

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 140  
СОВЕТСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»

**02-13**

СОГЛАСОВАНО

Методист

*Н.И. Дубинина* - Н.И. Дубинина

24.08.21



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ СШ №140

М.С. Брусенская

Приказ №01-10/223  
от 31.08.2021

**ПРОГРАММА  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ**

**«ЮНЫЙ ВОИН»**

**(СОЦИАЛЬНО – ГУМАНИТАРНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ )**

**Возраст детей**

**1-9 класс**

**Срок реализации-1 год**

**Программа рассмотрена  
на заседании учителей  
предметной кафедры.  
Протокол № 6 от 29.06.2021.  
Разработчик программы  
Халлыев М.А.**

Программа «Юный воин» дополнительного образования детей рассчитана на возраст обучающихся 1-9 класса. Срок реализации – 1 год.

Данная программа направлена на социальное становление, патриотическое воспитание, формирование активной гражданской позиции подростков в процессе интеллектуального, духовного, нравственного и физического развития, подготовку обучающихся к защите Отечества, формирование чувства гордости за свой народ и страну, приобщение к системе культурных ценностей, воспитание стремления к здоровому образу жизни.

Программа может быть использована в работе педагогов других учреждений дополнительного образования, а также учителями общеобразовательных школ.

Патриотизм активизирует духовный потенциал ребенка, поднимает уровень развития личности на более высокую ступень. Ценностные ориентации, связанные с патриотическими чувствами, обеспечивают активное деятельностное вхождение детей в жизнь общества.

В настоящее время в российском обществе происходят события, связанные с изменениями всех сфер нашей жизни. Экономические преобразования, расслоение общества, коснувшееся каждой семьи, привели к смене мироощущений и ценностных ориентаций детей и подростков, усилилось их отчуждение от мира взрослых, негативное отношение к понятиям человеческого достоинства, гражданского долга, личной ответственности. Растущий дефицит гуманности, социальная напряженность, деформация семей отрицательно влияют на нравственное и физическое здоровье подрастающего поколения. Появился новый тип войн – террористические войны, от которых страдают прежде всего мирные граждане, как правило не подготовленные к экстремальным ситуациям. Поэтому одним из перспективных направлений развития учащихся в плане

подготовки юношей к службе в армии, является развитие сети дополнительного образования детей и подростков.

Любая страна нуждается в наличии действенной системы патриотического воспитания. Его содержание должно соответствовать сложившейся в стране ситуации, а его системе надлежит быть гибкой и постоянно изменяющейся в свете современных требований. Исследования ученых убедительно доказали, что военно-патриотическое воспитание тесно связано с воспитанием патриотизма. Однако имеются отличия. Если патриотическое воспитание призвано готовить и труду, и к обороне, то главная цель военно-патриотического воспитания – подготовка к защите Отечества, т.е. подготовить молодежь к экстремальной ситуации вооруженной борьбы с агрессором, сформировать готовность к службе в силовых структурах.

Поэтому как никогда **актуальна** программа «Юный воин».

**Новизна** данной программы, её отличительные особенности в сравнении с другими программами военно-патриотической направленности, реализуемыми в системе дополнительного образования детей, определяются тем, что в данной программе акценты смещены с преимущественно физического развития обучающихся на комплексное обучение широкому спектру разноплановых предметов.

**Цель программы:** воспитать и сформировать активную гражданскую позицию обучающихся в процессе физического, духовно-нравственного и интеллектуального развития через приобщение к военному делу в ходе изучения специальных дисциплин.

#### **Задачи программы**

##### Обучающие:

- дать представление о воинском труде и его значении в жизни государства;
- дать знания в области военной истории России, Уставов Вооруженных Сил, строевой, огневой и других видов военной подготовки;
- дать навыки туристической подготовки, оказания первой доврачебной помощи, правилам ориентирования на местности в различных условиях;

- ознакомить с героическими страницами истории России, жизнью замечательных людей, явивших примеры гражданского служения, исполнения патриотического долга, с обязанностями гражданина

Развивающие:

- развить познавательную активность;
- развить двигательные навыки, координацию движений;
- развить дисциплинированность, ответственность, стремление к лидерству;
  - развить чувство товарищества и взаимовыручки.

