полководец М. И. Кутузов. Заграничный поход русской армии.

Вооруженные Силы России в войнах второй половины XIX и первой половины XX вв. Крымская война, русско-турецкая война; русско-японская война, первая мировая война.

Вооруженные Силы СССР в период 1918-1941 гг. Создание Красной Армии. Гражданская война. Военная реформа 1924-1928 гг. Техническая реконструкция Вооруженных Сил СССР. Международная помощь.

Вооруженные Силы СССР в Великой Отечественной войне. Начальный период войны. Оборонительные сражения под Ленинградом, Смоленском и на Украине (первый период). Московская и Сталинградская битвы. Второй период, контрнаступление Советских войск. Курская битва, Белорусская, Яссо-Кишиневская, Висло-Одерская и Берлинская операции (третий период).

Силы специального назначения во Второй мировой войне.

Вооруженные Силы СССР в послевоенный период. Три периода развития Вооруженных Сил. Первый 1945-1953 гг. Второй ноябрь 1953-1959 гг. Третий 1960-1991 гг. Холодная война. Военные конфликты.

Силы специального назначения в послевоенный период.

Тема 5. Ратные подвиги защитников Отечества

Сыны Отечества. История военной школы России. Офицерский корпус Вооруженных сил Русского Государства и его роль в Вооруженных Силах. Традиции. Верность знамени. Зарождение корпуса младших командиров. Подготовка младших командиров. Сверхсрочная служба. Ратные подвиги защитников Отечества.

Выдающиеся военные ученые и конструкторы России. Русские оружейники. Винтовка Мосина. Стрелковое оружие. В. Ф. Токарев. ППШ и ППС-простота и надежность. Автомат Калашникова. Пушечных дел мастера. Ракетный щит Родины. Конструкторы танков и авиаконструкторы. Морская мощь России. Современное вооружение. Упущенные приоритеты.

Тема 6. Антитеррор – как средство противодействия современному терроризму

Терроризм как социальное зло. Преступная сущность и антинародный характер терроризма. История и причины живучести терроризма. Способы вовлечения молодежи в террористическую деятельность. Государство, закон и общество против терроризма. Терроризм и интернет. Информация и ее роль сегодня. Особенности тенденциозной подачи информации.

Раздел II. Начальная военная подготовка

ОСНОВЫ ВОИНСКОЙ СЛУЖБЫ

Задачи обучения и воспитания.

Изучить историю создания и традиции Вооруженных Сил РФ, Воздушно-десантных войск и войск специального назначения, правовые основы службы в Вооруженных Силах РФ.

Воспитывать у курсантов чувство ответственности за защиту Родины, чувство гордости за Вооруженные Силы и спецслужбы России, за принадлежность к своему коллективу; развивать чувство взаимопомощи, уважения и требовательности друг к другу; создавать дух товарищества, пресекать случаи ущемления личного достоинства, нарушения дисциплины, порядка и правил взаимоотношений между курсантами (кадетами).

Методические указания

Необходимые знания и качества у курсантов выработать в ходе проведения всех занятий по военной подготовке и ходе повседневной деятельности детского объединения.

Необходимо настойчиво внедрять активные формы занятий: диспуты, дискуссии, «круглые столы».

Учебно-тематический план занятий

№	Наименование темы	1 год	2 год	3 год
1.	Вооруженные силы России и другие войска-основа военной организации государства.	2	2	2
2.	Военнослужащие и взаимоотношения между ними		2	2
3.	Обязанности лиц суточного наряда			2
	Всего	2	4	6

Тема 1. Вооруженные силы России и другие войска- основа военной организации государства

Военная служба – особый вид государственной службы. Правовое положение военнослужащих. Порядок прохождения военной службы. Символы воинской чести. Воинские звания. Военно-профессиональная деятельность. Военная специальность и группы сходных воинских должностей.

Назначение, состав Вооруженных сил, руководство ВС, командиры и начальники. Их роль и место в обучении и воспитании подчиненных. Военно-учебные заведения МО России. Правила приема в них.

Назначение и боевые возможности видов ВС России, железнодорожных, пограничных войск, войск министерства безопасности и внутренних войск МВД. Рода войск. Их назначение. История Воздушно-десантных войск России, морской пехоты и пограничных войск. Силы специальных операций (ССО) иностранных государств - общий обзор.

Боевые традиции армии и флота. Знамя воинской части и присяга. История и судьбы. (полководцы России).

Закон о всеобщей воинской обязанности. Ответственность призывников за уклонение от воинской службы.

Тема 2. Военнослужащие и взаимоотношения между ними

Понятие о воинских уставах, история их создания. Положения уставов и нравственные принципы. Общие обязанности военнослужащего. Начальники и подчиненные, старшие и младшие. Права и обязанности прямых и непосредственных начальников.

Воинская этика. Порядок отдачи и выполнения приказаний. Неуставные отношения. Как их избежать и ответственность за них. Общие права и обязанности командиров и других прямых начальников.

Виды Вооруженных Сил. Рода войск. Эмблемы и нарукавные эмблемы. Расположение знаков, нашивок, эмблем на полевой, повседневной и парадной форме одежды.

Тема 3. Обязанности лиц суточного наряда

Караул, его состав форма одежды и вооружение. Часовой и караульный. Подчиненность и обязанности часового и выводного. Внутренний порядок в карауле.

СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА

Цели и задачи. Основная цель обучения – выработать у курсанта устойчивые строевые навыки.

Задачи курса:

- выработать практические навыки выполнения элементов строевой подготовки;
- научить четко выполнять команды, взаимодействовать в команде;
- развить у подростка чувство гордости носимой формы одежды, принадлежности к числу защитников Отечества;

Методические рекомендации

Занятия по строевой подготовке должны проводиться как в виде самостоятельной тренировки, так и в ходе тактико-строевых и тактических занятий, полевых выходов для закрепления и проверки полученных навыков.

Учебно-тематический план занятий

№	Наименование темы	1 год	2 год	3 год
1.	Строевые приемы и движение без оружия	6	6	6
2.	Строевые приемы знаменной группы	6	2	2
3.	Строевые приемы ритуальной группы		2	2
4.	Строевые приемы и движение с оружием	6	6	6
	Всего	18	16	16

Тема 1. Строевые приемы и движения без оружия

Строй и их виды. Обязанности солдат перед построением и в строю. История парадов в мире и России. Знаменитые воинские парады.

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». Движение строевым и походным шагом. Выполнение команд на изменение скорости и темпа движения. Повороты на месте и в движении. Отдание воинского приветствия на месте и в движении, в головном уборе и без него. Выход из строя. Подход к начальнику и возвращение в строй. Движение в составе отделения, взвода строевым и походным шагом.

Повороты в движении в составе отделения. Перестроение из колонны по два в колонну по три в движении. Размыкание и смыкание строя. Выполнение команды в одношереножном и двухшереножном строю. Перестроение из одношереножного строя в двухшереножный, трехшереножный и обратно.

Тема 2. Строевые приемы знаменной группы

Ритуалы обращения с Государственным флагом Российской Федерации. Подразделения Почетного караула. История поста № 1 и Кремлевского полка.

