

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №164
Красногвардейского района Санкт-Петербурга

Принято

На педагогическом совете

ГБОУ СОШ №164

Протокол № 13 от 28.08.15

Утверждено:

Директор

Ю.И. Железнов



Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Юный Защитник Отечества»

Срок реализации: 2 года

Возраст обучающихся: от 11 до 18 лет

Автор- составитель:
Педагог дополнительного образования
Хадаев Сергей Александрович

Санкт-Петербург
2015

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Направленность дополнительной образовательной программы

Основу обороны любой страны составляют люди. От их патриотизма, самоотверженности и самоотдачи зависит ход и исход, большинства войн и вооружённых конфликтов. Однако на данный момент можно констатировать, что современная молодёжь не готова к тому, чтобы стать защитниками своего Отечества, не готова жертвовать жизнью для защиты целостности и независимости государства. Но России не обойтись без Вооружённых Сил. Они нужны для отстаивания национальных интересов на международной арене, для сдерживания и нейтрализации военных угроз и опасностей, которые, исходя из тенденции развития современной военно-политической обстановки, более чем реальны.

Образовательная программа «*Юный защитник Отечества*»:

- имеет социально-педагогическую направленность;
- разработана как составляющая часть Федеральной целевой программы «Патриотическое воспитание граждан России»

(1. Постановление Правительства РФ от 5 октября 2010 г. N 795 "О государственной программе "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011 - 2015 годы"

(2. Проект государственной программы "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы");

- разработана на основании существующих нормативных документов для учреждений дополнительного образования, является модифицированной;

- направлена на формирование военно-профессиональных знаний, умений и навыков;

- способствует адаптации юношей к характеру и условиям различных видов военно-профессиональной деятельности.

2. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность.

В Концепции федеральной системы подготовки граждан Российской Федерации к военной службе на период до 2020 года (распоряжение Правительства РФ от 3.02.2010 № 134, редак. От 20.09.2012 г.) указывается, что в сфере подготовки граждан к военной службе характеризуется рядом негативных факторов, таких как:

- снижение показателей состояния здоровья и физического развития большей части граждан, подлежащих призыву на военную службу;
- снижение уровня боеготовности частей и подразделений из-за **неспособности** значительной части граждан, призванных на военную службу, **справиться с резким увеличением объемов физических нагрузок** первых месяцев военной службы;
- морально-психологические травмы и стрессы из-за проблем с адаптацией к военной службе;

Решению указанных проблем будет способствовать создание и реализация такой модели подготовки к военной службе, которая формирует необходимые качества личности подростка, обеспечивающие его пригодность к различным видам военно-профессиональной деятельности.

Новизну программы «Юный защитник Отечества» определяет интеграция образовательных модулей – 1) Основы военного законодательства, 2) Назначение и состав Вооруженных Сил Российской Федерации, 3) Тактическая подготовка, 4) Огневая подготовка, 5) Военная топография, 6) Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны, 7) Спортивный туризм и ориентирование, 8) Военно-медицинская подготовка, 9) Общефизическая и специальная физическая подготовка, 10) Учебно-полевые сборы, соревнования, которые направлены на реализацию широко спектра направлений деятельности, объединенных общей целью и задачами. Другая особенность программы и ее **новизна** заключается в отсутствии ориентации на отдельный вид Вооруженных сил, что традиционно существует в клубах «Юных моряков», «Юных десантников» и т.п.

Программа основана на новой концепции патриотического воспитания, основу которой составляет патриотическая идея: Дух искания, ответственности и служения, Дух создания и строительства новой России. Ведущей идеей предлагаемой концепции является идея о том, что на основе личностно-ориентированного, программно-целевого подхода к процессу профессиональной военно-прикладной подготовки можно заблаговременно воздействовать на формирование и развитие у обучающего ряда важных физических и специальных качеств и обеспечить высокий уровень пригодности юношей к военной службе. Программа предусматривает формирования у обучающихся готовности к освоению программ военно-профессионального образования более высокого уровня, развитие и усовершенствование навыков участия в военно-прикладных видах спорта, формирование интереса к регулярным занятиям военно-прикладными видами спорта, овладение двигательными умениями и навыками, улучшение физической подготовки, повышение культурного уровня.

3. Цель и задачи дополнительной образовательной программы.

Цель программы: формирование необходимых качеств личности подростка обеспечивающих адаптацию к условиям военной службы, воспитания верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

Задачи программы:

1. Обучающие:

- сформировать систему специальных знаний, умений и навыков по вопросам гражданской обороны, технике спортивного туризма, ориентирования, первой медицинской помощи и стрелковой подготовки;
- обучить основам безопасности военнослужащих, правилам обращения с боевым стрелковым оружием, формирования дисциплинированности и исполнительности;
- обучение жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для выживания в экстремальных условиях;
- развитие основных (базовых) физических качеств, укрепление здоровья;
- обучение и повышение технического и тактического мастерства участников соревнований по спортивному туризму на дистанции - пешеходной, спортивному ориентированию, поисково-спасательным работам.

2. Развивающие:

- развить морально-волевые и физические качества: координацию, гибкость, общефизическую выносливость;
- развить разнообразных практических навыков: самоорганизации и самоуправления;
- стимулировать проявление активности, инициативы, самостоятельности и творчества у воспитанников;
- развить умения, навыки действия в экстремальных ситуациях;
- укрепить здоровье, содействовать правильному физическому развитию обучающихся.

3. Воспитательные:

- воспитать будущих граждан-патриотов, готовых служить своему Отечеству;
- воспитать чувство ответственности, товарищества и взаимовыручки, высокие нравственно-волевые качества, активную гражданскую позицию;
- сформировать положительную мотивацию к военной службе, чувство гордости за свой народ и страну.

Достижение поставленных задач предполагается осуществить на основе интереса подростков к военному искусству, физической силе и красоте, мужеству и стойкости, смелости и решительности, стремлению к самоутверждению.

Реализацию программы предлагается осуществлять на основе следующих **принципов:**

- гуманистических начал, многообразия и вариантности форм организации жизнедеятельности и образования детей и подростков;
- приоритета интересов каждого обучающегося и учета его интеллектуальных и психофизиологических личностных особенностей;
- непрерывности образования и воспитания, воспитывающего обучения;
- обеспечение подростку комфортной эмоциональной среды - «ситуации успеха» и развивающего общения.

4. Возраст детей, участвующих в реализации образовательной программы.

