

**Министерство образования и науки Самарской области**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ»**



Принята на заседании  
методического совета  
"ПГК"  
Протокол № 1

Утверждаю  
И.О. директора ГБПОУ  
от « 31 » 08 2020 г.

  
/Е.М.Садыкова/  
«    »    202    г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ/ ГРАЖДАНСКО-ПРАВОВОЙ  
НАПРАВЛЕННОСТИ**

**Военно-патриотический клуб «Патриот»**

Возраст обучающихся 15 -18 лет  
Срок реализации 3 года

Автор-составитель:  
Степук Н.В.,  
педагог-организатор

**Самара, 2020**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН .....	6
3. СОДЕРЖАНИЕ .....	8
4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ .....	17
5. СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ.....	18

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Необходимость создания военно-патриотического клуба обусловлена следующими причинами:

- современная социальная обстановка в стране требует особого внимания к патриотическому воспитанию молодежи;
- военно-патриотическое объединение позволяет подросткам окрепнуть физически, подготовиться к службе в армии, дает возможность полезно и интересно использовать свой досуг;
- возрос интерес к армии, и подготовка квалифицированных специалистов для нее требует длительного периода обучения;
- спрос на обучение в военно-патриотических организациях заметно растет, несмотря на армейскую дисциплину в них.

Сегодня главное состоит в том, чтобы возродить в российском обществе чувство истинного патриотизма как важнейшую духовно- нравственную и социальную ценность. Сформировать у молодёжи социально значимые качества, которые она сможет проявить в созидательном процессе, в совершенствовании всех видов деятельности, которые связаны с защитой и процветанием нашего Отечества. В настоящее время происходят глубинные преобразования, которые не всегда видны, но они идут. Государство и общественные институты выстраивают социальную политику, направленную на истинный расцвет России.

Принципы и формы гражданского и патриотического воспитания определены в основополагающих законодательных актах Российской Федерации:

- Конституции Российской Федерации;
- Законе Российской Федерации « Об образовании»;
- Национальной доктрине образования в Российской Федерации.

**Направленность программы** – социально-педагогическая/ гражданско-правовая.

### **Новизна программы:**

Занятия в военно-патриотическом клубе помогают в становлении личности, так как развивают волевые качества, целеустремленность, настойчивость, упорство, самостоятельность и инициативу, решительность и смелость, выдержку и самообладание.

**Актуальность** программы клуба «Патриот» в том, что она направлена на воспитание патриотизма, формирование социально-значимых качеств, которые связаны с защитой и процветанием Отечества

**Педагогическая целесообразность** программы нацелена на формирование личности с устойчиво-позитивным отношением к окружающей действительности и активной жизненной позицией, готовой к принятию ответственности за свои

решения и полученный результат, стремящейся к самосовершенствованию, саморазвитию и самовыражению

**Цель программы:** Формирование у студентов умений и навыков готовности к защите Отечества.

**Задачи программы:**

обучающие:

- ознакомление и приобретение необходимых знаний, умений и навыков по основам военного дела;
- подготовка юношей к службе в вооруженных силах РФ.

развивающие:

- формирование потребности воспитанников в постоянном пополнении своих знаний в укреплении своего здоровья;
- дальнейшее физическое развитие подростка, совершенствование функциональных возможностей организма;
- развитие навыков самообслуживания;
- позитивное развитие личности, профилактика химической зависимости;
- формирование потребности к самообразованию, самоопределению, самореализации, и выработке адекватной самооценки;
- развитие у воспитанников чувства уважения к российской армии и желания служить в ней, защищая свое Отечество;
- развитие памяти, мышления, совершенствование рефлексов.

воспитательные:

- воспитание морально-волевых качеств;
- воспитание сознательной дисциплины и культуры поведения;
- воспитание ответственности за порученное дело;
- формирование стремления к взаимоуважению и взаимопониманию;
- формирование устойчиво-позитивного отношения к окружающей действительности;
- воспитание у подростков готовность к защите Отечества, действиям в экстремальных ситуациях;
- воспитание у подростков способности к лидерству, способности в критической ситуации взять на себя всю полноту ответственности за себя и всех членов коллектива.