Подъем и спуск флага на флагштоке. Знаменная группа и знаменный взвод. Порядок обращения со знаменем. Вынос знамени. Прохождение со знаменем торжественным маршем. Повороты со знаменем. Передача знамени при подходе спереди. Смена караула у знамени. Смена караула при подходе сзади. Передача и вручение знамени. Выполнение команд «Смирно», «Вольно», «Знамя склонить». Представление знамени. Повороты со знаменем. Передача знамени при подходе спереди. Смена караула у знамени. Смена караула при подходе сзади. Передача и вручение знамени. Выполнение команд «Смирно», «Вольно», «Знамя склонить». Представление знамени.

Тема 3. Строевые приемы ритуальной группы

Действия группы Почетного караула при смене с Поста № 1. Действия разводящего. Возложение гирлянды и венка.

Тема 4. Строевые приемы и движение с оружием

Строевая стойка с оружием. Особенности строевой стойки со стрелковым оружием различного типа. Выполнение приемов с оружием на месте. Отдание воинского приветствия с оружием на месте и в движении. Выполнение приемов с оружием на месте и в движении.

ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА

Задачи обучения:

- усвоение каждым курсантом боевых свойств и устройства пневматического оружия, стрелкового оружия России и боеприпасов к нему, а также ручных гранат и специальных средств;
- умение подготавливать оружие к стрельбе, выполнять приемы и правила стрельбы из него по неподвижным и движущимся целям, чистить и смазывать оружие, измерять расстояние до объектов с помощью угловых величин;
- ознакомление курсантов со специальными средствами полицейского назначения и средствами индивидуальной защиты;
- получение навыков дуэльной стрельбы в усложненных условиях, используя пневматическое оружие;
- получение практики ведения огня из автомата (пистолета) боевыми патронами по условию начального упражнения.

Методические рекомендации.

Наименование тем и количество учебных часов данного курса является индивидуальной для каждого объединения (связано с наличием материальной базы).

В идеальном варианте Программа рассчитана на обучение в течение 6 лет.

1-й год - обучение стрельбе из пневматического оружия.

2-ой год - изучение материальной части боевого оружия.

3-й год - закрепление и совершенствование навыков стрельбы из оружия в усложненной обстановке.

Изучение материальной части оружия и стрельбы из него могут проводиться в иной последовательности, чем указано в плане в виду наличия тех или иных типов вооружения. Например, во время летних учебных сборов на базе войсковых частей.

Особое внимание на любых занятиях, в т.ч. и при изучении учебного оружия и охлажденных боеприпасов, следует уделять соблюдению правил техники безопасности.

Учебно-тематический план занятий

№	Наименование темы	1 год	2 год	3 год
1.	Правила и меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.	1	1	
2.	Основы и правила стрельбы, материальная часть пневматической винтовки и пневматического пистолета	1	1	
3.	Материальная часть и ТТХ автомата Калашникова (РПК)	2	1	1
4.	Материальная часть и ТТХ пистолета Макарова	1		
5.	Техника стрельбы из пневматической винтовки	5	10	10
6.	Правила стрельбы из пневматического пистолета	5	5	5
7.	Материальная часть и ТТХ ручных гранат.	1		
8.	Правила стрельбы из стрелкового оружия и приведение оружия к нормальному бою			1
9.	Средства индивидуальной защиты, холодное оружие		1	
10.	Техника и приемы стрельбы из стрелкового оружия	1	1	1
11.	Стрельба из стрелкового оружия.	1	2	2
	Всего	20	20	20

Тема 1. Правила и меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами

Общие правила безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Положение оружия, меры безопасности при обращении с ним во время следования на транспортных средствах, несения боевой службы, на занятиях и стрельбах. Порядок осмотра оружия и патронов перед стрельбами. Меры предосторожности при устранении задержки. Правила заряжания и разряжения оружия. Меры безопасности при стрельбе холостыми патронами и при использовании имитационных средств.

Тема 2. Основы и правила стрельбы, материальная часть пневматической винтовки и пневматического пистолета

Полет пули в воздухе. Образование траектории. Пробивное (убойное) действие пули. Рассеивание. Подбор пуль для пневматической винтовки

Назначение и боевые свойства пневматической винтовки и пистолета. Принципы работы механизмов пневматического оружия. Устранение основных неисправностей.

Тема 3. Материальная часть и ТТХ автомата Калашникова (РПК)

Автомат Калашникова во всех его модификациях. Модификации, история создания. Ручной пулемет Калашникова РПК (С)-74. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата (РПК) Серия автоматов АК-100, АК-2000. Модификации, история создания.

Последовательность неполной сборки и разборки автомата (РПК). Назначение и общее устройство основных частей и механизмов.

Подготовка АК (РПК) к стрельбе. Возможные задержки и неисправности при стрельбе и способы их устранения. Снаряжение магазина патронами и заряжание автомата.

Тема 4. Материальная часть и ТТХ пистолета Макарова

Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы ПМ. Назначение и общее устройство основных частей и механизмов.

Тема 5. Техника стрельбы из пневматической винтовки

Подготовка винтовки к стрельбе и стрельба из пневматической винтовки. Подготовка упора для стрельбы сидя. Виды изготоек для стрельбы из винтовки лежа, сидя, стоя. Выполнение стрельб из пневматической винтовки.

Тема 6. Правила стрельбы из пневматического пистолета

Стойки, хваты и перемещения при обращении с короткоствольным оружием (пистолетом). Техника безопасности при обращении с пистолетом.

Выполнение 1-го упражнения учебных стрельб (УУС) из пневматического пистолета. - Выполнение 2-го УУС из газобаллонного пневматического пистолета.

Выполнение 3-го и 4-го УУС из газобаллонного пневматического пистолета. Стрельба по неподвижным целям с места после передвижения.

Тема 7. Материальная часть и ТТХ ручных гранат

Назначение и боевые свойства ручных наступательных и оборонительных гранат. Устройство гранат и запалов к ним, подготовка гранат к броску. Меры безопасности при обращении с ручными гранатами.

Тема 8. Правила стрельбы из стрелкового оружия и приведение оружия к нормальному бою

Порядок приведения оружия к нормальному бою для ведения огня днем.

Порядок приведения оптических прицелов к нормальному бою для ведения огня. Применение лазерных целеуказателей (ЛЦУ).

Тема 9. Средства индивидуальной защиты, холодное оружие

Краткий экскурс в историю. Средства индивидуальной защиты бойца. Средства бронезащиты головы и тела. Каски и их разновидности, бронежилеты, бронешиты. Степени и уровни защищенности. Требования к изделиям.

Холодное оружие. Классификация холодного оружия. Законодательство РФ о холодном оружии. Боевые ножи и ножи специального применения. Выбор ножа.

Тема 10. Техника и приемы стрельбы из стрелкового оружия

Работа с прикладом, вскидывание оружия и выведение оружия на цель;

- использование ремня и перезарядка оружия;
- способы переноса огня при стрельбе;
- принципы удержания оружия при стрельбе в движении и из движущихся средств;
- стрельба из положений лежа на спине, на боку, пригнувшись.

Тема 11. Стрельба из стрелкового оружия

Выполнение стрельб из АК. Упражнение № 1 «Стрельба с места по неподвижной цели днем. Упражнение № 2 «Стрельба с места по неподвижным целям с переносом огня по фронту в ограниченное время».

Выполнение стрельб из малокалиберной винтовки.

ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Основными задачами курса являются:

1. Формирование потребности в регулярных занятиях физкультурой и спортом, осмысленного отношения к ним и постоянном совершенствовании.
2. Компенсация в отсутствующих в основном образовании знаний, умений и навыков в области физкультуры, спорта гигиены и медицины.
3. Развитие у обучающихся: трудовых навыков, силы воли, внимательности, веры в свои силы, рационального образа мышления и поступков, чувства уважения к людям и окружающему миру.

Программа курса «Общезащитная подготовка» по **направленности** является **физкультурно-спортивной**; по **функциональному предназначению** – специальной; по **форме организации** – **индивидуально-ориентированной и групповой**.

Оборудование для занятий

Спортивный зал, турник, брусья, спортивные маты, мячи.

Режим занятий

Учебно-тренировочные занятия по ОФП проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 36 недель учебно-тренировочных занятий, непосредственно в условиях спортивного зала.

Продолжительность одного занятия определяется руководителем. При наличии в учебном плане занятий по рукопашному бою, занятия по ОФП могут проводиться в рамках тренировок по рукопашному бою.

Комплексы контрольных упражнений по тестированию уровня общей физической подготовленности

Тестирование ОФП, СФП и технико-тактической подготовленности осуществляется 2 раза в год – в начале и конце учебного года.

Комплекс контрольных упражнений по ОФП включает в себя следующие тесты:

- **бег 30 м с низкого старта (сек).** Проводится на стадионе в спортивной обуви без шипов. Количество стартующих зависит от количества дорожек. После 10-15 мин. разминки дается старт. Разрешается только одна попытка.
- **челночный бег 4 по 20 м (сек).** Тест проводят в спортивном зале. Отмеряют 20-метровый отрезок, начало, и конец которого отмечают линией. За каждой чертой – 2 полукруга радиусом 50 см. спортсмен становится за ближней чертой линии и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты: обегает полукруг и возвращается к линии старта. Затем также обегает другой полукруг и возвращается обратно.
- **прыжок в длину с места (см).** Выполняют толчком двух ног от линии и края доски на покрытие.
- **подтягивание в висе на перекладине (количество раз).** Выполняют из положения вис хватом сверху, руки на ширине плеч. Темп выполнения произвольный. Подтягивание считается выполненным, если при сгибании рук подбородок находится выше перекладины. Не засчитываются попытки при вспомогательных движениях ног и туловища.
- **сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз).** И.П. – упор лежа на горизонтальной поверхности, руки полностью выпрямлены в локтевых суставах, туловище и ноги составляют единую линию. Отжимания производится на кулаках. Засчитывается отжимание, когда обучающийся, коснувшись грудью пола, вернулся в исходное положение. При выполнении упражнения запрещены движения в тазобедренных суставах
- **поднимание туловища из положения лежа, колени согнуты (количество раз).** И.П. сидя на матах. Руки сцеплены в «замке» за головой. Колени согнуты. Выполнять упражнение следует, опуская спину до касания поверхности мата и вернуться в И.П. Обязательное условие - коснуться грудью колен. При выполнении упражнения запрещено разрывать руки за головой и отрывать ноги от пола.
- **бег на 1000 м.** Проводится на дорожке стадиона. Время фиксируется с точностью до 0,1 сек.
- **бег на 3000 м, мин.** Проводится на дорожке стадиона. Время фиксируется с точностью до 0,1 сек.

Учебно-тематический план занятий

№	Наименование темы	1 год	2 год	3 год
1.	Общая физическая подготовка	2	9	9
2.	Общая физическая подготовка со специальной направленностью	5	5	
3.	Общая физическая подготовка со специальной	2	4	4

	направленностью			
4.	Общая физическая подготовка со специальной направленностью	2	4	4
5.	Общая физическая подготовка со специальной направленностью	2	2	2
6.	Общая физическая подготовка со специальной направленностью		2	2
	Всего	22	20	18

Тема 1. Общая физическая подготовка

Правила проведения спортивных игр. Техника безопасности при проведении спортивных игр.

Общеразвивающие упражнения:

- ходьба по кругу в колонне, ходьба на носках, на пятках, в полуприсяде;
- бег по кругу в колонне, спиной вперед, приставным шагом, бег с ускорением с захлестом голени и 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;
- упражнения на развитие силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости, формирование правильной осанки.

Специальные упражнения: техника подстраховки и самостраховки при падениях вперед, назад, в стороны, и из положения сидя и лежа, через партнера; переползания разных типов: попластунски, крокодил; кувырки вперед, назад, прыжок-кувырок; стойка на руках, ходьба и отжимания на руках.

Техника передвижений: шагом, бегом, приставным шагом, челночное перемещение (влево, вперед, назад, вправо).

Акробатическая подготовка (кувырки, перевороты, прыжки, сальто).

Проведение спортивных игр: Регби, командные «выбивалы». Футбол теннисным мячом. Игры, развивающие равновесие, сообразительность, координацию движения, реакцию, силовую и скоростную выносливость: «пятнашки», «вышибала», «выталкивание из круга», «конный бой», «перетягивание каната».

Тема 2. Общая физическая подготовка со специальной направленностью

Развитие силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости. Акробатическая подготовка: кувырки, перевороты, прыжки, сальто. (Кувырок вперед. Кувырок назад. Кувырок через плечо. Кувырок через препятствие в длину и в высоту. Кульбит. Колесо. Ходьба на руках).

Совершенствование страховки и самостраховки. Комплекс игр - заданий по совершенствованию противоборства в различных стойках. Общеразвивающие упражнения: перемещения зашагиванием, забеганием, прыжком, передвижение по дуге и зигзагом.

Специальные упражнения. Бег по кругу в колонне, спиной вперед, приставным шагом, бег с ускорением с захлестом голенью и 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, акробатика.

Коридор с препятствиями.

Проведение спортивных игр: «выталкивание из круга», «конный бой», «перетягивание каната», «бой на бревне», игры с мячом (футбол, баскетбол, волейбол регби с набивным мячом).

Тема 3. Общая физическая подготовка со специальной направленностью

Развитие силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости. Акробатическая подготовка: кувырки, перевороты, прыжки, сальто. (переворот через спину партнера боком, кувырок прогибом, сальто вперед и назад, рандат, колесо на одной руке).

Совершенствование страховки и самостраховки. Комплекс игр – заданий по совершенствованию противоборства в различных стойках.

Бег по кругу в колонне, правым и левым боком, спиной вперед, приставным шагом, бег с ускорением с захлестом голени и высоким подниманием бедра; прыжки на скакалке; отжимание от пола в упоре лежа, подтягивание на перекладине; упражнения для развития брюшного пресса и спины; упражнения на гибкость, растягивание мышц и сухожилий, формирование правильной осанки; прыжки в высоту и длину, упражнения для укрепления голеностопа.

Бег по пересеченной местности; акробатические упражнения; коридор с препятствиями; прыгивание с высоты 2-5 метров.

Проведение спортивных игр: «коридор препятствий», «бой на бревне», «нападение на крепость», «разорвать «цепь».

Тема 4. Общая физическая подготовка со специальной направленностью.

Развитие силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости. Акробатическая подготовка: принципы выполнения кувырков и перекатов на жесткой поверхности. Трехосевая смена позиций при стрелковых перемещениях.