Программа адресована учащимся от 11 до 18 лет.

Прием в объединение *«Юный защитник Отечества»* производится на условиях: заявление родителей и предоставление медицинской справки о состоянии здоровья учащегося. На 2 год обучения переводятся учащиеся, успешно закончившие 1 год обучения. Ребенок, обладающий достаточными умениями, подтвердивший это в различных соревнованиях может начинать занятия со второго года обучения.

5. Сроки реализации дополнительной программы.

Образовательная программа *«Юный защитник Отечества» военно-патриотической направленности* рассчитана на 2 года обучения.

Количество воспитанников в группах:

Группы 1-го года обучения – 15 человек;

Группы 2-го года обучения – 12 человек.

Процесс обучения может быть продолжен, если воспитанники достигли высоких результатов. В этом случае тренировки проводятся по индивидуальным программам и планам. Этот этап является усложненным, рассчитан на уровень определенного мастерства, поэтому в данной программе не прорабатывается.

6. Формы и режим занятий.

При проведении занятий по образовательной программе *«Юный защитник Отечества»* используются следующие формы:

1. *Учебно-тренировочные занятия.* Содержание учебного материала должно соответствовать обучающей и воспитательной задаче.

2. **Тематические экскурсии.** Могут являться разновидностью занятий либо культурно-досуговым мероприятием.

3. **Дискуссии, ролевые игры** по тематике программы.

4. **Совместная деятельность педагога и обучающихся.** Участие в совместном труде, например, в субботнике или работах по поддержанию материальной базы, что предполагает использование педагогом личного примера как метода решения воспитательной задачи.

5. **Досуговые, массовые мероприятия, соревнования.**

6. **Выездные формы занятий** – экскурсии, районные военно-патриотические и туристические соревнования, учебные сборы, военно-спортивная игра «Зарница», соревнования по стрельбе.

7. **Клубный день** (собирается вся группа, приходят интересные люди, идет беседа, просмотр и обсуждение видеоматериалов и т.п.).

8. **Показательные выступления.**

Режим занятий:

- 1-й год обучения: 2 раза в неделю по 2 часа.
- 2-й год обучения: 2 раза в неделю по 2 часа.
- На 2-м году обучения организуются индивидуальные занятия с обучающимися, имеющими высокие результаты и успехи. Для них составляются индивидуальные планы подготовки.

7. Ожидаемые результаты.

Ожидаемые результаты освоения образовательной программы «**Юный защитник Отечества**».

Обучающиеся должны:

знать/понимать:

о воинской обязанности и правах военнослужащих;

требования к уровню подготовленности призывника;

боевые традиции ВС РФ;

символы воинской чести, доблести и славы, боевые традиции и Дни воинской славы России;

законодательную основу военной службы;

состав, устав, воинские звания ВС РФ;

особенности воинского коллектива.

уметь:

пользоваться нормативно-правовой базой при защите прав военнослужащих;

грамотно действовать при возникновении ЧС;

оказывать доврачебную помощь в полевых условиях;

стрелять из различных видов оружия,

выживание в экстремальных условиях.

Контроль результатов обучения

В целях контроля и оценки результативности занятий проводятся:

Тесты на ОФП: 1) бег - 30 , 60 , 100 м; 2) прыжки в длину; 3) подтягивания; 4) отжимания; 5) подъемы корпуса.

Итоговый контроль: 1) контрольные занятия; 2) соревнования; 3) собеседование; 4) показательные выступления.

Контроль и механизм оценки по разделу "Общефизическая и специальная физическая подготовка" Разработана система тестирования по общефизической подготовке. Сравниваются показатели ОФП в начале, середине и конце учебного года, педагогом выставляется оценка, основываемая на приросте результатов тестов с учетом особенностей физического развития учащихся.

Контроль по разделам "Спортивный туризм и ориентирование, Военная топография, Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны" Теоретическая подготовка оценивается с помощью зачета в конце учебного года. Практическое освоение материала оценивается по итогам выполнения зачетного задания в полевых условиях, участия в соревнованиях на первенство школы по ориентированию, а также в районных соревнованиях в процессе выполнения заданий по ориентированию на тактическом поле.

Контроль по разделу "Стрелковая подготовка" Учащиеся в начале каждого года сдают зачет по мерам безопасности. Формой оценки степени усвоения материала служат контрольные соревнования. Предполагаемая степень овладения материалом отражена в разделе "Конечный результат".

(Дополнительные подробные материалы о предполагаемых результатах, формах и критериях оценки полученных знаний, умений и навыков см. в Приложении 1)

8. Формы подведения итогов результатов обучения детей.

В целях оценки и контроля результатов обучения в течение учебного года проводятся:

- проверка выполнения нормативов по ОФП для допризывной молодежи;
- проверка выполнения нормативов по стрельбе из пневматической винтовки;
- соревнования на личное первенство среди воспитанников объединения;
- анализ и обсуждение проводимых мероприятий с учащимися и их родителями;

Участие в соревнованиях по военно-прикладным дисциплинам, спортивному туризму, пулевой стрельбе, школе безопасности.

Учебно-тематический план

Учебно-тематический план первого года обучения.

№ п/п	Разделы	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Набор группы. Охрана труда.	1	1	-
2	Основы военного законодательства	7	7	-
3	Тактическая подготовка	12	4	8
4	Огневая подготовка	18	4	14
5	Военная топография	12	4	8
6	Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны	14	6	8
7	Спортивный туризм и ориентирование	18	6	12
8	Военно-медицинская подготовка	10	6	4
9	Общефизическая и специальная физическая подготовка	32	4	28
10	Учебно-полевые сборы, соревнования, экскурсии	18	-	18
11	Итоговое занятие	2	-	2
	Всего	144	42	102

Содержание программы «Юный защитник Отечества»

первого года обучения

Раздел 1.

Теория: Охрана труда.

Раздел 2. Основы военного законодательства

Теория. Изучение истории и традиций Вооруженных сил и силовых структур России. Формирование потребности неукоснительного следования таким понятиям, как честь, достоинство, милосердие, справедливость. Краткая историческая справка комплектования Вооружённых Сил России. Особенности военной службы. Понятие о военном законодательстве. Основные законодательные акты.

Раздел 3. Тактическая подготовка.

Теория. Вооружение и военная техника мотострелкового взвода. Обязанности солдата в бою. Управление одиночным военнослужащим в бою. Передвижение на поле боя. Действия в обороне. Действия в наступлении. Действия на марше.