**Возраст обучающихся:** 15–18 лет.

**Сроки реализации:** 444 часа за 3 года обучения.

**Формы обучения:** очная.

**Формы организации деятельности:** индивидуальная, коллективная, по группам, работа по подгруппам.

**Режим занятий:** Занятия проводятся 3 раза в неделю по 3 часа.

**Ожидаемый результат:**

К концу курса обучения студенты приобретут необходимые знания, умения и навыки по основам военного дела;

- сформируют потребности в постоянном пополнении своих знаний в укреплении здоровья;

- разовьют чувство уважения к российской армии и желание служить в ней, защищая свое Отечество;

- разовьют память, мышление, усовершенствуют рефлексы;

- воспитают морально-волевые качества;

- воспитают способность к лидерству, способность в критической ситуации взять на себя всю полноту ответственности за себя и всех членов коллектива.

**Критерии и способы определения результативности:** Педагогическое наблюдение, учебно-тренировочные походы с проведением внутриклубных соревнований, участие в сборах.

**Формы подведения итогов:** Сдача зачетов, участие в городских и областных, всероссийских соревнованиях, областных сборах, сдача нормативов на сертификат.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Программа предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий в форме групповых и индивидуальных.

При проведении практических занятий учитываются индивидуальные особенности подростков. На каждую теоретическую часть вопроса следует подтверждение ее практическими навыками. Например, тема «Назначение, боевые свойства и устройство автомата Калашникова» требует непосредственного практического участия ребят в сборке, разборке автомата, а также стрельбе из такого оружия на специальном полигоне.

### Учебный план

№ п/п	Темы занятий	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
<b>I</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>II</b>	<b>Воспитательно-патриотическая работа</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
<b>III</b>	<b>Военная подготовка</b>	<b>58</b>	<b>68</b>	<b>60</b>
	1. Уставы	4	4	4
	2. Строевая подготовка	10	6	2
	3. Огневая подготовка	20	34	34
	4. Военная история	10	8	8
	5. Медико-санитарная подготовка	8	10	10
	6. Радиационно-химическая и биологическая защита	6	6	2
<b>IV</b>	<b>ОФП и СФП</b>	<b>64</b>	<b>66</b>	<b>72</b>
<b>V</b>	<b>Основы выживания</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>10</b>
<b>VI</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
<b>Итого:</b>		<b>134</b>	<b>156</b>	<b>154</b>

### 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Темы занятий	Всего часов	Теория	Практика
<b>I</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>
<b>II</b>	<b>Воспитательно-патриотическая работа</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>
<b>III</b>	<b>Военная подготовка</b>	<b>58</b>	<b>26</b>	<b>32</b>
	1. Уставы	4	4	0
	2. Строевая подготовка	10	2	8
	3. Огневая подготовка	20	4	16
	4. Военная история	10	10	0
	5. Медико-санитарная подготовка	8	4	4
	6. Радиационно-химическая и биологическая защита	6	2	4
<b>IV</b>	<b>ОФП и СФП</b>	<b>64</b>	<b>0</b>	<b>64</b>

<b>V</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>
	<b>Итого:</b>	<b>134</b>	<b>30</b>	<b>104</b>

## 2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

	Темы занятий	2 год обучения		
		Всего часов	Теория	Практика
<b>I</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
<b>II</b>	<b>Воспитательно-патриотическая работа</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>
<b>III</b>	<b>Военная подготовка</b>	<b>68</b>	<b>28</b>	<b>40</b>
	1. Уставы	4	4	0
	2. Строевая подготовка	6	2	4
	3. Огневая подготовка	34	8	26
	4. Военная история	8	8	0
	5. Медико-санитарная подготовка	10	4	6
	6. Радиационно-химическая и биологическая защита	6	2	4
<b>IV</b>	<b>ОФП и СФП</b>	<b>66</b>	<b>0</b>	<b>66</b>
<b>V</b>	<b>Основы выживания</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
<b>VI</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>
	<b>Итого:</b>	<b>156</b>	<b>33</b>	<b>123</b>

## 3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

	Темы занятий	3 год обучения		
		Всего часов	Теория	Практика
<b>I</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
<b>II</b>	<b>Воспитательно-патриотическая работа</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>8</b>
<b>III</b>	<b>Военная подготовка</b>	<b>60</b>	<b>21</b>	<b>39</b>
	1. Уставы	4	4	0
	2. Строевая подготовка	2	0	2
	3. Огневая подготовка	34	6	28
	4. Военная история	8	8	0
	5. Медико-санитарная подготовка	10	2	8
	6. Радиационно-химическая и биологическая защита	2	1	1
<b>IV</b>	<b>ОФП и СФП</b>	<b>72</b>	<b>0</b>	<b>72</b>
<b>V</b>	<b>Основы выживания</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
<b>VI</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>
	<b>Итого:</b>	<b>154</b>	<b>26</b>	<b>128</b>