Воспитательные:

- воспитать целеустремлённость, активность в достижении намеченных целей;
- воспитать уважение к ратному труду;
- сформировать потребность в здоровом образе жизни;
- воспитание гражданственности, патриотизма, уважения к правам, свободам и обязанностям человека:

а. представления о символах государства — флаге, Гербе России, о флаге и гербе субъекта Российской Федерации;

б. элементарные представления о национальных героях и важнейших событиях истории России и её народов;

в. любовь к образовательному учреждению, народу, России;

г. уважение к защитникам Родины;

д. умение отвечать за свои поступки;

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;
- комплексного подхода, который предполагают скоординированную, целенаправленную работу с использованием различных форм и методов по патриотическому воспитанию юных граждан Российской Федерации;
- дифференцированного подхода, предполагающего использование особых форм и методов работы с учетом каждой возрастной группы;
- органического единства военно-патриотического воспитания с практической военной подготовкой, означающего неразрывность слова и дела, конкретной работы по обучению военному делу.

Эти принципы взаимосвязаны и реализуются в единстве.

**Формы и режим занятий.**

Настоящая программа рассчитана на 1 год занятий.

Рекомендуемый состав группы до 20 человек.

Состав группы - разновозрастные.

Занятия проводятся 3 раза в неделю.

Продолжительность занятия – 30 минут.

Основные формы обучения: индивидуальные и групповые.

Виды занятий: аудиторные, выездные.

Программа состоит из девяти модулей:

- Модуль I «Основы военных знаний» - 12 часов
- Модуль II «Общая и специальная физическая подготовка» - 12 часов
- Модуль III «Первая доврачебная помощь» - 12 часов
- Модуль IV «Огневая подготовка» - 12 часов
- Модуль V «Туристская подготовка» - 12 часов

- Модуль VI «Выживание в экстремальных ситуациях (в тяжелых условиях)» - 12 часов
  - Модуль VII «Основы рукопашного боя (борьба самбо)» - 12 часов
  - Модуль VIII «Строевая подготовка» - 12 часов
  - Модуль IX «Военная история» - 12 часов
- Итого – 108 часов.

Отличительной чертой модульной системы от других дидактических систем является:

- содержание обучения представлено в законченных самостоятельных информационных блоках. Дидактическая цель формируется для обучающихся и содержит в себе указание не только на объем изучаемого содержания, но и на уровень его усвоения;
- обучающийся учится планированию, организации, самоконтролю и оценке (адекватной самооценке) своих действий и деятельности в целом;
- модульность позволяет преподавателю индивидуализировать работу с конкретным обучаемым, используя консультирование.
- модульность предполагает, что участники образовательного процесса, могут выбрать некоторое минимально число модулей или освоить всю программу.

#### Прогнозируемые результаты

Знать:

- правила проведения разминки;
- упражнения на основные группы мышц;
- правила остановки кровотечения;
- способы наложения повязок;
- оказание медицинской помощи при ожогах, обморожениях, солнечном и тепловом ударах.
- меры безопасности при проведении стрельбы;
- правила прицеливания;
- порядок неполной разборки автомата.
- меры безопасности в походе;
- способы разведения костров;
- способы установки палаток.
- Дни воинской славы России;
- основные этапы Великой Отечественной войны;
- выдающихся полководцев;
- виды вооружения и боевой техники.

Уметь:

- пробегать 100 м без учета времени;
- выполнять 5-7 отжиманий от пола;
- подтягиваться не менее 4 раз;
- выполнять прыжок с места в длину 120-140 см;
- пробегать челночным бегом 3x10 — 9.1- 10.02
- накладывать давящие повязки на конечности;
- оказывать первую помощь при ожогах, обморожениях, солнечном и тепловом ударах.
- развести костер «колодец», «шалаш»;
- поставить двускатную палатку.
- разбирать и собирать автомат в правильной последовательности.
- выполнять строевые приемы, повороты на месте, выполнение воинского приветствия на месте.
- выполнять движение строевым шагом.