Практика. Основы тактических действий взвода, отделения. Передвижение на поле боя. Действия в обороне, в наступлении и на марше.

Раздел 4. Огневая подготовка.

Теория. Материальная часть автомата Калашникова: назначение и боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами. Меры безопасности на занятиях.

Практика. Последовательность неполной разборки и сборки АК-74. Подготовка автомата и патронов к стрельбе, возможные задержки и неисправности при стрельбе и способы их устранения. Снаряжение магазина патронами и зарядание автомата. Ведение огня из автомата с места по неподвижным целям. Снаряжение магазина патронами и укладывание его в сумку. Подготовка упора. Изготовка к стрельбе лежа с упора. Принятие положения для стрельбы и зарядание автомата. Производство стрельбы (установка прицела и переводчика, прицеливание, спуск и удержание автомата при стрельбе). Прекращение стрельбы, разряжение автомата после стрельбы, выполнение приемов стрельбы из автомата лежа с упора. Метание ручных осколочных гранат в цель. Метание гранаты с места, в движении и из-за укрытия.

Раздел 5. Военная топография.

Теория. Топографическая карта. Ориентирование на местности без карты. Движение на местности по карте. Движение по азимутам.

Практика. Ориентирование на местности без карты. Движение на местности по карте. Движение по азимутам

Раздел 6. Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны.

Теория. Задачи Гражданской обороны по защите населения от последствий ЧС военного времени. Современные средства вооруженной борьбы и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Ядерное оружие и его характеристика. Виды ядерных взрывов. Характеристика поражающих факторов ядерного взрыва. Особенности поражающего действия нейтронных боеприпасов. Способы защиты населения от ядерного оружия. Функциональные обязанности по защите от поражающих факторов оружия массового поражения. Химическое оружие, способы и признаки его применения. Способы и мероприятия по защите населения от химического оружия.

Практика. Учение (ролевые игры) по защите населения и ликвидации последствий ЧС мирного времени в условиях аварии на АЭС с разрушением реактора и выбросом радиоактивных веществ в атмосферу. Учения (ролевые игры) по ликвидации последствий разлива химически опасного вещества на железной дороге.

Раздел 7. Спортивный туризм и ориентирование.

Теория. Техника и тактика в туристском походе. (Понятие о тактике в туристском походе. Тактика планирования нитки маршрута. Разработка плана – графика похода. Маршруты линейные и кольцевые. Разработка запасных вариантов маршрута. Дневки. Заброска продуктов и переноска "челно-ком". Использование страховки и само страховки на сложных участках маршрута. Использование специального снаряжения: страховочная система, веревки, карабины и т.д. Узлы: "простой" и "двойной проводник", "восьмерка", "прямой", "схватывающие" узлы, "встречный". Личное и групповое туристское снаряжение. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Соответствие снаряжения и подбора продуктов питания реальной сложности предстоящего маршрута. Психологическая совместимость людей в туристской группе и ее значение для безопасности похода. Личный пример, авторитет руководителя. Условия, при которых проявляется несовместимость. Сознательная дисциплина – важнейший фактор успеха похода. Руководство и лидерство. Экстремальные ситуации в походе. Психология малых групп. Отношения, складывающиеся в группе. Факторы устойчивости группы.

Практика. Изучение, разведка сложных участков маршрута. Определение способов их преодоления. Перестроения колонны при преодолении сложных участков. Техника вязания узлов. Страховка и само страховка во время брода. Туристское снаряжение применительно к условиям проведения похода. Конструкция тентов для палаток, кухни. Техника их изготовления. Конструкция чехлов для топора, пилы, канов. Техника их изготовления. Организация ночлегов в различных условиях, в период межсезонья, зимой. Ветрозащитная стенка. Использование разборной печки. Заготовка дров к ней. Ночные дежурства. Ночлег в палатке без печки. Действия группы в аварийных ситуациях. Разбор конкретных аварийных ситуаций в туризме. Подготовка снаряжения к походам.

Раздел 8. Военно-медицинская подготовка.

Теория. Раны, способы эвакуации раненых. Первая (доврачебная) помощь при травмах и поражениях. Первая помощь при кровотечениях, ушибах, вывихах, растяжениях связок. Правила оказания первой помощи при переломах костей, травматическом шоке.

Практика. Способы эвакуации раненых. Первая (доврачебная) помощь при травмах и поражениях. Первая помощь при кровотечениях, ушибах, вывихах, растяжениях связок. Оказание первой помощи при переломах костей, травматическом шоке.

Раздел 9. Общефизическая и специальная физическая подготовка.

Теория. Разучивание упражнений на перекладине и на брусьях. Техника бега на короткие дистанции по прямой. Техника низкого и высокого старта и тренировка в выполнении команд «На старт», «Внимание», «Марш». Разучивание техники бега по пересеченной местности. Разучивание

техники игры в волейбол. Исходное положение (стойки, перемещения, шаги, скачки, бег, падения), подачи, передачи, нападающий удар, блокирование, тактика игры.

Разучивание техники игры в футбол, игра с мячом, удары по мячу ногой, головой, остановка мяча, ведение мяча, выбрасывание мяча, обманные движения, действия вратаря (стойка, ловля, перевод, овладение мячом, введение мяча в игру).

Практика. Выполнение общефизических упражнений для мышц рук и ног, туловища на перекладине: подтягивание, подъем переворотом, поднос прямых ног, на брусьях - сгибание и разгибание рук в размахивании, угол. Челночный бег 10 x 10 м. Бег на 100, 400 м. С высокого и низкого старта. Бег на 1000, 2000, 3000 м. Игры с элементами борьбы, переноска грузов. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол. Соревнования по волейболу. Совершенствование техники и тактики игры в футбол. Соревнование по футболу.

Раздел 10. Учебно-полевые сборы, соревнования, экскурсии.

Практика. Экскурсии в воинские части и военные училища: Знакомство с бытом и размещением военнослужащих. Изучение истории и боевых традиций. Изучение военных подвигов в годы 2-й мировой войны и в современный период. Изучение вооружения. Экскурсии в городские военные музеи родов войск.

Проведение учебных сборов на базе войсковых частей: Изучение быта и размещения военнослужащих. Ознакомление с современным вооружением и учебными тренажерами подготовке военных специалистов. Проведение практических занятий по радиационной, химической и биологической защите. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова, снаряжение магазинов учебными патронами. Практические занятия по тактической и огневой подготовке. Метание гранат. Изучение минно-взрывных заграждений. Общефизическая подготовка.