### **3. СОДЕРЖАНИЕ**

#### **1 Год обучения**

##### **Раздел 1**

##### **Введение**

Знакомство. Требования к занимающимся. Знакомство с планом работы клуба, расписанием занятий. Правила поведения учащихся в образовательном учреждении. Соответствие спортивной одежды и обуви тренировочным, походным и другим условиям и изучаемому виду спорта. Участие в занятиях только при хорошем самочувствии. Инструктаж по технике безопасности. Соблюдение правил пожарной безопасности, правил дорожного движения, правил поведения в общественных местах и т.п.

##### **Раздел 2**

##### **Воспитательно-патриотическая работа**

Страницы истории юношеского военно-патриотического движения в Самаре.  
**Практические занятия.** Встречи с участниками ВОВ и локальных войн. Просмотр учебных и художественных фильмов. Экскурсии в музей ПриВО, бункер Сталина, музей библиотеки Губернской Думы «Строки, опаленные войной» и др.

##### **Раздел 3**

##### **Военная подготовка**

##### **Тема 3.1**

##### **Уставы**

Устав внутренней службы ВС. Общие обязанности военнослужащих. Воинские звания, знаки различия и форма одежды. Начальники и подчинённые, старшие и младшие. Отдание воинской чести, порядок выполнения приказа и воинская вежливость. Знамя части - символ воинской чести, доблести и славы. Суточный наряд роты и его обязанности. Размещение военнослужащих и внутренний порядок. Распределение времени и внутренний порядок.

##### **Тема 3.2**

##### **Строевая подготовка**

Общие положения. Строй и управление им. Развернутый и походный строй. Строевые приёмы и движение без оружия. Строевая стойка и выполнение команд. Повороты на месте. Движение. Повороты в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Ответ на приветствие. Практические занятия. Отработка строевых приемов в составе отделения.

##### **Тема 3.3**

##### **Огневая подготовка**



Основы и правила стрельбы. Явление выстрела. Начальная скорость и энергия пули. Отдача оружия. Полет пули в воздухе. Элементы наводки. Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.

Пневматическая винтовка - назначение, боевые свойства, устройство и работа пневматической винтовки. Устройство частей и механизмов винтовки и принадлежностей. Работа частей и механизмов винтовки. Осмотр винтовки и подготовка к стрельбе. Меры безопасности.

Приемы стрельбы из пневматической винтовки.

Правила стрельбы из винтовки. Изготовка к стрельбе. Производство стрельбы (выстрел). Прекращение стрельбы.

Практические занятия. Стрельба из пневматической винтовки.

### **Тема 3.4**

#### **Военная история**

История Великих побед Русской армии. Дни воинской Славы России.

Воруженные силы РФ. Структура ВС РФ. Виды и рода войск. Сухопутные войска. Военно-космические силы. Военно-морской флот. Ракетные войска стратегического назначения. Воздушно- десантные войска. Воинские звания.

Роль вооруженных сил в политике и обществе.

### **Тема 3.5**

#### **Медико-санитарная подготовка**

Гигиена, профилактика заболеваний, режим, закаливание, здоровый образ жизни. Анатомическое строение человека. Простые случаи травм и заболеваний. Быстрое определение состояния пострадавшего. Понятие о ране. Общее правило наложение повязок. Кровотечение. Виды кровотечения, остановка кровотечений, наложение повязок. Мозоли, нарывы. Обморок, тепловой и солнечный удар. Отморожение. Оказание первой помощи. Транспортировка пострадавшего.

Практические занятия. Отработка приемов оказания первой доврачебной помощи и транспортировки пострадавшего.

### **Тема 3.6**

#### **Радиационно-химическая биологическая защита**

Средства защиты органов дыхания. Назначение и общее устройство общевоинского противогаза. Боевые свойства противогаза. Пользование поврежденным противогазом. Назначение и общее устройство респиратора.

Отравляющие вещества. Предназначение и боевые свойства ОВ. Классификация ОВ. Средства применения ОВ. Поражающие действия ОВ. Признаки применения ОВ. Способы защиты от ОВ.

Практические занятия. Отработка навыков надевание противогаза и пользование поврежденным противогазом.