**Учебно - тематический план**

№	Наименование разделов	Всего		
		Теория	Практика	Всего
<b>Модуль I «Основы военных знаний» - 12 часов</b>				
1.	Боевые традиции Вооруженных Сил России.	1	0	1
2.	Дружба, войсковое товарищество - основа воинской боевой готовности частей и подразделений.	1	0	1
3.	Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы.	1	0	1
4.	Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1	0	1
5.	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	0	1
6.	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны	1	0	1
7.	Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в Сухопутные войска.	1	0	1
8.	Военно-Воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации.	1	0	1
9.	Военно-Морской Флот, история создания, предназначение.	1	0	1
10.	Пограничные войска Федеральной пограничной службы Российской Федерации, история создания, предназначение.	1	0	1
11.	Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, история создания, предназначение.	1	0	1
12.	Железнодорожные войска Российской Федерации, история создания, предназначение.	1	0	1
<b>Модуль II «Общая и специальная физическая подготовка» - 12 часов</b>				
1.	Ознакомление с техникой безопасности при занятиях рукопашным боем.	1	0	1
2.	Принципы тренировки.	1		1
3.	Тренировка выносливости.	0	1	1
4.	Тренировка силы мышц плечевого пояса.	0	3	3
5.	Тренировка силы мышц ног.	0	3	3
6.	Тренировка силы мышц спины и пресса.	0	3	3
<b>Модуль III «Первая доврачебная помощь» - 12 часов</b>				
1.	Способы остановки кровотечения.	1	1	2
2.	Раны и их классификация.	1		1
3.	Общие правила наложения повязок.	1	1	2
4.	Асептика и антисептика.	1		1
5.	Оказание первой помощи при переломах, вывихах, растяжениях и ушибах.	1	1	2
6.	Первая помощь при ожогах, отморожениях.	1	1	2
7.	Реанимация: способы искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	1	1	2

<b>Модуль IV «Огневая подготовка» - 12 часов</b>				
1.	Введение.	1	0	1
2.	Устройство и назначение составных частей автомата АК-74М.	1	1	2
3.	Сборка и разборка автомата АК-74М.	1	1	2
4.	Снаряжение магазина. (2 час)	1	1	2
5.	Меры безопасности при проведении стрельб.	1	0	1
6.	Изготовка для стрельбы.	1	1	2
7.	Правила прицеливания.	1	1	2
<b>Модуль V «Туристская подготовка» - 12 часов</b>				
1.	Техника безопасности в походе.	2	0	2
2.	Туристское снаряжение: рюкзак, палатка, топор, канаты. Правила использования.	2	1	3
3.	Разведение костров.	2	0	2
4.	Постановка бивака.	1	2	3
5.	Туристский поход.	0	2	2
<b>Модуль VI «Выживание в экстремальных ситуациях (в тяжелых условиях)» - 12 часов</b>				
1.	Ориентирование на местности.	2	0	2
2.	Простейшее навигационное оборудование. Задачи, решаемые с его помощью.	1	1	2
3.	Определение своего местонахождения. Движение по азимуту днём.	1	1	2
4.	Особенности ориентирования в лесу, населённом пункте, на открытой местности.	1	1	2
5.	Топографическая карта и работа с ней. Назначение и классификация карт.	1	1	2
6.	Условные обозначения на карте. Измерение расстояний по карте.	1	1	2
<b>Модуль VII «Основы рукопашного боя (борьба самбо)» - 12 часов</b>				
1.	История самбо. Техника безопасности на занятиях самбо.	1	0	1
2.	Гигиена занимающихся. Гигиена мест занятий.	1	0	1
3.	Терминология в самбо	0	1	1
4.	Запрещенные приемы в самбо	0	1	1
5.	Подводящие упражнения (СПУ) - Круглый присед	0	1	1
6.	Наклонный полуприсед (прогиб)	0	1	1
7.	Наклон	0	1	1
8.	Выпад в сторону	0	1	1
9.	Полный присед	0	1	1
10.	Стойка на коленях	0	1	1
11.	Стойка на лопатках	0	1	1
12.	Рыболовная верша (подвижная игра)	0	1	1
<b>Модуль VIII «Строевая подготовка» - 12 часов</b>				
1.	Введение. Строевой устав.	2	0	2
2.	Одиночная строевая подготовка. Выполнение	1	1	2

	строевых приёмов на месте.			
<b>3.</b>	Строевой шаг. Выполнение строевых приёмов в движении.	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>4.</b>	Строевая подготовка в составе подразделения.	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>5.</b>	Устав Внутренней службы.	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>6.</b>	Приказ, понятие единоначалия.	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>Модуль IX «Военная история» - 12 часов</b>				
<b>1.</b>	История Вооружённых Сил России.	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
<b>2.</b>	Наиболее крупные победы и поражения российских войск со времен от Киевской Руси.	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>
<b>3.</b>	Великая Отечественная война. Общее представление.	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>
<b>4.</b>	Начало Великой Отечественной войны.	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>
<b>5.</b>	Сталинградская битва.	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>
<b>6.</b>	Курская битва.	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>
<b>7.</b>	Современные локальные войны.	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>63</b>	<b>45</b>	<b>108</b>

## Содержание программы

### Модуль I «Основы военных знаний» - 12 часов

1. Боевые традиции Вооруженных Сил России. (1 час)

Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества.