Участие в районных и городских военно-патриотических туристических слетах, военизированной игре «Зарница», туристических соревнованиях, соревнованиях по стрельбе, соревнованиях МЧС.

Раздел 11. Итоговое занятие.

Участие в районном военно-патриотическом туристическом слете школьников.

Учебно-тематический план второго года обучения.

№ п/п	Разделы	Общее кол-во часов	Теория	Практика
1	Формирование группы. Охрана труда.	1	1	-
2	Назначение и состав вооруженных сил РФ	7	7	-

3	Тактическая подготовка	12	4	8
4	Огневая подготовка	18	4	14
5	Военная топография	12	4	8
6	Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны	14	6	8
7	Спортивный туризм и ориентирование	18	6	12
8	Военно-медицинская подготовка	10	6	4
9	Общефизическая и специальная физическая подготовка	32	4	28
10	Учебно-полевые сборы, соревнования, экскурсии	18	-	18
11	Итоговое занятие	2	-	2
	Всего	144	42	102

Содержание программы «Юный защитник Отечества»
второго года обучения

Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Раздел 2. Назначение и состав вооруженных сил РФ.

Теория. Структура вооруженных сил и управление ими. Ракетные войска стратегического назначения. Сухопутные войска. Боевые возможности. Военно-воздушные силы. Военно-морской флот. Воздушно-десантные войска. Боевые возможности. Боевые возможности тыла.

Раздел 3. Тактическая подготовка.

Теория. Действия солдата при подъеме по тревоге. Выполнение личным составом подразделений обязанностей согласно плану по тревоге в казарме. Подготовка к ведению боевых действий. Роль, задачи и способы ведения разведки в современном бою. Специальные войсковые действия в вооруженном конфликте. Инженерное оборудование блокпоста при выполнении боевых задач подразделениями.

Практика. Организованные и согласованные действия подразделений в целях уничтожения противника, отражения его ударов и выполнения других задач в ограниченном районе в течении короткого времени. Действия солдата при подъеме по тревоге. Действия взвода по вспышке ядерного взрыва при радиоактивном и химическом заражении, частичная и специальная обработка взвода.

Раздел 4. Огневая подготовка.

Теория. Ведение огня из автомата с места по неподвижным целям. Меры безопасности на занятиях. Назначение, боевые свойства гранат РГД- 5, РГ- 42, Ф-1, РГО, РГН. Приемы метания ручных осколочных гранат. Наблюдение в бою и способы определения расстояний. Меры безопасности при стрельбе из стрелкового оружия. Приемы стрельбы из стрелкового оружия. Приёмы и правила стрельбы из снайперской винтовки (СВД) и ручного гранатомёта РПГ. Выбор места для стрельбы из снайперской винтовки. Способы передвижения на местности. Положения для стрельбы. Порядок заряжения винтовки. Порядок разряжения и осмотра винтовки. Приемы стрельбы по воздушным целям. Приемы стрельбы из гранатомета. Метание гранаты с места, в движении и из-за укрытия.

Практика. Меры безопасности на занятиях. Подготовка упора. Изготовка к стрельбе лежа с упора. Принятие положения для стрельбы и заряжание автомата. Производство стрельбы (установка прицела и переводчика, прицеливание, спуск и удержание автомата при стрельбе). Прекращение стрельбы, разряжение автомата после стрельбы, выполнение приемов стрельбы из автомата лежа с упора. Выполнение упражнения стрельбы из малокалиберной винтовки. Выполнение приемов и правил стрельбы из автомата лежа с упора на стрелковой тренировке. Совершенствование знаний по устройству автомата. Способы ведения огня из укрытий.

Раздел 5. Военная топография.

Теория. Система координат. Географические и плоские прямоугольные координаты. Истинный азимут, магнитный азимут, дирекционный угол. Виды условных знаков топографических карт. Балтийская система высот. Линии горизонтали на картах. Определение по карте абсолютных высот и крутизны скатов. Ориентирование по карте на месте.

Практика. Определение координат точки по карте. Нанесение точки на карту по заданным координатам. Измерение по карте дирекционного угла. Переход от дирекционного угла к магнитному азимуту. Определение своего местоположения на карте. Изучение карты, выбор маршрута движения и определение ориентиров в маршруте.

Раздел 6. Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны.

Теория. Классификация отравляющих веществ по предназначению и воздействию на организм человека. Бактериологическое (биологическое) оружие, способы и признаки его применения.

Средства индивидуальной защиты органов дыхания.

Средства индивидуальной защиты кожи. Средства коллективной защиты (подвал, погреб, блиндаж, убежище, укрытия простейшего типа. Правила поведения в укрытиях. Приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.

Практика. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Санитарная обработка людей, дезактивация, дегазация, и дезинфекция одежды, обуви, средств индивидуальной защиты.

Раздел 7. Спортивный туризм и ориентирование.

Теория. Понятие о тактике в туристском походе. Тактика планирования нитки маршрута. Разработка плана – графика похода. Маршруты линейные и кольцевые. Разработка запасных вариантов маршрута. Дневки. Заброска продуктов и переноска "челноком". Использование страховки и само-страховки на сложных участках маршрута. Использование специального снаряжения: страховочная система, веревки, карабины. Узлы: "простой" и "двойной проводник", "восьмерка", "прямой", "схватывающие" узлы, "встречный". Личное и групповое туристское снаряжение. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Подготовка к походу, путешествию. Питание в туристском походе. Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Действия группы в аварийных ситуациях. Действия группы в аварийных ситуациях.

Практика. Отработка умений выживания и сохранение группы в экстремальных условиях. Практическая отработка современных средств и способов страховки и самостраховки в экстремальных условиях. Разработка тактики действия группы в конкретной аварийной ситуации в зависимости от вида туризма.

Разработка плана – графика похода. Разработка запасных вариантов маршрута. "

Узлы: "простой" и "двойной проводник", "восьмерка", "прямой", "схватывающие" узлы, "встречный". Техника вязания узлов. Организация ночлега в различных условиях. Разработка маршрута похода. Расчет меню и калорийности дневного рациона в различных вариантах. Приготовление пищи. Разбор конкретных аварийных ситуаций в туризме. Подготовка снаряжения к походам. Тактические приемы выхода группы из аварийных ситуаций (остановка движения, разбивка лагеря, отход группы к месту предыдущей стоянки, продолжение движения до более подходящего места стояния). Практическая отработка современных средств и способов страховки и самостраховки в экстремальных условиях. Разработка тактики действия группы в конкретной аварийной ситуации в зависимости от вида туризма.