### **Раздел 4**

#### **ОФП и СФП**

Лёгкая атлетика. Бег на 100 м. Челночный бег 10х10 м. Прыжок в длину с места и с разбега. Кросс на 1 км. Кросс на 3 км. Бег с препятствиями. Бег с изменением направления.

Упражнения с тяжестями. Развитие силы: комплекс силовых упражнений с отягощением по индивидуальному плану; упражнения № 6,7,8,9 НФП-87; подтягивание на перекладине – упражнение № 3 (НФП – 2001).

Акробатические упражнения. Переворот через голову с упора сидя. Перевороты на руках из положения стоя. Отработка падения. Стойка на руках.

Лыжная подготовка. Движения на лыжах. Повороты на лыжах. Подъем на лыжах. Спуски на лыжах. Торможение при спуске на лыжах. Лыжная гонка на 5 км. Преодоления препятствий на лыжах.

## **Раздел 5**

### **Итоговое занятие**

Сдача зачетов и нормативов.

## **2 Год обучения**

### **Раздел 1**

#### **Вводное занятие**

Ознакомление с программой 2 года обучения. Инструктаж по технике безопасности. Организационные вопросы.

## **Раздел 2**

### **Воспитательно-патриотическая работа**

Защита отечества, служба в вооружённых силах России высокая и почётная обязанность каждого гражданина России.

Военная присяга-клятва на верность Родине.

Командные и инженерно-технические кадры Вооруженных Сил России.

Практические занятия. Походы выходного дня по Самарской области.

Встречи с участниками ВОВ и войны в Афганистане. Просмотр учебных и художественных фильмов.

## **Раздел 3**

### **Военная подготовка**

#### **Тема 3.1**

##### **Уставы**

Дисциплинарный Устав ВС. Значение и сущность воинской дисциплины. Обязанности военнослужащих по укреплению воинской дисциплины. Поощрения и дисциплинарные взыскания.

#### **Тема 3.2**

##### **Строевая подготовка**

Строй отделения. Развернутый строй отделения. Походный строй отделения. Отдание чести в строю на месте и в движении.

Практические занятия. Отработка строевых приемов в составе взвода

### **Тема 3.3**

#### **Огневая подготовка**

Малокалиберная винтовка. Назначение и боевые устройства малокалиберной винтовки ТОЗ-8. Назначение и устройство частей и механизмов винтовки. Принцип работы частей винтовки. Разборка и сборка винтовки. Назначение, боевые свойства и особенности устройства малокалиберной винтовки 703-12.

Приёмы стрельбы из малокалиберной винтовки. Изготовка к стрельбе. Производство стрельбы. Прекращение стрельбы.

7,62мм Автомат Калашникова. История создания автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства и устройство автомата Калашникова. Устройство и работа автомата. Разборка и сборка автомата. Назначение, устройство частей и механизмов автомата, принадлежности и патронов. Работа частей и механизмов автомата. Осмотр автомата, боеприпасов и подготовка их к стрельбе.

7,62 мм Пулемёт Калашникова. Назначение и боевые свойства 7,62 ручного пулемёта Калашникова (ПКМ). Назначение и особенности устройства частей и механизмов пулемёта.

Уход за оружием, его хранение и сбережение. Общие положения. Особенности чистки и смазки малокалиберной винтовки. Порядок чистки и смазки автомата (пулемета). Хранение и сбережение оружия.

Практические занятия. Стрельба из пневматической и малокалиберной винтовки. Разборка и сборка АК.

### **Тема 3.4**

#### **Военная история**

Армия Древней Руси. Создание Древнерусского государства. Роль династии Рюриковичей в зарождении и становлении государственности на Руси. Распад Древней Руси на княжества. Монголо- татарское иго. Объединение русских земель в единое государство. Создание регулярной Русской армии.

### **Тема 3.5**

#### **Медико-санитарная подготовка**

Ушибы и повреждение кожных покровов, вывихи, растяжения, переломы. Переломы костей. Правила оказания помощи. Ожоги. Степени ожогов. Оказание первой помощи при ожогах. Наложение повязок. Первая помощь при укусах ядовитых змей и насекомых. Ядовитые растения. Первая помощь при аллергии. Понятие об инфекционных болезнях и меры их предупреждения. Опасность отравления.

Практические занятия. Отработка приемов оказания первой доврачебной помощи, наложение повязок.