Развивающие упражнения: переползание боком вперед, ногами вперед, головой вперед; движение «ящерица», червяком (на животе и спине); отжимание с хлопками, стоя на руках; бег в полуприсяде, гусиный шаг, хождение с помощью мышц таза; отжимание от пола в упоре лежа на разных ударных поверхностях, подтягивание на перекладине; упражнения для развития брюшного пресса и спины; упражнения на гибкость и растягивание мышц и сухожилий.

Работа с собственным весом, работа с эспандером боксёра.

Проведение спортивных игр: Командные «выбивалы». Удержание мяча. Футбол теннисным мячом. Боевые игры: «стенка на стенку», «конный бой», «ручeёк», борьба на три точки (реакция и выносливость).

Тема 5. Общая физическая подготовка со специальной направленностью

Развитие силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости. Акробатическая подготовка: выполнение кувырков и перекатов на жесткой поверхности. Ускоренное передвижение. Бег 60 м и 100 м. Бег 100 м и челночный бег 10x10 м. Челночный бег 3x10м, 10x10 м., 4x100 м и бег 200 м. Кроссовый бег на 300 м и 500 м.; 1, 2 и . 3 км.

Общеразвивающие упражнения, упражнения на гибкость и растягивание мышц и сухожилий.

Комплексы упражнений атлетической гимнастики. Упражнения эспандером. Упражнения с амортизатором. Упражнения с гантелями. Упражнения с гириями. Схема развития силы разных мышечных групп. Двуглавая мышца плеча, мышцы шеи, трапециевидная мышца, дельтовидная мышца, большая грудная мышца, мышцы предплечья, прямая мышца живота, четырехглавая мышца бедра, икроножная мышца, мышцы задней поверхности бедра, наружная косая мышца живота длинные спинные мышцы, широчайшая мышца спины, трехглавая мышца плеча

Проведение спортивных игр: футбол, волейбол, футбол по правилам регби. Проведение игр, направленных на развитие боевых качеств: «Хапай», «Китоврасы», «Толпа», «Свалка сцеплялка».

Тема 6. Общая физическая подготовка со специальной направленностью

Развитие силы, скорости, скоростно-силовых качеств, гибкости, выносливости. Акробатическая подготовка. Ускоренное передвижение. Челночный бег 3x10м, 10x10 м., 4x100 м Кроссовый бег на 3, 5, 10 км. Разучивание техники бега по пересеченной местности. Тренировки в совершении марш-броска. Тренировки в совершении марш-броска на 5 км. Тренировки в совершении марш-броска на 5 км в составе подразделения. Лыжная подготовка. Лыжная гонка на 5 км. Марш на лыжах в составе подразделения 10 км.

Общеразвивающие упражнения, упражнения на гибкость и растягивание мышц и сухожилий. Прыжки в длину. Упражнения в лазании по шесту (канату) с помощью ног и на руках. Игры с элементами борьбы, переноска грузов, поднимание гири 16 кг. Тренировка в метании гранат. Проведение соревнований на личное первенство.

Армспорт. Правила соревнований по армспорту. Оборудование и оснащение места проведения соревнований. Участники соревнований. Возрастные группы. Весовые категории. Судейская коллегия. Судейская терминология. Специальные базовые упражнения армборца (комплекс из 11 упражнений). Участие в подготовке соревнований. Подготовка спортсмена к соревнованиям. Спортивная позиция, поединок. Особенности судейства. Участие в соревновании.

Проведение спортивных игр: футбол, волейбол, футбол по правилам регби. Проведение состязаний: «Черта», «Прилипала», «Вольная борьба», «Петушение», «Пятнашки», «Толкучка», «Стенка на стенку», «Цепочка».

ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Цель курса: приобретение навыков и умения ведения боевых действий в составе подразделения и индивидуально.

Задачи курса:

- обучение навыкам грамотных тактических действий в зоне военного конфликта;
- развитие способности к самоконтролю и психической уравновешенности.

Методические рекомендации

На первом году обучения курсанты изучают тактику действий отделения и разведгруппы. На каждом тактико-специальном занятии отрабатываются вопросы по передвижению и маскировке личного состава. Второй и третий года посвящены изучению методов и тактики действий антитеррористических групп, партизанским формам и методам ведения войны, и контртеррористическим мероприятиям.

Практически все занятия следует проводить, используя условия сильнопересеченной местности, недостроенные и заброшенные строения в черте города.

Особое внимание уделяется ведению действий в городских кварталах: изменению тактики действия групп, радиосвязи в жилых районах, способам огневого взаимодействия.

На протяжении всего курса обучения рассматриваются все возможные ситуации с обязательным введением приемов ролевой игры. Для занятий групп второго года обучения должна быть введена подготовка по другим смежным изучаемым дисциплинам: туризм, инженерная, огневая подготовки, связь. Занятия проводятся днем и ночью, в условиях смоделированных ситуаций и неожиданных вводных. На занятиях рекомендуется активно использовать страйкбольное и пейнтбольное вооружение.

Основное время обучения тактико-специальной подготовке приходится на весенне-летний период (расписание учебных часов не регламентируется).

Учебно-тематический план занятий

№	Наименование темы	1 год	2 год	3 год
1.	Понятие тактики как военной дисциплины	1		
2.	Подготовка разведчика	5	4	6
3.	Основы общевойскового боя и действия солдата в бою	5	4	6
4.	Силы специальных операций армии, флота и силовых ведомств. Их задачи на современном этапе	1		
5.	Партизанские формы и методы ведения боевых действий		2	
6.	Контртеррористические мероприятия			2

7.	Тактика действий групп антитеррора			2
8.	Действия в городских условиях		2	
	Всего	12	12	16

Тема 1. Понятие тактики как военной дисциплины

Тактика – как учение о бое. Базовые тактические принципы. Современный общевойсковой бой. Основные формы тактических действий: бой, удар и маневр. Сущность и характеристики современного общевойскового боя. Обязанности военнослужащих в бою.

Тема 2. Подготовка разведчика

Цели и задачи современной разведки. Формы и методы разведки. Разведывательный выход. Экипировка, используемая военнослужащими разведывательных подразделений. Индивидуальная экипировка и вооружение. Разгрузочный жилет. Рюкзак. Нож. Вода. Спальные принадлежности. Рацион питания.

Основы топографии. Походный порядок группы. Преодоление препятствий на маршруте. Временная база – размещение, охрана. Дозоры. Выполнение разведывательных задач. Поиск и размещение в точке базирования.

Тема 3. Основы общевойскового боя и действия солдата в бою

Оборона как вид боя. Оборона в условиях поля, леса, населенного пункта. Наступление. Атака в пешем порядке. Наступление в городе.

Перемещение солдата в бою: «двойка», «тройка». Перемещение в наступлении.

Передвижение отделения на поле боя. Выбор и занятие огневой позиции (места для стрельбы) в ходе наступления. Управление отделением в наступлении.

Тема 4. Спецподразделения России

История формирования групп специального назначения в России. Способы и методы специальной подготовки и отбора в спецподразделения. Функции подразделений спецназа различных ведомств в России.

Части особого назначения в Великой Отечественной войне и в послевоенные годы. Знаменитые воины-спецназовцы Советского Союза и Российской Федерации.

Тема 5. Партизанские формы и методы ведения боевых действий

Цели партизанской войны. Особенности действий в партизанском движении. Работа в гарнизонах, материальное обеспечение.