Раздел 8. Военно-медицинская подготовка.

Теория. Раны, способы эвакуации раненых. Первая (доврачебная) помощь при травмах и поражениях. Первая помощь при кровотечениях, ушибах, вывихах, растяжениях связок. Правила оказания первой помощи при переломах костей, травматическом шоке. Оказание помощи при остановке сердца и дыхания, тепловом и солнечном ударе. Первая помощь при ожогах, обморожении, электротравмах, при поражении взрывной волной.

Практика. Первая (доврачебная) помощь при травмах и поражениях, при кровотечениях, ушибах, вывихах, растяжениях связок, при переломах костей, травматическом шоке. Оказание помощи при остановке сердца и дыхания, тепловом и солнечном ударе. Первая помощь при ожогах, обморожении, электротравмах, при поражении взрывной волной.

Раздел 9. Общефизическая и специальная физическая подготовка.

Теория. Разучивание и тренировка в выполнении упражнений на перекладине и брусьях. Техника бега на короткие дистанции по прямой. Техника низкого старта и тренировка в выполнении команд «На старт», «Внимание», «Марш». Разучивание техники бега по пересеченной местности. Разучивание техники игры в волейбол. Исходное положение (стойки, перемещения, шаги, скачки, бег, падения), подачи, передачи, нападающий удар, блокирование, тактика игры. Разучивание техники игры в футбол, удары по мячу ногой, головой, остановка мяча, ведение мяча, выбрасывание мяча, обманные движения, действия вратаря: стойка, ловля, перевод, овладение мячом, введение мяча в игру.

Практика. Выполнение общефизических упражнений для мышц рук и ног, туловища на перекладине (подтягивание, подъем переворотом, поднос прямых ног), на брусьях (сгибание и разгибание рук в размахивании, угол). Челночный бег 10 x 10 м. Бег на 100, 400 м. С высокого и низкого старта. Бег на 1000, 2000, 3000 м. Игры с элементами борьбы, переноска грузов. - подтягивание на количество; на брусьях - сгибание и разгибание рук в упоре. Выполнение упражнений на перекладине - подъем переворотом на количество, подъем силой на количество; на брусьях - сгибание и разгибание рук в размахивании, сгибание и разгибание рук в упоре. Тренировка в совершении марш - броска. Совершенствование техники и тактики игры в волейбол. Соревнования по волейболу. Совершенствование техники и тактики игры в футбол. Соревнование по футболу.

Раздел 10. Учебно-полевые сборы, соревнования, экскурсии.

Практика. Экскурсии в воинские части и военные училища: Знакомство с бытом и размещением военнослужащих. Изучение истории и боевых традиций. Изучение военных подвигов в годы 2-й мировой войны и в современный период. Изучение вооружения. Экскурсии в городские военные музеи родов войск. Участие в районных и городских военно-патриотических туристических слетах, военизированной игре «Зарница», туристических соревнованиях, соревнованиях по стрельбе, соревнованиях МЧС.

Проведение учебных сборов на базе войсковых частей: Изучение быта и размещения военнослужащих. Ознакомление с современным вооружением и учебными тренажерами подготовке военных специалистов. Проведение практических занятий по радиационной, химической и биологической защите. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова, снаряжение магазинов учебными патронами. Практические занятия по тактической и огневой подготовке. Метание гранат. Изучение минно-взрывных заграждений. Общефизическая подготовка.

Раздел 11. Итоговое занятие.

Участие в районном военно-патриотическом туристическом слете школьников.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

Перечень документов

1. Нормативно-правовой блок (на весь курс обучения)

1. Конституция Российской Федерации (ст.59)
2. Федеральный закон Российской Федерации от 31.05.1996 N 61-ФЗ «Об обороне»,
3. Федеральный закон от 28.03.1998 N 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»
4. Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (ред. 07.05.2009).
5. Федеральный закон от 12.02.1998г. № 28-ФЗ «О гражданской обороне» (с изменениями, внесенными в соответствии с ФЗ от 22.08.2004г. № 122-ФЗ).
6. Постановление Правительства РФ от 31 декабря 1999 г. N 1441 «Об утверждении Положения оподготовке граждан Российской Федерации к военной службе"
7. Приказы Министерства обороны и Министра образования Российской Федерации от 3 мая 2001 г. №203/1936 «Об утверждении инструкции об организации обучения граждан РФ начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы»
8. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011-2015 годы», Постановление Правительства РФ от 5.10.2010 №795
9. Положение о военно-патриотических молодежных и детских объединениях (утв. постановлением Правительства РФ от 24 июля 2000 г. N 551
10. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, утвержденные Указом Президента Российской Федерации № 600 от 15.12.1993 г., М.: Военное издательство, 1994
11. Положение о порядке прохождения военной службы.

2. Инструкции по охране труда

- Инструкция по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм (футбол, волейбол, баскетбол, теннис и др.) для педагогов и обучающихся ИОТ-005-2009
- Инструкции по охране труда при использовании технических средств обучения ИОТ-027-2005
- Инструкция по охране труда при проведении массовых мероприятий ИОТ-008-2009
- Инструкция по охране труда при проведении прогулок, туристических походов, экскурсий, экспедиций ИОТ-009-2003

3. Инструкции по пожарной безопасности

- Инструкция по пожарной безопасности в учреждении ИОТ-001-2009

3. Методическое обеспечение образовательной программы

Методика работы по программе характеризуется общим поиском эффективных технологий, позволяющих конструктивно воздействовать как на развитие физических качеств подростков, на решение их индивидуально-личностных проблем, так и на совершенствование среды их жизнедеятельности. Важнейшее требование к занятиям:

- дифференцированный подход к обучающимся с учетом их здоровья, физического развития, двигательной подготовленности;
- формирование у подростков навыков для самостоятельных занятий спортом и получения новых знаний.

Нами предполагается использовать методики, основанные на постепенном изучении программного материала.