2. Дружба, войсковое товарищество - основа воинской боевой готовности частей и подразделений. (1 час)

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.

3. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. (1 час)

Боевое Знамя воинской части – особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

4. Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. (1 час)

История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звание «Герой Советского Союза», звание «Герой Российской Федерации».

5. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. (1 час)

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части.

6. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны (1 час)

7. Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в Сухопутные войска. (1 час)

8. Военно-Воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации.

Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. (1 час)

9. Военно-Морской Флот, история создания, предназначение. (1 час)

10. Пограничные войска Федеральной пограничной службы Российской Федерации, история создания, предназначение. (1 час)

11. Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, история создания, предназначение. (1 час)

12. Железнодорожные войска Российской Федерации, история создания, предназначение. (1 час)

### Модуль II «Общая и специальная физическая подготовка» - 12 часов

1. Ознакомление с техникой безопасности при занятиях рукопашным боем. (1 час)

Форма одежды, поведение в зале, выполнение команд тренера.

2. Принципы тренировки. (1 час)

Ознакомление с принципами проведения тренировок; разминка, основная часть, заминка.

3. Тренировка выносливости. (1 час)

Неспецифическая аэробная выносливость, способы её повышения; анаэробная выносливость.

*Практическая часть.* Выполнение упражнений для повышения аэробной выносливости (кросс, прыжки через скакалку).

4. Тренировка силы мышц плечевого пояса. (3 час)

Упражнения для увеличения силы мышц груди, трицепса, бицепса, дельтовидных мышц, мышц предплечья.

*Практическая часть.* Выполнение упражнений.

5. Тренировка силы мышц ног. (3 час)

Упражнения для увеличения силы квадрицепсов, бицепса бедра, икроножных и камбаловидных мышц.

*Практическая часть.* Выполнение упражнений.



6. Тренировка силы мышц спины и пресса. (3 час)

Упражнения для развития мышц пресса; упражнения для развития трапециевидных мышц, широчайших мышц спины.

*Практическая часть.* Выполнение упражнений.

**Модуль III «Первая доврачебная помощь» - 12 часов**

1. Способы остановки кровотечения. (2 час)

Понятие сильного кровотечения, виды кровотечений: артериальное, венозное, смешанное; их различия и способы остановки.

*Практическая часть.* Обучение пальцевому прижатию артерии на плече, бедре, шее, обучение технике наложения жгута, использованию подручных средств (одежды, бинтов, платков, ремней и т.д.) для остановки кровотечения. Обучение технике наложения давящей повязки.

2. Раны и их классификация. (1 час)

Виды ран в зависимости от способа их получения и особенности первой помощи при них; глубокая, скальпированная, проникающая раны, особенности первой помощи при таких ранах.

3. Общие правила наложения повязок. (2 час)

Назначение повязок, общие принципы наложения фиксирующих повязок.

*Практическая часть.* Обучение наложению фиксирующих повязок на различные части тела: конечность, голову, грудь, отдельные суставы.

4. Асептика и антисептика. (1 час)

Понятия асептика и антисептика; способы обработки ран, борьба с инфекцией, признаки воспаления.

5. Оказание первой помощи при переломах, вывихах, растяжениях и ушибах. (2 час)

Причины и признаки закрытых повреждений опорно-двигательного аппарата: ушибов, растяжений, вывихов, переломов. Порядок оказания помощи при таких травмах, способы обездвиживания повреждённой части тела.

*Практическая часть.* Обучение способам иммобилизации повреждённой части тела с помощью подручных средств и шин из картона.

6. Первая помощь при ожогах, отморожениях. (2 час)

Понятие о травмирующем факторе высоких или низких температур, глубине поражения тканей в зависимости от силы и времени воздействия фактора (степенях ожога или отморожения), порядке первой помощи и её особенностях в зависимости от степени поражения.

7. Реанимация: способы искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. (2 час)

Представление о клинической смерти, её причинах, признаках, смысл и содержание реанимационных мероприятий, порядок действий при их проведении.

*Практическая часть.* Отработка проверки признаков клинической смерти и сердечно-легочной реанимации на работе-тренажёре и других обучающихся в одиночку, парах и тройках.

**Модуль IV «Огневая подготовка» - 12 часов**

1. Введение. (1 час)

Общие сведения по истории создания и развития огнестрельного оружия. Техника безопасности при огневой подготовке.

2. Устройство и назначение составных частей автомата АК-74М. (2 час)

Принадлежности для чистки автомата (пенал, шомпол), магазин, ствольная коробка, ударно-спусковой механизм, ствол с дульным тормозом-компенсатором, прицельные приспособления.