Система базирования в тылу противника. Основные требования к месту расположения баз, обеспечение их безопасности.

Источники и способы получения разведанных. Действия групп. Система связи и оповещения. Система слежки. Порча и уничтожение имущества и техники.

Тема 6. Контртеррористические мероприятия

Контрразведка, сбор информации. Работа с населением. Рейдовые мероприятия. Организация «зачистки». Блокирование района, в т.ч. с использованием техники и БПЛА.

Тема 7. Тактика действий групп антитеррора

Тактика спецгруппы при захвате здания, самолета, автотехники, железнодорожного транспорта. Распределение обязанностей в группе. Группы разведки, наблюдения, обеспечения, захвата. Огневое взаимодействие в группе.

Тактика спецгруппы при освобождении заложников в здании и автотранспорте. Форсированное проникновение. Применение спецсредств.

Тема 8. Действия в городских условиях

Ведение боевых действий в городе. Основные сложности городских боев. Опорные точки, ДОТы и ДЗОТы. Тактика действий при штурме городских кварталов. Взаимодействие пехоты и других родов войск. Тактика действий разведподразделений. Система радиосвязи. Инженерное обеспечение. Антиснайперские мероприятия.

НАЧАЛЬНАЯ ТУРИСТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Цель курса - воспитание чувства патриотизма, верности народу и земле, где посчастливилось родиться, удовлетворение естественной потребности учащихся в познании и освоении окружающего мира.

Задачи курса:

- научить учащихся уверенно и правильно действовать при воздействии любых неблагоприятных факторов внешней среды, преодолевать стрессоры выживания;
- вселить в подростка уверенность в своих силах;
- научить любить и понимать природу.

Методические рекомендации

Во время первого года обучения основное внимание на практических занятиях следует уделять общетуристическим навыкам: умению ориентироваться, разбивать бивак, разжечь костер при любых погодных условиях. Специфика данных занятий в комплексе с другими подготовительными мероприятиями требует умения каждого курсанта уже на первом году обучения вязать основные узлы, знать основные способы страховки и самостоятельно организовывать систему для спуска по вертикальной стене или склону с последующим спуском; умения натянуть веревочную переправу и переправиться по ней (без учета времени); быстро организовать бивак и провести ночевку зимой в полевых условиях (в том числе и «холодную»).

Обучение навыкам лыжного туризма, пеших походов ведется методом «погружения в ситуацию». В результате существенно сокращается количество часов на аудиторные занятия. Но данный метод требует подготовки и готовности к любым ситуациям руководителей группы и наличия в ней 1-2-х участников, имеющих опыт подобных походов.

Навыки, полученные курсантами на занятиях по медицинской подготовке, должны позволить уже во время первых выходов на местность обработать рану, наложить повязку или шину, а также транспортировать заболевшего до ближайшего населенного пункта.

На втором году обучения основное внимание уделяется обучению туристов самостоятельно подготовить путешествие, разработать маршрут и тактику похода. Так же необходимо совершенствование специфичных навыков: освоение горной и лыжной техники, техники обеспечения безопасности при движении группы, умение подогнать и совершенствовать снаряжение. Необходимо учитывать и чисто психологический момент. Ведь то, что сделано своими руками, приобретает для ребят особую ценность, приучает к бережливому отношению и рождает чувство уверенности.

В изучении многих тем курса полезно использовать игровые, соревновательные формы, которые дают возможность обучающимся проявить себя: решение ситуационных задач, соревнования на местности и др. В конце второго года обучения и на третьем году уделяется внимание содержанию и правилам проведения и судейства различных видов туристических соревнований, что дает возможность подготовить ребят к участию в таких соревнованиях в качестве участников и судей.

Материал, изучаемый на 1-2 году обучения, закрепляется во время летних многодневных походов, разведывательных, экспедиций, так же здесь в числе других решается и задача совершения спортивного похода 1-2 категории сложности.

Необходимо постоянно обращать внимание обучаемых на природоохранные мероприятия, всячески развивать и поощрять их познавательную активность в изучении биологии, географии, геологии, истории страны и родного края.

Обучение по выживанию в природе ведется как в обстановке аудиторной, так и в полевых условиях. На первом году до 80% занятий проводятся в учебном классе. Почти все полевые занятия проходят во время весенне-летних полевых сборов. На втором году обучения до 50% учебного времени отводится на обучение в полевых условиях, в том числе в зимнее время. В третий год обучения подготовка проходит преимущественно в поле, не менее 30% всех занятий должно проводиться ночью в условиях жесткого психологического прессинга и высоких физических нагрузок, максимально приближенно к реальной ситуации.

По возможности, кроме применения рисунков, таблиц и слайдов, объяснение необходимо сочетать с работой с гербарным материалом. Ареалы распространения тех или иных видов необходимо прослеживать по карте.

Обучение выживанию желателен вести после усвоения начальных туристских навыков в целях быстрого получения желаемого результата. Последовательность обучения должна зависеть от поставленной задачи. Например, разжигание костра без спичек. Сначала научить - потом на практике закрепить. Обучаемый, обходясь без огня, получает веру в себя, в свои силы.

Для успешного решения задач выживания необходимо вселить в человека уверенность в своих силах. Я знаю ⇒ я умею ⇒ я выживу сам ⇒ я спасу других. А для этого необходимо хотя бы раз за курс обучения поставить курсанта в критическую, экстремальную для него лично ситуацию (заранее смоделированную педагогом), которая требовала бы для решения максимальной отдачи физических и моральных сил, на грани возможностей.

БЕЗОПАСНОСТЬ!!! Такая ситуация должна быть определена заранее, оценены все возможные пути решения задачи, предусмотрена максимальная безопасность участников, установлено непрерывное наблюдение. Только при такой проработке вопроса можно начинать обучение этим методом.

При отработке на практике проблем выживания необходимо учитывать психофизиологические особенности детей разных возрастов. Особенно это касается проведения «робинзонад».

Примечание. В данном курсе отсутствует освещение вопросов ориентирования, топографии, медицинской и физической подготовки. Им посвящены отдельные предметы Программы.

Учебно-тематический план

№	Наименование темы	1 год	2 год	3 год
Раздел 1. Начальная туристическая подготовка				
1.	Введение в туристическую подготовку		1	
2.	Личное снаряжение туриста		1	
3.	Способы движения группы на маршруте и сигнализация		2	1
4.	Узлы	1	1	1
5.	Костры	1		
6.	Групповое снаряжение			2
7.	Страховочная система и туристический карабин		1	
8.	Наведение переправ и полиспаств		4	
9.	Базирование	2		1
10.	Продуктовая раскладка группы		2	
Раздел 2. Основы выживания				
11.	Выживание на холодных территориях	1	2	
12.	Пожар и взрыв. Действия в данных ЧС	1		
13.	Варианты простейших укрытий	1		
14.	Самоспасение	3		
Раздел 3. Специальная подготовка				
15.	Способы передвижения, типы шагов	2		
16.	Основы следопытства			1
17.	Личная маскировка	1		
Раздел 4. Полевые выходы				
18.	Полевой выход			8
	Всего:	15	14	12

Раздел 1. Начальная туристическая подготовка

Тема 1. Введение в туристическую подготовку

Правила поведения в природной среде. Мы – часть Природы. Основа выживания – знание законов природы. Одежда и обувь для занятий на воздухе. Подбор личного снаряжения для тренировки, правила личной гигиены при занятиях. Правила безопасности на занятиях в клубе и принятие ответственности за собственные действия. Принцип «не оставлять следов» в действии.