Дидактические принципы построения образовательного процесса

1. **Принцип сознательности.** Учащиеся должны знать и понимать цели и задачи обучения, а также пути достижения целей и задач обучения.
2. **Принцип активности.** Необходимо построить учебный процесс таким образом, чтобы учащиеся не просто воспринимали предлагаемый материал, но и стремились закрепить полученные знания и умения, анализировали ошибки и достижения свои и товарищей, самостоятельно решали поставленные задачи.
3. **Принцип систематичности.** Постепенная и последовательная подача нового материала, поэтапное увеличение объема и интенсивности физических нагрузок.
4. **Принцип наглядности.** Обучение должно быть наглядным и включать в себя практический показ изучаемых действий, показ наглядных пособий, плакатов и фильмов, совместные занятия со старшими учащимися, посещение мероприятий по профилю деятельности и т.п.
5. **Принцип доступности.** Предполагает своевременное изучение программного материала, его соответствие полу, возрастным особенностям и физическому развитию учащихся. Для каждой группы и подгруппы (звена) должен быть составлен рабочий (поурочный) план занятий и обеспечены нормальные условия образовательного процесса.
6. **Принцип прочности.** Необходимо стремиться к тому, чтобы приобретенные знания, умения и навыки учащихся были прочно закреплены, в первую очередь практически. Для этого необходимо участие учащихся в соревнованиях, где полученные умения и навыки можно проверить на практике, в выездных мероприятиях, а также постоянное поддержание интереса учащихся к занятиям.
7. **Принцип контроля.** Необходим регулярный контроль за усвоением учащимися программного материала, что дает возможность анализировать ход образовательного процесса и вносить в него необходимые изменения.

Методы, используемые в процессе обучения

Все используемые методы условно можно разделить на группы:

- методы, оценивающие и стимулирующие деятельность личности;
- методы, побуждающие и формирующие определенную деятельность, сознание личности;
- методы самовоспитания, т.е. самоуправляемого воспитания, которое подразумевает систему самостоятельных упражнений и тренировок.

Рассмотрим более подробно используемые методы организации деятельности по программе:

1. **Метод убеждения** – разъяснение, эмоционально-словесное воздействие, внушение, просьба.
2. **Словесные методы** – рассказ, лекция, беседа, дискуссия, опрос, этическая беседа, диспут, инструкция, объяснение.
3. **Метод показа** – демонстрация изучаемых действий, экскурсии, посещение соревнований и т.п.
4. **Метод упражнения** – систематическое выполнение и повторение изучаемых действий, закрепление полученных знаний, умений и навыков.
5. **Метод состязательности** – поддержание у учащихся интереса к изучаемому материалу, проверка на практике действенности полученных знаний и умений, демонстрация и сравнение достижений учащихся, определение успехов, ошибок и путей их исправления.
6. **Анкетирование, опрос учащихся.** Позволяют выяснить состояние и динамику развития личностных качеств учащихся и определить направления дальнейшего педагогического воздействия на учащихся.
7. **Работа с родителями** (родительские собрания, родительский комитет, индивидуальная работа: дает возможность для согласованного воздействия на учащегося педагогов и родителей.

Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации данной программы необходимо иметь:

- спортивный зал (размеры 12 x 24 м), уличную спортивную площадку.

Для проведения теоретических занятий и просмотра видеофильмов необходим учебный класс, оборудованный видеопроектором, компьютером и телевизором.

Туристическое снаряжение: страховочная система, веревки, карабины, личное и групповое. Комплект спортивных карт различной местности, знаки контрольных пунктов, разметка для маркировки трасс различных цветов, компаса, канаты, учебные плакаты по спортивному ориентированию, секундомеры, аптечка, костровое оборудование, палатки туристские походные, спальники, коврики, рюкзаки, топор походный, тент.

Оборудование по разделу программы "Общефизическая и специальная физическая подготовка"

- атлетические тренажеры,

- учебные видеофильмы.

Оборудование по разделу программы "Основы выживаемости"

- наглядные пособия,
- учебные фильмы,
- войсковой прибор химической разведки,
- индивидуальные дозиметры,
- аптечка первой помощи.

Оборудование по разделу программы "Ориентирование, топография"

- наглядные пособия,
- учебные карты,
- компасы,
- чертежные инструменты.

Оборудование по разделу программы "Стрелковая подготовка"

- макеты: автомата Калашникова, пистолета Макарова,
- лазерный тир (для стрельбы 3 человек),
- наглядные пособия.

Список используемой литературы

1. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. – М.: ФиС, 2006 г.
2. Безопасность жизнедеятельности: Сборник нормативных документов по подготовке учащейся молодежи в области защиты от чрезвычайных ситуаций. М.: АСТ, 1998. Бэрри Дэвис «Основы выживания в экстремальной ситуации». М, 2003.
3. Военно-медицинская подготовка. Издание второе, переработанное и дополненное. Редакция академика АМН РФ Ф.И.Комарова. Москва, "Медицина", 2009
4. Военная топография. Учебное пособие по «Основам военной службы». Под общ. ред. Егорова В.П. М., 2001
5. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник. – М.: ФиС. 2002 г.
6. Дарман П. Учебник выживания в экстремальных ситуациях.- М.: ООО Изд-во Яуза, Формула-Пресс, 2001.- 352 с.
7. Ильин А.А. Школа выживания в природных условиях. – М.: Издательство ЭКСМО, 2003.- 384 с.
8. Катукоев А.М., Цветаев Е.Н. Военно-патриотическое воспитание учащихся на занятиях по начальной военной подготовке «Просвещение» Москва 2001
9. Лови А.А., Минин Р.А. Организация занятий по огневой подготовке. Пособие для учебных пунктов. М., 2003 г.
10. На службе Отечеству. Об истории Российского государства и его вооруженных силах, традициях, морально-психологических и правовых основах военной службы: Книга для чтения по общественно-государственной подготовке солдат (матросов), сержантов (старшин) ВС РФ / Под ред. В.А. Золотарева, В.В. Марущенко. 3-е изд. М.: Русь-РКБ, 2010 г.