### **Тема 3.6**

#### **Радиационно-химическая и биологическая защита**

Средства защиты кожи. Назначение общевойскового защитного комплекта. Порядок использования ОЗК.

Практические занятия. Надевание общевойскового защитного комплекта.

## **Раздел 4**

### **ОФП и СФП**

Лёгкая атлетика. Бег на 100 м. Челночный бег 10х10 м. Прыжок в длину с места и с разбега. Кросс на 1 км. Кросс на 3 км. Бег с препятствиями. Бег с изменением направления.

Упражнения с тяжестями. Развитие силы: комплекс силовых упражнений с отягощением по индивидуальному плану; упражнения № 6,7,8,9 НФП-87; подтягивание на перекладине – упражнение № 3 (НФП – 2001).

Акробатические упражнения. Переворот через голову с упора сидя. Перевороты на руках из положения стоя. Отработка падения. Стойка на руках.

Лыжная подготовка. Движения на лыжах. Повороты на лыжах. Подъем на лыжах. Спуски на лыжах. Торможение при спуске на лыжах. Лыжная гонка на 5 км. Преодоления препятствий на лыжах.

Рукопашный бой. Приемы самообороны Теоретический раздел по возникновению, истории и концепции системы; освобождение от различных захватов через бросковую технику боевого вида самбо; ударную технику рук и ног; защитную технику от ударов рук, ног и нападений противника с оружием (нож, пистолет, палка); использование подручных средств в целях самообороны.

## **Раздел 5**

### **Основы выживания**

#### **1. Военная топография.**

Ориентирование на местности. Общие понятия об ориентировании. Способы определения сторон горизонта.

Движение по азимутам. Понятие об азимутах.

Понятие о топографической карте. Назначение и краткая характеристика топографических карт. Работа с картой. Масштаб карты. Измерение расстояния по карте. Изображение местных предметов и рельеф на топографических картах. Ориентирование на местности по карте. Движение по местности с помощью карты.

Тактические свойства местности и их изучение по карте. Определение координат и целеуказание.

#### **2. Туристическая подготовка**

Правила организации и проведения походов. Значение активного способа передвижения и преодоления естественных препятствий на маршруте. Виды естественных препятствий в пешеходном и лыжном походе. Нормы переходов. Строй, темп, режим, интервал, построение цепочки; их изменения в зависимости от различных условий. Порядок и путь движения группы. Шаг туриста, положение корпуса, рук при пешем и лыжном передвижении.

Движение по ровной, по сильно пересеченной местности, по лесу через кустарники и завалы, по заболоченной местности, по дорогам, тропам и без троп.

Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями.

Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте: значение дисциплины, правильной оценки своих сил и умений. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.

Обязанности направляющего (проводника) и замыкающего. Режим ходового дня и режим на дневке. Хронометраж движения группы по маршруту.

Туристское снаряжение. Групповое, личное и специальное снаряжение для походов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения, требование к каждому предмету.

Устройство туристической палатки, стойки и колышки для палаток. Тент к палатке. Уход за снаряжением и его ремонт. Ремонт в походных условиях, ремонтный набор. Правила укладки рюкзака.

Практические занятия. Укладка рюкзака.

Виды костра и их назначение. Костровое оборудование. Выбор места для костра и заготовка топлива. Сушка обуви и одежды. Правила разведения костра. Противопожарные меры.

Организация бивачных работ. Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Установка палатки, выбор местности.

Планировка бивака. Виды и производство хозяйственных работ на биваке (развертывание и свертывание бивака). Графики дежурств на биваках.

Практические занятия: Зарисовка схем правильной планировки бивака с учетом требований, предъявляемых к месту привала.

Питание в походе. Значение, режим и особенности организации питания туристов в сложном спортивном походе. Весовые и калорийные нормы дневного рациона.

Правила составления сметы. Набор продуктов для многодневного похода. Учет расходования продуктов. Правила приготовления еды на костре. Костровые принадлежности. Режим питания. Водно-солевой режим. Способы обеззараживания воды. Подготовка продуктов к походу.

Практические занятия. Расчет продуктов для многодневного похода.

## **Раздел 6**

### **Итоговое занятие**

Сдача зачетов и нормативов.

## **3 Год обучения**

### **Раздел 1**

#### **Введение**

Ознакомление с программой 3 года обучения. Инструктаж по технике безопасности. Организационные вопросы.