Тема 2. Личное снаряжение туриста

Основной набор туриста перед выходом на Природу в составе группы для совершения похода или длительного пребывания в условиях автономного существования. Нож и его подготовка (приёмы затачивания ножа). Утварь. Личная аптечка. Одежда и обувь, необходимые в походе. Рюкзак, спальник и туристический коврик. Подготовка рюкзака к походу. Личный ремкомплект. Подвесная система рюкзака и её подгонка. Укладка рюкзака, правильная развесовка.

«Мелочи», необходимые в походе: спички и их упаковка, фонарик, свечка, прищепки, полиэтиленовые тенты, небольшие куски веревки.

Тема 3. Способы движения группы на маршруте и сигнализация

Группа на марше. Походный порядок. Ядро группы. Разведывательный дозор, тыловой дозор, фланговые дозоры. Функции дозоров. Сигнализация на марше. Звуки и жесты. Основные знаки и действия по сигналам командира. Сигнал для сбора группы

Предварительная расстановка группы в походный порядок. Определение группы разведки и прикрытия. Предварительная отработка сигналов. Проверка готовности к походу, ответы на вопросы по личному снаряжению. Объявление целей и задач выхода, консультация по форме одежды.

Тема 4. Узлы

Назначение узлов в практике туризма. Прямой узел. Академический узел. Шкотовый и брам-шкотовый узлы. Булинь.

Группа узлов: «коровий», «схватывающий», «выбленочный» узел, «удавка», «штыки».

Группа узлов: полуузел, узел проводника, восьмерка, восьмерка-проводник или фламандская петля.

Встречный узел. Встречная восьмерка. Констриктор.

Узлы, применяемые при наведении переправ. Удавка, булинь, стремя, восьмерка-проводник, схватывающий, ткацкий, штыки.

Тема 5. Костры

Огонь в туристическом быте. Костры: назначение и классификация. Теплоёмкость и скорость прогорания, как основные характеристики костров. Место для костра и его подготовка. Дрова для костра. Растопка. Трут. Хранение спичек.

Типы костров: «колодец», «звезда», «таежный», «ямка», «траншея», «очаг», «нодья», «охотничий». Теплоемкость и время прогорания костров. Костер для приготовления пищи и костер-заслон для ночлега. Способы разжигания костров. Основные ошибки и трудности разжигания. Регулирование притока воздуха к костру. Хранение дров и поддержание огня в течение длительного времени. Азы обращения с инструментами.

Основные способы подготовки кострового места для приготовления пищи. Уключины и перекладина. Костры ямка и траншея, очаг из камней. Подвесы. Расчет высоты пламени для приготовления пищи. Дополнительные приспособления.

Тема 6. Групповое снаряжение

Снаряжение группы: утварь, костровое оборудование, ремнабор, палатки, коврики туристические, инструмент.

Групповое снаряжение, систематизация подготовки ГС к походам, работа заместителей по снаряжению в группе.

Тема 7. Страховочная система и туристический карабин

Устройство страховочной системы (обвязки), типы систем, правила надевания, способы подгонки. Карабин, правила обращения и варианты использования. Правила безопасности при страховке на переправе при помощи карабина.

Тема 8. Наведение переправ и полиспаств

Переправа и способы ее наведения. Полиспаств.

Полиспаств при помощи одного карабина.

Сложный полиспаств: его виды и использование.

Тема 9. Базирование

Организация кострового хозяйства, «холодильников» для хранения продуктов и отхожих мест на стоянке. Заготовка дров.

Заготовка дров и прочие работы по обустройству лагеря. Типы инструментов и обращение с ними, техника безопасности при обращении с инструментом. Маскировка лагеря и система сигнализации о приближении посторонних.

Тема 10. Продуктовая раскладка группы

Составление режима питания в походе, меню похода и общего списка продуктов. Подготовка личной продуктовой раскладки.

Раздел 2. Основы выживания

Тема 11. Выживание на холодных территориях

Климат, передвижение, укрытие в районах с холодным климатом. Вода, пища, костер.

Способы постройки простейших укрытий зимой. Варианты укрытий и их особенности.

Тема 12. Пожар и взрыв. Действия в данных ЧС

Общие сведения о взрыве. Общие сведения о пожаре. Причины возникновения пожаров и взрывов и их последствия. Основные поражающие факторы пожара и взрыва. Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах. Пожары и паника.

Тема 13. Варианты простейших укрытий

Варианты простейших укрытий типы сооружений, которые можно создавать для временного пребывания зимой и летом, способы строительства, основы инженерных решений.

Тема 14. Самоспасение

Способы добывания, фильтрации и обеззараживания воды.

Использование природных «заготовок» для сооружения простейших укрытий, способы заготовки «строительного материала», использование рычагов и подручных материалов.

Носимый аварийный запас (НАЗ) для каждого из курсантов: примерный набор, варианты.

Психологическая устойчивость в экстремальных ситуациях и способы быстрой адаптации к условиям враждебной среды. Психотипы человека по Чеурину. Преодоление страха, как основное условие способности к адекватному действию.

Факторы, усложняющие положение человека в экстремальной ситуации. Способы минимизации их вредного воздействия.

Основные факторы, повышающие шансы на выживание человека в критических ситуациях. Основными факторами будут готовность к действию в чрезвычайных условиях, воля к жизни, знание основ самоспасения, навыки практического выживания, наличие аварийных наборов и комплектов, физическая подготовка, правильная организация спасения.

Раздел 3. Специальная подготовка

Тема 15. Способы передвижения, типы шагов

Способы ходьбы при перемещении на пересеченной местности. Бесшумная ходьба, ходьба, пригнувшись, ходьба по различным покрытиям. Другие типы перемещения.

Тема 16. Основы следопытства

Типы следов, оставляемых человеком. След человека. Протектор подошвы. Признаки места стоянки группы людей. Вторичные признаки присутствия людей. Маскировка следов пребывания группы. Маскировка места разведения костра.

Тема 17. Личная маскировка

Личная маскировка курсанта: способы и приемы маскировки.

Раздел 4. Полевые выходы

Тема 18. Полевой выход

Оценка готовности группы к полевому выходу. Личное снаряжение. Подгонка рюкзака. Варианты укладки рюкзака. Способы ориентирования. Компас и работа с ним. Азимут и движение по нему, измерение расстояний движения по азимуту. Походный порядок. Сигналы в пути.

Темп и ритм движения группы. Техника ходьбы след в след. Управление группой при движении в колонну по одному и в колонну по два.

Помощь руководителю в наведении переправы при помощи полиспаста.

Руководитель готовит группу, которая в дальнейшем будет ему ассистировать при наведении переправы для отряда. Это группа основательно физически подготовленных ребят, хорошо усвоивших вязание узлов. Главное - усвоение алгоритма подготовки полиспаста и приемов безопасности при наведении переправ, освоение азов страховки при переправе и помощи тем, кто переправляется при закреплении на веревке.