11. Строевая подготовка. Учебное пособие по «Основам военной службы». Под общ. ред. Егорова В.П. М., 2011 г.
12. Уличев М.В. Методические рекомендации по оказанию первой помощи пострадавшим и действиям в экстремальных ситуациях. – СПб.: Информационно-методический сектор городского Центра гражданского и патриотического воспитания ГОУ “Балтийский берег”, 2005
13. Учебное пособие по “Основам военной службы”. Выпуск 2. Вооруженные Силы России. Москва – 2011 г.
14. Филиппов А.Е. Методические рекомендации для подготовки команд к городским соревнованиям по военно-спортивному многоборью. – СПб.: Информационно-методический сектор городского Центра гражданского и патриотического воспитания ГОУ “Балтийский берег”, 2005

Список литературы для педагогов

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 2004
2. Алешин В.М. Туристская топография. – М.: Профиздат, 2007 г.
3. Бардин К.В. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1999 г.
4. Васильев В.А. Основы воинской службы. Ростов н/Д: Феникс, 2000,- 416 с.
5. Военный энциклопедический словарь. М.: Воениздат, 2007
6. Воспитательный процесс: изучение эффективности. Методические рекомендации. / Под ред. Е.Н. Степанова. – М.: ТЦ “Сфера”, 2001. – 128 с.
7. Гафнер В.В. Опасности социального характера и защита от них : учеб. пособие / В.В. Гафнер, С.В. Петров, Л.И. Забара. — М. : Флинта : Наука, 2012. — 320 с.
8. Гигиена и самоконтроль туриста: методические рекомендации. – М.: Турист, 2002 г.
9. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. М., 1980
10. Губанов В.М. Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них: учеб. пособие / В.М. Губанов Л.А. Михайлов В.П. Соломин. – М.: Дрофа, 2007
11. Дворкин А.Д. Пневматическое оружие. Стрельба, эксплуатация, ремонт, оборудование тира. М., 2001г
12. Ильин А.А. Первые действия в экстремальной ситуации. – М.: Издательство ЭКСМО-Пресс, 2002.- 384 с.
13. Кодыш Е.Н. Соревнования туристов. – М.: ФиС, 2004 г.
14. Козлов Ю.В., Ярошенко В.В. Туристский клуб школьников: Пособие для руководителя.- М.: ТЦ Сфера, 2004.- 224 с.
15. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. М.: ЦДЮТиК, 2003 г.

16. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. – М.: Профиздат, 1997 г.
17. Краткая медицинская энциклопедия / Под ред. академика РАМН В. Л. Покровского. М.: Медицинская энциклопедия; Крон-Пресс, 1994
18. Михайлов Г.И. Символы России и Вооруженных Сил. М.: «Армпресс», 2000. - 87 с.
19. Куликов В.М, Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М.:ЦДЮТур МО РФ, 1997
20. Наставления по стрелковому делу. Воениздат 1993
21. Петров С.В., Бубнов В.Г. Первая помощь в экстремальных ситуациях: Практическое пособие. М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2000.
22. Питание в туристском путешествии. – М.: Профиздат, 1987
23. Пробный учебник для средних учебных заведений под ред. Гоголева М.И. “Основы медицинских знаний учащихся”. Москва “Просвещение” 1991
24. Программа "Юные туристы – спасатели". – М.: ЦДЮТиК, 2000.
25. Программа "Спортивное ориентирование" – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002 г. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. Пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений. – М.: Просвещение, 1990
26. Румянцев Н.В. Огневая подготовка. ЦОКР МВД РФ , 2009
27. Типовая программа для ДЮСШ по курсу «Пулевая стрельба», «Биатлон», М 1989
28. Ситников В.П. Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник школьника.- М.: Филологическое общество “СЛОВО”.- 1997.- 445 с.

Список литературы для учащихся

1. Годик М.А. Физическая подготовка футболистов. – М.: Олимпия. Пресс, 2008.
2. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А., Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие Н.Ц.- М.: Эпас, 2006.
3. Малькольм К. Сто одно упражнение для юных футболистов. - М.: ФиС, 2003.
4. Талага Е. Энциклопедия физических упражнений.- М.: ФиС, 1998
5. Андреев В.И. Сборник методической литературы для военно-патриотических клубов России. – СПб., 2008.
6. Беляев А.В. Организация воспитательной работы в кадетском корпусе. – Ставрополь: СГУ, 2008.
7. Беспятова Н.К., Яковлев Д.Е. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации. – М.: Айрис-пресс, 2006.
8. Боевые традиции Вооруженных Сил. Символы воинской чести. – М.: ВУ, 2004.
9. Возрождение и будущее Отечества – в патриотизме молодежи. – М.: МПА, 2000.

10. Во имя России: Российское государство, армия и воинское воспитание. – М.: АМЛИКС, 2001.
11. Воробьев В.А., Лепёшкин С.А., Шульгин А.А. Военно-спортивные игры. – Тамбов, 2008.
12. Вырщиков А.Н., Кусмарцев М.Б. Патриотизм на службе России: Эссе. – Волгоград, 2005.
13. Духовный потенциал Великой Победы и современный патриотизм. – М.: Книга и бизнес, 2003.
14. Дни воинской Славы России. Хрестоматия. – М.: Патриот, 2006.
15. Иванова С.Ю., Лутовинов В.И. Современный российский патриотизм. – Ростов-на-Дону: ЮНЦ РАН, 2008.
16. Коровянский А.И., Лутовинов В.И. Военная безопасность Российской Федерации и ее обеспечение в современных условиях. – М.: РАГС, 2006.
17. Лутовинов В.И., Мотин Ю.Н. Обеспечение военной безопасности Российской Федерации в условиях глобализации. – М.: РАГС, 2009.
18. Патриотизм народов России: традиции и современность. – М.: РВЦ, 2007.
19. Уроки Великой Отечественной войны 1941-1945 гг. и проблемы безопасности России. – М.: ИД «Мегапир», 2005.
20. Уроки служения Отечеству: Сталинградская битва. Методическое пособие. – М.: Глобус, 2008.

4. Предполагаемые результаты, формы и критерии оценки полученных знаний, умений и навыков