### **Раздел 2**

#### **Воспитательно-патриотическая работа**

Командные и инженерно – технические кадры Вооруженных сил России  
Законы Российской Федерации «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих. Этапы строительства Вооруженных Сил РФ. Их содержание и ход реализации.

Практические занятия. Многодневные походы, Викторина.

### **Раздел 3**

#### **Военная подготовка**

#### **Тема 3.1**

## **Уставы**

Устав гарнизонной и караульной службы ВС. Назначение и задачи караульной службы. Состав караула, права и обязанности лиц караула. Охрана и оборона объекта часовым. Особые обязанности часовых. Смена часовых. Внутренний порядок в караулах

### **Тема 3.2**

#### **Строевая подготовка**

Строевые приемы с оружием. Строевая стойка. Выполнение приемов с автоматом, отдавание воинского приветствия с оружием. Строевой смотр в подразделении. Практические занятия. Отработка строевых приемов с макетом автомата (ММГ).

### **Тема 3.3**

#### **Огневая подготовка**

Ручные осколочные гранаты. Назначение и боевые свойства гранат. Устройство ручной осколочной гранаты РГД-5. Устройство ручной осколочной гранаты Ф-1. Работа частей и механизмов гранат.

Приемы метания ручных гранат. Правила заряжания и метания гранат. Метание гранат из положения стоя, лежа, с колена, в движении из БМП (БТР) и в пешем порядке. Меры безопасности при обращении с гранатами.

Приёмы стрельбы из автомата. Изготовка к стрельбе. Производство стрельбы (выстрела). Прекращение стрельбы. Правила стрельбы из автомата. Задержки при стрельбе из автомата и способы их устранения.

*Практические занятия.* Метание ручных гранат, разборка и сборка макета АК. Выполнения упражнения изготовки к стрельбе. Стрельба из АК.

### **Тема 3.4**

#### **Военная история**

Российская императорская армия в начале 20 века. Русско-японская война. Первая мировая война. Создание РККА. События на Халхин-Голе. Война с Финляндией. Великая Отечественная война. Участие Советской армии и вооруженных сил РФ в локальных войнах и вооруженных конфликтах. Совершенствование структуры ВС РФ. Военные учебные заведения РФ.

### **Тема 3.5**

#### **Медико-санитарная подготовка**

Контроль. Самоконтроль. Приемы массажа. Аптечка индивидуальная медицинская военнослужащего АИМ-3, аптечка индивидуальная медицинская на особый период АИ-1М. Походная аптечка.

Травмы позвоночника, черепно-мозговые, тазобедренные и др. сложные травмы. Основные принципы оказания помощи, транспортировки пострадавшего. Реанимационные мероприятия. Использование подручных средств при транспортировке пострадавшего. Оказание первой помощи утопающему.

Практические занятия. Отработка приемов оказания первой доврачебной помощи, наложение повязок, проведение реанимационных мероприятий на манекене, транспортировке пострадавшего.

### **Тема 3.6**

#### **Радиационно-химическая и биологическая защита**

Бактериологические средства. Боевые свойства БС. Средства применения БС. Признаки применения БС. Способы защиты от БС.

Зажигательные вещества. Боевые свойства ЗВ. Средства применения ЗВ. Способы защиты от ЗВ.

Практические занятия. Одевание индивидуальных средств защиты в составе отделения.

#### **Раздел 4 ОФП и СФП**

Лёгкая атлетика. Бег на 100 м. Челночный бег 10x10 м. Прыжок в длину с места и с разбега. Кросс на 1 км. Кросс на 3 км. Бег с препятствиями. Бег с изменением направления.

Упражнения с тяжестями. Развитие силы: комплекс силовых упражнений с отягощением по индивидуальному плану; упражнения № 6,7,8,9 НФП-87; подтягивание на перекладине – упражнение № 3 (НФП – 2001).

Акробатические упражнения. Переворот через голову с упора сидя. Перевороты на руках из положения стоя. Отработка падения. Стойка на руках.

Рукопашный бой. Приемы самостраховки. Освобождение от различных захватов через бросковую технику боевого вида самбо; ударную технику рук и ног; защитную технику от ударов рук, ног и нападений противника с оружием (нож, пистолет, палка); использование подручных средств в целях самообороны. Изучение комплекса приемов рукопашного боя без оружия на 8 счетов (Упражнение № 32) и комплекс рукопашного боя с автоматом на 8 счетов (Упражнение № 33) согласно (НФП-2001).