Общая рефлексия похода. Настроение и физическое состояние. Ощущения во время выхода, эмоциональный фон группы. Типичные ошибки и сложности, возникавшие в выходе. Понимание курсантами основных вопросов, отрабатывавшихся в ходе выхода на природу. Темп и ритм движения, хронометраж. Пошаговый анализ похода. Разбор ситуаций, связанных с знаниями и с поведенческими реакциями ребят в походе. Дополнительно – коммуникативные тренинги. Корректирующее занятие по ранее пройденным темам.

Отработка подготовки и распределения ГС.

Готовность игровой легенды, группового снаряжения, личного снаряжения, специального снаряжения. Подготовка группы наведения.

Условные знаки, оставляемые по ходу движения разведывательной группой. Движение по карте с помощью компаса. Способы наведения переправ. Простые варианты полиспаста и работа группой. Сложные варианты полиспаста и их применение. Вспомогательные узлы для наведения переправ.

ТОПОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Цели и задачи. Основная цель обучения - научить курсанта уверенно ориентироваться на незнакомой местности при любых неблагоприятных условиях.

Задачи курса:

- расширить интерес к таким наукам, как география, геодезия, топография;
- выработать практические навыки ориентирования на местности;
- научить читать и пользоваться топографическими картами, туристскими схемами, пользоваться компасом, аппаратурой GPS – ГЛОНАСС навигации, составлять чертежи местности, самостоятельно выбирать оптимальный маршрут движения;
- развить у подростка эмоциональную устойчивость и чувство уверенности в своих силах.

Методические рекомендации

Занятия по военной топографии для младших школьников лучше всего проводить в занимательной, игровой, а для курсантов старших возрастов в соревновательной форме вне зависимости от места проведения (класс или местность). Очень важно научить курсантов быстро и правильно читать по карте рельеф местности, то есть переходить от условных изображений к объемным формам рельефа. (Например, указав маршрут на карте, предложить отметить разными карандашами подъемы и спуски, научить определять крутизну скатов. Затем, используя ящик с песком или пластилин, можно приступить к построению отдельных форм рельефа, указанных на карте).

Занятия по ориентированию и топографии могут проводиться как самоцель, так и в ходе тактико-строевых и тактических занятий, полевых выходов для закрепления и проверки полученных навыков. Все занятия по военной топографии желательно проводятся на фоне тактической обстановки. Практические навыки курсантов проверяются в ходе комплексного контрольного занятия во время полевого выхода (лагерного сбора).

Учебно-тематический план занятий

№	Наименование темы	1 год	2 год	3 год
---	-------------------	-------	-------	-------

1.	Изображение земной поверхности на планах и картах	1		
2.	Определение сторон света по небесным светилам	1		
3.	Определение по топографическим картам России координат точек местности и объектов, азимутов и дирекционных углов направлений		1	1
4.	Ориентирование на местности по карте	1	2	
5.	Изучение рельефа местности по карте.	1		1
6.	Работа командира по изучению рельефа местности		1	2
	Всего	4	4	4

Тема 1. Изображение земной поверхности на планах и картах

Форма и размеры Земли. Изображение земной поверхности на планах и картах. Классификация. Назначение и характеристика топографических карт. Оформление листа топографической карты. Определение по карте координат точек местности. Определение по карте азимутов и дирекционных углов. Изучение по карте рельефа местности. Движение по азимутам.

Тема 2. Определение сторон света по небесным светилам

Определение сторон света по Солнцу, тени и часам. Определение сторон света по звездам.

Тема 3. Определение по топографическим картам России координат точек местности и объектов, азимутов и дирекционных углов направлений

Определение координат. Определение высот - точек над уровнем моря. Определение географических координат. Определение азимутов и дирекционных углов. Подготовка данных для движения по маршруту. Определение по карте зон невидимости. Определение по карте взаимной видимости точек на местности.

Тема 4. Ориентирование на местности по карте

Подготовка карты к работе, способы ориентирования карты на местности, определение своего месторасположения. Изучение и оформление на карте маршрута движения. Ориентирование по карте в движении. Особенности ориентирования и выдерживания направления движения в условиях ограниченной видимости, в лесу.

Особенности ориентирования при использовании планов местности. Туристские карты, планы и схемы. Их отличие от топографических карт. Условные обозначения. Особенности ориентирования на местности при использовании туристских схем. Планы крупных населенных пунктов, городов. Изучение местности по планам и особенности их использования в ориентировании.

Тема 5. Изучение рельефа местности по карте

Рельеф местности - как элемент изучения карт. Условные знаки элементов рельефа. Определение по карте абсолютных высот, превышений, формы и крутизны скатов.

Тема 6. Работа командира по изучению местности.

Определение по карте защитных свойств рельефа, его влияние на проходимость местности и условия наблюдения. Определение по карте высот, взаимной видимости точек и крутизны скатов. Определение по карте полей невидимости.

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Задачи обучения:

- научить каждого курсанта своевременно и правильно оказать первую медицинскую помощь (ПМП);
- подготовить курсантов к практической работе по оказанию первой помощи в условиях автономного существования, возникновения очагов поражения, стихийных бедствий, крупных производственных аварий и в боевых условиях;
- дать представление о физиологии человеческого организма.

Методические рекомендации

Занятия по медицинской подготовке проводятся специалистами в учебных классах и на учебных площадках, оснащенных наглядными пособиями, тренажерами, муляжами и т.п. с использованием кино- и видеоматериалов, диафильмов, слайдов, фотографий и других подобных материалов, а также табельных и подручных средств для оказания первой медицинской помощи.

Большая часть занятий первого года обучения (90%) проходит в учебном классе. Для курсантов старших возрастов (углубленный уровень) запланированы занятия на базе Центра медицины катастроф.

Каждое практическое занятие начинается с объяснения и показа последовательности выполнения приемов по оказанию первой медицинской помощи с использованием табельных и подручных средств с последующей отработкой их с учащимися. Для практической отработки приемов все учащиеся разбиваются на две подгруппы (отрабатывающие приемы и статистов) и поочередно их выполняют. На практическое выполнение приемов отводится не менее 70% учебного времени. Навыки в проведении приемов сердечно-легочной реанимации и использовании шприц-тюбика отрабатываются на манекенах и тренажерах. Занятия должны обеспечиваться учебным имуществом не менее чем на 50% обучаемых.

Полученные на занятиях по медицинской подготовке знания и практические навыки совершенствуются в ходе занятий по тактико-специальной подготовке.

Учебно-тематический план занятий

№	Наименование темы	1 год	2 год	3 год	
1.	Определение, задачи и правовые вопросы первой помощи.	1			1
2.	Анатомия человека. Влияние анатомии на способы оказания первой помощи	1	1		2
3.	Первая помощь при состояниях, угрожающих жизни человека: - Сердечно-легочная реанимация; - Кровотечения	1	2	2	5
4.	Первая помощь при ранениях		1	1	2
5.	Десмургия (учение о повязках)	1	1	1	3
6.	Травмы и травматический шок. Простейшие способы обезболивания. Имобилизация.			1	1
7.	Первая помощь при травмах (переломы, ушибы, вывихи и растяжение связок)		1	1	2
8.	Первая помощь при черепно-мозговых травмах			1	1
9.	Первая помощь при травмах грудной клетки		1		1
10.	Первая помощь при компрессионных травмах (синдром длительного сдавления)			1	1
11.	Первая помощь при ожогах	1			1
12.	Первая помощь при тепловом, солнечном ударах и обезвоживании организма	1			1
13.	Первая помощь при обморожениях	1			1
14.	Первая помощь при переохлаждении организма	1			1
15.	Первая помощь при поражении электрическим током		1		1
16.	Первая помощь при утоплениях	1			1
17.	Первая помощь при отравлениях	1			1
18.	Первая помощь при укусах ядовитых змей, животных и насекомых			1	1
19.	Первая помощь при судорогах		1		1
20.	Аптечка и её укомплектование			1	1
21.	Личная и общественная гигиена.		1		1

	Предупреждение инфекционных заболеваний.				
	Всего:	10	10	10	30

Тема 1. Определение, задачи и правовые вопросы первой помощи.