3. Сборка и разборка автомата АК-74М. (2 час)

Порядок неполной разборки и сборки автомата.

*Практическая часть.* Выполнение неполной разборки и сборки автомата.

4. Снаряжение магазина. (2 час)

Порядок снаряжения магазина.

*Практическая часть.* Снаряжение магазина автомата 30-ю патронами.

5. Меры безопасности при проведении стрельб. (1 час)

Меры безопасности при обращении с оружием; порядок организации стрельб.

6. Изготовка для стрельбы. (2 час)

Изготовка для стрельбы лёжа; изготовка для стрельбы лёжа с упора; изготовка с помощью ремня.

*Практическая часть.* Отработка изготовки для стрельбы лёжа различными способами.

7. Правила прицеливания. (2 час)

Понятие ровной мушки; дыхание при прицеливании.

*Практическая часть.* Отработка удержания ровной мушки на командирском ящике; отработка навыков прицеливания на макете автомата.

### **Модуль V «Туристская подготовка» - 12 часов**

1. Техника безопасности в походе. (2 час)

Хорошая подготовка перед походом – залог безопасности; поведение при движении; поведение на привалах.

2. Туристское снаряжение: рюкзак, палатка, топор, канаты. Правила использования. (3 час)

Виды рюкзаков, их назначение; виды палаток, их особенности; топоры, правила обращения; котлы, каны, другие виды туристской посуды.

*Практическая часть.* Отработка правильной укладки и подгонки рюкзака.

3. Разведение костров. (2 час)

Виды костров, их назначение; правила разведения костров; способы разжигания костра с использованием природных материалов.

4. Постановка бивака. (3 час)

Выбор места для бивака; составные части лагеря – палатка, костровое место, мусорная яма, сидушки.

*Практическая часть.* Организация места для стоянки, установка палаток, разведение костра.

5. Туристский поход. (2 час)

Подготовка похода (маршрут, картографический материал, раскладка продуктов, подбор снаряжения).

### **Модуль VI «Выживание в экстремальных ситуациях (в тяжелых условиях)» - 12 часов**

1. Ориентирование на местности. (2 час)

Понятие ориентирования; определение точки стояния; способы ориентирования.

2. Простейшее навигационное оборудование. Задачи, решаемые с его помощью. (2 час)

Карта, компас, линейка, понятие азимута.

*Практическая часть.* Определение сторон света; определение азимутов на местные предметы при помощи компаса; определение расстояний по карте при помощи линейки, при помощи курвиметра.

3. Определение своего местонахождения. Движение по азимуту днём. (2 час)

Способы определения местонахождения; движение по азимуту.

*Практическая часть.* Определение положения при помощи карты и компаса; выполнение движения по азимуту.

4. Особенности ориентирования в лесу, населённом пункте, на открытой местности. (2 час)

Особенности лесной местности (закрытость, трудность в выборе ориентиров); особенности населённого пункта (прямолинейность улиц, закрытость обзора); особенности открытой местности (трудность в выборе ориентиров для движения по азимуту, сложность длительного прямолинейного движения).

5. Топографическая карта и работа с ней. Назначение и классификация карт. (2 час)

Виды карт, понятие масштаба; номенклатура карт.

6. Условные обозначения на карте. Измерение расстояний по карте. (2 час)

Измерение расстояний на карте известного масштаба при помощи линейки, циркуля, курвиметра; условные знаки топографических карт.

*Практическая часть.* Проведение измерений расстояний на карте.

#### **Модуль VII «Основы рукопашного боя (борьба самбо)» - 12 часов**

1 История самбо. Техника безопасности на занятиях самбо. (1 час)

2 Гигиена занимающихся. Гигиена мест занятий. (1 час)

3 Терминология в самбо(1 час)

4 Запрещенные приемы в самбо(1 час)

5 Подводящие упражнения (СПУ) - Круглый присед(1 час)

6 Наклонный полуприсед (прогиб) (1 час)

7 Наклон(1 час)

8 Выпад в сторону(1 час)

9 Полный присед(1 час)

10 Стойка на коленях(1 час)

11 Стойка на лопатках(1 час)

12 Рыболовная верша (подвижная игра) (1 час)

#### **Модуль VIII «Строевая подготовка» - 12 часов**

1. Введение. Строевой устав. (2 час)

Строевой устав. Обязанности военнослужащего перед построением и в строю.