Упражнение на единой полосе препятствий – упражнение №34 (НФП – 2001)

#### **Раздел 5 Основы выживания**

##### **1. Военная топография.**

Условные тактические знаки. Используемые цвета при нанесении обстановки на карту.

Рабочая карта командира. Назначение рабочей карты командира. Наносимая на карту обстановка.

Аварийное ориентирование. Самодельный компас. Ориентирование по звездам, солнцу, тени, солнцу и часам, по местным предметам. Умение выдержать заданный курс. Оценка расстояний.

##### **2. Основы выживания.**

Факторы риска и выживания. Факторы риска: холод, жара, жажда, страх, переутомление, одиночество. Место аварии: арктическая пустыня, тундра, лесотундра, пустыня, тайга, смешанные леса, лесостепь, степь. Факторы выживания: готовность к действию в аварийных ситуациях, воля к жизни, знание приемов самоспасения, навыки выживания.

Как правильно подать сигналы бедствия. Радиотехнические средства аварийной сигнализации. Пиротехнические сигнальные средства. Сигнальное зеркало. Звуковая сигнализация. Азбука Морзе. Сигнальный костер. Свеча. Бутылочная почта. Кодовая таблица.

Обеспечение продуктами питания в аварийной ситуации. Съедобные дикорастущие растения. Ядовитые растения. Рыбалка и рыболовные снасти. Охота и охотничьи снасти. Нетрадиционные продукты питания.

Практические занятия. Поиск растений, пригодных в пищу. Приготовление блюд. Аварийно-спасательный набор. Неприкосновенный запас. Аварийные комплекты. Защита от неблагоприятных климатических воздействий. Место под бивак: в безлесье и малолесье, в тайге и густолесье, на болоте и сильно увлажненной почве, снежные убежища. Оборудования кострового бивака.

## **Раздел 6**

### **Итоговое занятие**

Сдача зачетов и нормативов.



## 4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### 1. Формы и методы проведения занятий:

#### 1.1. Традиционные:

- Работа с книгами и журналами военной тематики;

-

#### 1.2. Активные и интерактивные:

- Наглядные материалы (рисунки, плакаты, фотографии, таблицы, схемы, чертежи);
- Видеоматериалы; слайды; фотографии

### 2. Учебные (дидактические) материалы:

- Учебные пособия (карты, схемы, плакаты, таблицы и т.п.);
- Фото, видеозаписи, презентации и др.

### 3. Техническое оснащение:

- Актзовые залы колледжа;
- Экран, тумбочка под аудио-видеотехнику, телевизор, DVD, магнитофон;
- Стрелковый тир- ул. Урицкого, 1 (по договоренности с ДАСААФ);
- Спортивный зал;
- Аудитория для оборудования со стеллажами

### 4. Формы контроля:

#### 4.1. Промежуточный контроль:

- Сдача зачетов;
- Сдача нормативов.

#### 4.2. Итоговый контроль

- Участие в городских и областных, всероссийских соревнованиях, областных сборах;
- Сдача нормативов на сертификат.