Определение первой помощи. Правовые основы первой помощи. Права и обязанности человека оказывающего первую помощь, его ответственность.

Тема 2. Анатомия и физиология человека. Влияние анатомии на способы оказания первой помощи

Кости скелета. Кости черепа и особенности травм, связанных с ними (ликворея). Строение шейного отдела позвоночника и причина его травм. Строение грудной клетки – особенности определяющие правила постановки рук при закрытом массаже сердца. Кости таза и поза «Лягушки» Система органов дыхания и принципы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Строение и функции сердца, круги кровообращения. Артерии, вены и капилляры – возможности оказания первой помощи при заболеваниях сердца и обморочных состояниях. Пищеварительная система. Почки и их функции разница в тактике оказания первой помощи при отравлениях и травмах почек. Строение и функции кожи. Причины смерти, жизненно важные центры и состояния угрожающие жизни.

Тема 3. Первая помощь при состояниях, угрожающих жизни человека.

Занятие 1. Сердечно-легочная реанимация

Клиническая и биологическая смерть как фазы абсолютной ишемии.

Способы определения наличия дыхания и сердцебиения (прием слышу – вижу- чувствую)

Способы восстановления проходимости дыхательных путей пострадавшего.

Искусственная вентиляция легких (ИВЛ) («изо рта в рот» и «изо рта в нос»).

Непрямой массаж сердца.

Занятие 2. Кровотечения.

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. Правила наложения жгута

Внутренние кровотечения – особенности

- применение способов непрямого действия временной остановки кровотечений при оказании первой помощи пострадавшим.

Тема 4. Первая помощь при ранениях

Раневой процесс и его влияние на способы оказания первой помощи. Отек, его развитие и значение отека, возможные осложнения. Понятия асептики и антисептики. Правила обработки ран.

Тема 5. Десмургия (учение о повязках)

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

Тема 6. Травмы и травматический шок. Простейшие способы обезболивания

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

Классификации травм.

Тема 7. Оказание первой помощи при явных признаках переломов. Открытые и закрытые переломы, ушибы, вывихи и растяжение связок

Причины возникновения данной группы травм, классификация. Особенности оказания первой помощи при явных признаках переломов. Открытые и закрытые переломы. Первая помощь.

Иммобилизация конечностей. Переноска и транспортировка пострадавшего с различными типами травм

Тема 8. Первая помощь при черепно-мозговых травмах.

Классификация ЧМТ, их особенности. Осложнения ЧМТ и их профилактика.
Возможности способов оказания помощи на первом этапе.

Тема 9. Первая помощь при травмах грудной клетки.

Ушиб грудной клетки. Переломы ребер. Пневмоторакс. Гемоторакс. Ушиб сердца. Тампонада сердца.
Возможности способов оказания помощи на первом этапе.

Тема 10. Первая помощь при Компрессионных травмах.

Синдром длительного сдавления. Особенности выбора способов оказания первой помощи в зависимости от нарушения, чувствительности и подвижности поврежденной конечности (классификация артериальной ишемии по Савельеву)

Тема 11. Первая помощь при ожогах

Понятие ожога. Степени ожогов.
Первая помощь при термическом ожоге.
Первая помощь при химическом ожоге.

Тема 12. Тепловой и солнечный удары. Обезвоживание организма

Понятие теплового и солнечного ударов. Признаки теплового удара. Первая помощь при тепловом ударе.
Профилактика тепловых травм.

Тема 13. Первая помощь при обморожениях.

Обморожение и его признаки. Степени обморожения.
Особенности оказания первой помощи при обморожениях.

Тема 14. Первая помощь при переохлаждениях.

Общее переохлаждение организма – особенности оказания первой помощи. Профилактика холодовых травм.

Тема 15. Поражение электрическим током

Понятие электрического тока и его воздействие на человека, возможные причины поражения.
Первая помощь при поражении электрическим током.

Тема 16. Утопление

Утопление: понятие, виды. Первая помощь при утоплении.

Тема 17. Отравления.

Определение отравления. Пути попадания ядов в организм. Пути естественной детоксикации организма. Возможности оказания помощи на первом этапе.

Тема 18. Укусы ядовитых змей, животных и насекомых

Виды ядовитых змей. Особенности укусов змей. Первая помощь при укусах ядовитых змей. Виды ядовитых животных и насекомых. Особенности укусов.

Тема 19. Первая помощь при судорогах

Понятие судороги и их причины. Симптомы. Оказание помощи пострадавшему.

Тема 20. Аптечка и её укомплектование.

Табельные средства индивидуальной медицинской защиты их состав, назначение и порядок применения (базовые наборы первой медицинской помощи АИ-1, АИ-2, АИ-3, АИР-3, АИ- 3-1 ОС, АИ-3-2 ОС)

Состав и комплектование групповой аптечки.

Тема 21. Личная и общественная гигиена. Предупреждение инфекционных заболеваний.

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. Иммунитет. Мероприятия по предупреждению

РХБЗ

Задачи обучения:

1. Осознание учащимися перманентности факторов опасностей в процессе жизнедеятельности и в повседневной жизни, получение знаний, умений и навыков предвидения, распознавания и своевременной оценки их опасного, негативного воздействия.

2. Освоение учащимися правил и принципов безопасного поведения и деятельности в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

3. Освоение учащимися нормативов по РХБЗ.

Учебно-тематический план занятий

№ п/п	Тема	1 год	2 год	3 год
Теоретические занятия				
1	Чрезвычайные ситуации локального характера	1		
2	ЧС техногенного и природного происхождения, защита от последствий ЧС.		1	
3	Гражданская оборона, радио-, химическая, бактериологическая защита.			1
	Итого	1	1	1
Практические занятия				
4	Защита от оружия массового (радиационного) поражения.	9		
5	Защита от оружия массового (химического) поражения.		9	
6	Защита от оружия массового (бактериологического) поражения.			9
7	Практическое выполнение нормативов	10	10	10
	Всего:	20	20	20

Список литературы

1. Встреча Президента РФ В.В.Путина с бизнесменами, входящими в Клуб лидеров. 6 февраля 2016 / <http://www.putin-today.ru/archives/20508>;
2. Общевоинские уставы ВС РФ, Москва, военное издательство, 1994;
3. Послание Президента Российской Федерации Федеральному Собранию Российской Федерации на 2016 год. <http://www.kremlin.ru/events/president/news/50864>;
4. Сборник нормативов по боевой подготовке СВ, Москва, военное издательство, 1991;
5. Современная начальная военная подготовка, Москва, 2018;
6. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14.