Раздел 1. Общефизическая и специальная физическая подготовка

Год обучения	Обучающийся должен знать	Обучающийся должен уметь
1-й	<p>Основы гигиены и закаливания. Основы здорового образа жизни. Основные принципы физической подготовки: регулярность, постепенность и т.п. Формы самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит и т.п.</p> <p>Форма оценки: Устный зачет в конце учебного года.</p>	<p>Физические кондиции.</p> <p>Скорость: Бег 100 м – 15 сек. <u>Общая выносливость:</u> Кросс 3000 м – 14 мин. 30 сек. Кросс 1000 м – 4 мин. 30 сек. <u>Сила, силовая выносливость:</u> Сгибание – разгибание рук в упоре лежа (отжимание от пола) – 25 раз. Подтягивание на высокой перекладине – прирост в результате за учебный год – 8 раз. Сгибание - разгибание туловища в положении лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки у подбородка – 40 раз. Приседания на двух ногах на всей стопе, руки за головой – 100 раз.</p> <p>Форма оценки: Практическое выполнение упражнений. (Правильность выполнения акробатических упражнений и приемов рукопашного боя оцениваются по пятибалльной шкале).</p>
2-й	<p>Тактика ведения боя против одного или нескольких противников, противника, превосходящего в силе, использование сопутствующих факторов. Психологические особенности боя.</p>	<p>Физические кондиции.</p> <p>Оцениваются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» Бег 100 м: «Отл.» – 13,5 сек.; «Хор.» – 14,0 сек.; «Удовл.» – 15,0 сек. Сгибание – разгибание рук в упоре лежа (отжимание от пола); «Отл.» - 60 раз; «Хор.» – 50 раз; «Удовл.» – 40 раз; Подтягивание на высокой перекладине: «Отл.» – 14 раз; «Хор.» – 10 раз; «Удовл.» – 8 раз. Сгибание - разгибание туловища в положении лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки у подбородка: «Отл.» – 100 раз; «Хор.» – 80 раз; «Удовл.» – 70 раз. Кросс 3000 м: «Отл.» – 13 мин.; «Хор.» – 13 мин. 30 сек.; «Удовл.» – 14 мин. 30 сек.</p>

Раздел 2. Основы выживаемости

Год обучения	Обучающийся должен знать	Обучающийся должен уметь
1-й	<p>Источники возникновения возможной опасности в условиях города.</p> <p>Основы здорового образа жизни.</p> <p>Первая медицинская помощь при отравлениях, обморожениях, тепловых ударах, ожогах.</p> <p>Добывание пищи и воды в условиях средней полосы.</p> <p>Приготовление снаряжения для похода.</p> <p>Форма оценки: Устный зачет в конце учебного года.</p>	<p>Оказание первой помощи при порезах, ожогах – остановка кровотечения, обеззараживание, наложение повязок.</p> <p>Использование ватно-марлевой повязки. противогаза, ОЗК.</p> <p>Разведение костров для приготовления пищи, оборудование стоянок; постройка шалаша, вигвама.</p> <p>Однодневный поход 10 км.</p> <p>Форма оценки: Зачет в условиях однодневного похода.</p>
2-й	<p>Чрезвычайные и экстремальные ситуации в условиях города – техногенного и криминогенного характера.</p> <p>Характеристика состояний, требующих первой помощи.</p> <p>Первая помощь при переломах и инфекционных заболеваниях.</p> <p>Съедобные и лекарственные растения.</p>	<p>Остановка венозного и артериального кровотечения; первая помощь при переломах; транспортировка пострадавших.</p> <p>Использование войскового прибора химической разведки, индивидуального дозиметра.</p> <p>Обустройство ночлега в лесу в зимних условиях.</p> <p>Обеззараживание воды, приготовление пищи.</p> <p>Марш-бросок 20 км в условиях двухдневного похода.</p> <p>Форма оценки: Зачет в условиях двухдневного похода.</p>

	<p>Добывание пищи.</p> <p>Форма оценки: Устный зачет в конце учебного года.</p>	
3-й	<p>Чрезвычайные ситуации природного происхождения.</p> <p>Оружие массового поражения.</p> <p>Особенности выживания в различных географических и климатических условиях.</p> <p>ядовитые растения и животные.</p> <p>Форма оценки: Устный зачет в конце учебного года.</p>	<p>Спасение и первая помощь утопающим.</p> <p>Поведение при применении оружия массового поражения: использование ОЗК, противогазов, противочумных комбинезонов.</p> <p>Добывание воды в условиях засушливого климата; добывание пищи.</p> <p>Марш 50 км в условиях двухдневного похода.</p> <p>Форма оценки: Зачет в условиях двухдневного похода.</p>

Раздел 3. Ориентирование, топография

Год обучения	Обучающийся должен знать	Обучающийся должен уметь
1-й	<p>Стороны света; азимут и дирекционный угол; определение расстояний до ориентира по видимому размеру.</p> <p>Условные обозначения, применяемые в топографии.</p> <p>План местности.</p>	<p>Умение выйти в заданную точку по азимуту и расстоянию.</p> <p>Умение проложить маршрут и составить схему движения по азимуту и расстоянию.</p> <p>Форма оценки: Зачет в условиях однодневного похода.</p>

	<p>Форма оценки: Устный зачет в конце учебного года.</p>	
2-й	<p>Ориентирование по окружающим предметам; понятие ориентира. Ориентирование по солнцу. Чтение топографических карт.</p> <p>Форма оценки: Устный зачет в конце учебного года.</p>	<p>Прокладка маршрута, нахождение тайников. Составление плана местности. Ориентирование по карте с помощью окружающих предметов и по солнцу.</p> <p>Форма оценки: Зачет в условиях двухдневного похода.</p>
3-й	<p>Ориентирование по звездному небу. Географические координаты. Снятие крок, выкопировок.</p> <p>Форма оценки: Устный зачет в конце учебного года</p>	<p>Ночное ориентирование. Составление топографических карт.</p> <p>Форма оценки: Зачет в условиях двухдневного похода.</p>

Раздел 4. Стрелковая подготовка

Год обу-	Обучающийся должен	Обучающийся должен уметь
----------	--------------------	--------------------------

чения	знать	
1-й	<p>Правила и меры безопасности при обращении с оружием и стрельбе (к оружию обучающиеся допускаются после сдачи зачета по мерам безопасности).</p> <p>Правила прицеливания.</p> <p>Форма оценки: Зачет в конце учебного года.</p>	<p>Выполнение норматива “Юный стрелок” - 40 очков в стрельбе из пневматической винтовки на контрольных соревнованиях в конце учебного года.</p>
2-й	<p>Понятие баллистики. внесение поправок при прицеливании.</p> <p>Форма оценки: Зачет в конце учебного года.</p>	<p>Выполнение норматива “Меткий стрелок” - 43 очка в упражнении МВ-6 из малокалиберной винтовки лежа с упора, дистанция 25 метров на контрольных соревнованиях в конце учебного года.</p>
3-й	<p>Устройство и взаимодействие частей и механизмов стрелкового оружия.</p> <p>Форма оценки: Устный зачет в конце учебного года.</p>	<p>Сборка - разборка АКС - 74 - 45 сек.</p> <p>Форма оценки: Устный зачет в конце учебного года.</p> <p>Выполнения упражнения контрольных стрельб из АКС - 74 на базе войсковой части.</p>