## 5. СПИСОК ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

### Список литературы для педагогов

1. Акентьева Л.Р., Кисена Т.С. Контроль знаний, умений и навыков в учебном процессе. Внешкольник №3, 1996, с. 27 – 30
2. Андреев Ю.А. Три кита здоровья. М., Физкультура и спорт, 1991
3. Барышева Н.В., Макияров В.М., Неклюдова М.Г. Основы физической культуры младшего школьника. – Самара. 1994.
4. Басова Н.В. Педагогика и практическая психология. – Ростов н/д, 1999.
5. Безрукова В.С. Педагогика М. 1996 год, стр. 334
6. Белухин Д.А. Основы личностно-ориентированной педагогики. Москва-Воронеж, 1996.
7. Василькова Ю.В., Василькова Т.А. Социальная педагогика. – М.: Изд. Центр Академия, 2000.
8. Всеобщая декларация прав человека.
9. Детская спортивная медицина. Под. Ред. Тихвинского С.Б., Хрущева С.В. М., Медицина – 1980.
10. Закон Российской Федерации «Об образовании».
11. Кирилук В.В. Военно – прикладное многоборье. М. Патриот, 1990, с.151
12. Козырев А.Ю. Юность как стадия жизненного пути. Внешкольник, №3, 1996, с.22 – 23.
13. Комаров В.В. Содержание дополнительного образования детей. Учебное пособие. Самара, 2000.
14. Конвенция о правах ребенка. Документ ООН.
15. Курс стрельб (КС-69) – М.: Воениздат, 1986.
16. Лаптев А.П. Береги здоровье смолоду, М. Медицина, 1988.
17. Латенков В.П. Губина Г.Д. Биоритмы и алкоголь. Новосибирск, 1987.
18. Лихачев Б.Т. Педагогика. – М.: Прометей, 1992.
19. Матвеев А.П. Методика физического воспитания с основами теорий. – М.: Просвещение, 1991.
20. Методика разведывательной подготовки подразделений сухопутных войск. – М.: Воениздат, 1995.
21. Наставление по физической подготовке (НФП-87) – М.: Воениздат, 1987.
22. Николаев Ю.С., Нилов Е.И. Простые и полезные истины. М. Физкультура и спорт, 1985.
23. Нормирование тренировочных нагрузок. Под ред. Филипина В.П. – М.: «Физкультура и спорт», 1964.
24. Подласый И.П. Педагогика. – М.: Просвещение, 1996.
25. Пулевая стрельба. Правила соревнований. М., «Патриот» - 1990.
26. Рукопашный бой. – М.: Воениздат, 1985.
27. Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей.
28. Устав внутренней службы ВС РФ.
29. Учебник НВП.
30. Учебник сержанта ВДВ (1-2 часть).
31. Учебник сержанта войсковой разведки. – М.: Воениздат, 1989.

32. Ушакова М.В. Учебное занятие в учреждении дополнительного образования. Внешкольник. №1(4), 1997, с. 30 –31
33. Фомина Л.В. Краткий обзор теоретических взглядов на проблемы подросткового возраста. Внешкольник, №1, 1995, с. 28 –30
34. Юрьев А.А. Пулевая спортивная стрельба. М., «Физкультура и спорт», 1973.
35. Ягодинский В.Н. Школьнику о вреде никотина и алкоголя. М. Просвещение, 1995.
36. Федеральный Закон от 13 марта 1995 года № 32-ФЗ (ред. от 30.12.2012) «О днях воинской славы и памятных датах России»
37. Федеральный Закон от 28 июня 1995 года № 98-ФЗ (ред. от 05.04.2013) «О государственной поддержке молодежных и детских общественных объединений»
38. Федеральный Закон от 28 марта 1998 года № 53-ФЗ (ред. от 04.03.2013, изм. 21.03.2013) «О воинской обязанности и военной службе»
39. Указ Президента Российской Федерации от 16 мая 1996 года № 727 (ред. от 21.04.1997) «О мерах государственной поддержки общественных объединений, ведущих работу по военно-патриотическому воспитанию молодежи»
40. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2012 года № 604 «О дальнейшем совершенствовании военной службы в Российской Федерации»
41. Указ Президента Российской Федерации от 20 октября 2012 года № 1416 «О совершенствовании государственной политики в области патриотического воспитания»
42. Постановление Правительства Российской Федерации от 24 июля 2000 года № 551 «О военно-патриотических молодежных и детских объединениях»
43. Постановление Правительства Российской Федерации от 5 октября 2010 года № 795 (ред. от 17.01.2013) «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011 - 2015 годы»
44. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 18 декабря 2006 года № 1760-р (ред. от 16.07.2009) «О Стратегии государственной молодежной политики в Российской Федерации»
45. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 30 июля 2009 года № 1054-р «О Концепции содействия развитию благотворительной деятельности добровольчества в Российской Федерации»

### **Список литературы для курсантов:**

1. Вайнштейн Л. М. Учись метко стрелять. Издательство ДОССАФ, М. 1973 г.
2. Кириллюк В.В. Военно – прикладное многоборье. М. Патриот, 1990, с.151
3. Начальная военная подготовка М. Просвещение. 1987
4. Общевоинские Уставы вооруженных сил Российской Федерации
5. Оружие самозащиты. Каталог-справочник. – М. Кемерово: Империял, 1992г.
6. Семенов С. Н., Лысенко В. П. Проведение занятий по гражданской обороне: Метод. Пособие. — М.: Высш. Кш., 1990-96с.. Строевые Уставы Вооруженных сил
7. Постановление Правительства Российской Федерации от 5 октября 2010 года № 795 (ред. от 17.01.2013) «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011 - 2015 годы»