2. Одиночная строевая подготовка. Выполнение строевых приёмов на месте. (2 час)

Порядок выполнения команд «Ровняйся!», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Разойдись»; порядок выполнения поворотов на месте.

*Практическая часть.* Отработка выполнения команд; выполнение поворотов на месте по разделениям; выполнение поворотов на месте в целом.

3. Строевой шаг. Выполнение строевых приёмов в движении. (2 час)

Правила строевого шага; выполнение поворотов в движении; выполнение воинского приветствия в движении; остановка по команде «Стой».

*Практическая часть.* Движение строевым шагом по разделениям; движение строевым шагом в целом; отработка поворотов в движении.

4. Строевая подготовка в составе подразделения. (2 час)

Одношереножный и двушереножный строй: перестроения. Движение в составе подразделения.

*Практическая часть.* Отработка перестроения в две и одну шеренги; движение в составе подразделения походным и строевым шагом.

Уставы ВС РФ

5. Устав Внутренней службы. (2 час)

Устав Внутренней службы, общие положения.

6. Приказ, понятие единоначалия. (2 час)

Понятие единоначалия; старшие и младшие, начальники и подчиненные; порядок отдачи приказов.

## **Модуль IX «Военная история» - 12 часов**

1. История Вооружённых Сил России. (1 час)  
Дни Воинской славы России.  
Указ об учреждении Дней Воинской славы России. Дни и события, включённые в перечень.
2. Наиболее крупные победы и поражения российских войск со времен от Киевской Руси (2 часа)
3. Великая Отечественная война. Общее представление. (2 часа)  
Основные этапы войны.
4. Начало Великой Отечественной войны. (2 часа)  
Первые дни войны. Оборона Брестской крепости. Смоленское сражение. Оборона Севастополя. Битва за Москву. Выдающиеся военачальники первого периода войны.
5. Сталинградская битва. (2 часа)  
Оборонительный этап. Наступательный этап. Командующие фронтов. Введение единоначалия в Советской Армии. Значение битвы в ходе войны.
6. Курская битва. (2 часа)  
Оборонительный этап. Наступательный этап. Командующие фронтов. Значение битвы в ходе войны.
7. Современные локальные войны. (1 час)

## Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Элементы содержания	Требования
<b>Модуль I «Основы военных знаний»</b>				
1	1 Боевые традиции Вооруженных Сил России.	1	Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества.	Должны знать основные обязанности военнослужащих.
2	2 Основа воинской боевой готовности.	1	Воинский коллектив. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.	Должны знать коллективизма, товарищества, повседневности подразделений.
3	3 Боевое Знамя воинской части.	1	Боевое Знамя воинской части – особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.	Должны знать Знамени хранения и
4	4 Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1	История государственных наград за военные отличия в России.	Должны знать награды Советского Российской
5	5 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части.	Должны знать ритуал вру
6	6. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России,	1	Роль и место Вооруженных Сил в системе обеспечения национальной безопасности страны.	Должны знать роль и место Должны знать особенност
7	7. Сухопутные войска.	1	История создания, предназначение, рода войск, входящие в Сухопутные войска.	различных
8	8. Военно-Воздушные Силы.	1	История создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС.	
9	9. Военно-Морской Флот, история создания, предназначение.	1	История создания, предназначение, рода войск, входящие в Сухопутные войска.	
10	10 Пограничные войска Федеральной пограничной службы Российской Федерации.	1	История создания, предназначение Пограничных войск.	
11	11 Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации.	1	История создания, предназначение Внутренних войск МВД.	
12	12 Железнодорожные войска Российской Федерации.	1	История создания, предназначение Железнодорожных войск.	

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Элементы содержания	Требования
<b>Модуль II «Общая и специальная физическая подготовка»</b>				
1.	1 Ознакомление с техникой безопасности при занятиях рукопашным боем.	1	Форма одежды, поведение в зале, выполнение команд тренера.	Должны знать занятия руко Должны уметь
2.	2 Принципы тренировки.	1	Разминка, основная часть, заминка.	Должны знать тренировки
3.	3 Тренировка выносливости.	1	Неспецифическая аэробная выносливость, способы её повышения; анаэробная выносливость.	Должны уметь повышения прыжки чер

			.	
4.	4-6 Тренировка силы мышц плечевого пояса.	3	. Упражнения для увеличения силы мышц груди, трицепса, бицепса, дельтовидных мышц, мышц предплечья.	Должны ум увеличения бицепса, предплечья
5.	7-9 Тренировка силы мышц ног	3	Упражнения для увеличения силы квадрицепсов, бицепса бедра, икроножных и камбаловидных мышц.	Должны ум увеличения бедра, ик мышц.
1.	10-12 Тренировка силы мышц спины и пресса.	3	Упражнения для развития мышц пресса; упражнения для развития трапециевидных мышц, широчайших мышц спины.	Должны ум развития м развития широчайши

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Элементы содержания	Требования
<b>Модуль III «Первая доврачебная помощь»</b>				
1.	1-2 Способы остановки кровотечения.	2	Понятие сильного кровотечения, виды кровотечений: артериальное, венозное, смешанное; их различия и способы остановки	Дополнительно: пальцевого бедра, широкую давящую подручную повязку, платков, кровотечения
2.	3 Раны и их классификация.	1	Виды ран в зависимости от способа их получения.	Должны уметь оказывать первую помощь при ранении, проникающих ранениях, кровотечениях
3.	4-5 Общие правила наложения повязок.	2	Назначение повязок, общие принципы наложения фиксирующих повязок.	Должны уметь накладывать повязки на конечности, суставы.
4.	6 Асептика и антисептика.	1	Понятия асептика и антисептика.	Должны уметь проводить борьбу с инфекцией
5.	7-8 Оказание первой помощи при переломах, вывихах, растяжениях и ушибах.	2	Причины и признаки закрытых повреждений опорно-двигательного аппарата: ушибов, растяжений, вывихов, переломов. Порядок оказания помощи при таких травмах, способы обездвиживания повреждённой части тела.	Должны уметь оказывать первую помощь при повреждении опорно-двигательного аппарата, подручные средства
6.	9-10 Первая помощь при ожогах, отморожениях.	2	Понятие о травмирующем факторе высоких или низких температур, глубине поражения тканей в зависимости от силы и времени воздействия фактора	Должны уметь оказывать первую помощь, особенно при ожогах, отморожениях
7.	11-12 Реанимация: способы искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	2	Представление о клинической смерти, её причинах, признаках, смысл и содержание реанимационных мероприятий, порядок действий при их проведении.	Должны уметь оказывать первую помощь при клинической смерти, реанимационные мероприятия, обучающие упражнения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Элементы содержания	Требования
<b>Модуль IV «Огневая подготовка»</b>				
1.	1. Введение.	1	Общие сведения по истории создания и развития огнестрельного оружия.	Д развития безопасн
2.	2.-3. Устройство и назначение составных частей автомата АК-74М.	2	Принадлежности для чистки автомата. Составные части автомата АК-74М. Прицельные приспособления.	Д чистки а ствольна механизм компенса приспосо
3.	4.-5.Сборка и разборка автомата АК-74М.	2	Порядок неполной разборки и сборки автомата.	Должны разборку
4.	6-7 Снаряжение магазина.	2	Порядок снаряжения магазина.	Д снаряжен патронам
5.	8 Меры безопасности при проведении стрельб.	1	Меры безопасности при обращении с оружием.	Должны стрельб.
6.	9 -10 Изготовка для стрельбы.	2	Изготовка для стрельбы лёжа; изготовка для стрельбы лёжа с упора; изготовка с помощью ремня.	Д изготовку способам
7.	11-12 Правила прицеливания.	2	Понятие ровной мушки; дыхание при прицеливании.	Д удержани ящике, у автомата



№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Элементы содержания	Требования
<b>Модуль V «Туристская подготовка» - 12 часов</b>				
1.	1-2 Техника безопасности в походе.	2	Техника безопасности.	Должны знать технику безопасности в походе. Должны соблюдать правила поведения в походе.
2.	3-5 Туристское снаряжение: рюкзак, палатка, топор, канаты. Правила использования.	3	Виды рюкзаков, их назначение; виды палаток, их особенности; топоры, правила обращения; котлы, канаты, другие виды туристской посуды.	Должны знать туристское снаряжение и правила его использования.
3.	6-7 Разведение костров.	2	Виды костров, их назначение;.	Должны знать способы разведения костров и их использование.
4.	8-10 Постановка бивака	3	Выбор места для бивака; составные части лагеря – палатка, костровое место, мусорная яма, сидушки.	Должны знать правила постановки бивака, стоянки, костра.
5.	11-12 Туристский поход	2	Этапы подготовки похода	Должны знать этапы подготовки похода, маршрут, раскладку.

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Элементы содержания	Требования
<b>Модуль VI «Выживание в экстремальных ситуациях (в тяжелых условиях)»</b>				
1.	1-2 Ориентирование на местности.	2	Понятие ориентирования; определение точки стояния.	Должны уметь ориентироваться
2.	3-4 Простейшее навигационное оборудование. Задачи, решаемые с его помощью.	2	Карта, компас, линейка, понятие азимут.	Должны уметь определять направление при помощи компаса, расстояние при помощи линейки
3.	5-6 Определение своего местонахождения. Движение по азимуту днём.	2	Способы определения местонахождения; движение по азимуту.	Должны уметь определять своё местонахождение с помощью компаса и азимута
4.	7-8 Особенности ориентирования в лесу, населённом пункте, на открытой местности. (2 час)	2	Особенности лесной местности. Особенности населённого пункта. Особенности открытой местности.	Должны уметь ориентироваться в различных условиях (прямой обзор, скрытый обзор); выбирать азимут, прямую линию
5.	9-10 Топографическая карта и работа с ней.	2	Назначение и классификация карт.	Должны уметь определять масштаб карты
6.	11-12. Условные обозначения на карте. Измерение расстояний по карте.	2	Измерение расстояний на карте известного масштаба при помощи линейки, циркуля, курвиметра; условные знаки топографических карт.	Должны уметь измерять расстояния на карте

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Элементы содержания	Требования к уро
<b>Модуль VII «Основы рукопашного боя (борьба самбо)»</b>				
1.	1.История самбо. Техника безопасности на занятиях самбо.	1	История возникновения борьбы, основатель самбо. Поддержание в чистоте кожи, ногтей, волос, куртки самбо. Название приемов, система оценок.	Знать историю гигиенические запрещенные в б
2.	2 Гигиена занимающихся. Гигиена мест занятий.	1		
3.	3 Терминология в самбо	1		
4.	4 Запрещенные приемы в самбо	1		
5.	5 Подводящие упражнения (СПУ) - Круглый присед	1	Упор присев с опорой на руки, наклоны туловища с различными положением рук, выпады в сторону с опорой и без опоры на руки, с закрытыми глазами. сед на коленях, стойка на лопатках с опорой на руки и без опоры на руки.	Правильное выпадов, присе правильное в лопатках (пряма
6.	6 Наклонный полуприсед (прогиб)	1		
7.	7 Наклон	1		
8.	8 Выпад в сторону	1		
9.	9 Полный присед	1		
10.	10 Стойка на коленях	1		
11.	11 Стойка на лопатках	1		
12.	12 Рыболовная верша (подвижная игра)	1		

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Элементы содержания	Требования
<b>Модуль IX «Военная история» - 12 часов</b>				
1.	1 История Вооружённых Сил России.	1	Дни Воинской славы России.	Должны знать историю Воинской славы России.
2.	2-3 Наиболее крупные победы и поражения российских войск со времен от Киевской Руси	2	Исторические события. Основные даты.	Должны знать основные даты и события истории России.
3.	4-5. Великая Отечественная война. Общее представление.	2	Основные этапы войны	Должны знать основные этапы ВОВ.
4.	6-7 Начало Великой Отечественной войны.	2	Первые дни войны. Оборона Брестской крепости. Смоленское сражение. Оборона Севастополя. Битва за Москву. Выдающиеся военачальники первого периода войны.	Должны знать основные сражения и героев первого периода войны.
5.	8-9 Сталинградская битва.	2	Основные этапы. Командующие фронтов. Значение битвы в ходе войны.	Должны знать основные этапы оборонительного этапа, значение битвы. Должны знать командующих фронтов.
6.	10-11 Курская битва.	2	Основные этапы. Командующие фронтов. Значение битвы в ходе войны.	Должны знать основные этапы оборонительного этапа, значение битвы. Должны знать командующих фронтов.
7.	12 Современные локальные войны.	1	Причины. Основные даты.	Должны знать основные причины современных войн.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дополнительное образование детей: педагогический поиск. Сборник научно-методических статей с международным участием / под общей редакцией Б.П. Черника. Вып. 2. - Новосибирск: Агентство «Сибпринт», 2020. – 240 с
2. Великая отечественная война 1941-1945 для детей и подростков, библиографический указатель. – М., 2016.
3. Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р.И. Айзман [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 463 с. — 978-5-379-02006-4 <http://www.iprbookshop.ru/65283.html>
4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Р.И. Айхман, В.Б. Рубанович, М.А. Суботялов. – Электрон. данн. – Новосибирск: Изд-во Сибирск. Университета, 2016. – 224с.
5. Гостюшин А. Энциклопедия экстремальных ситуаций. – М., 1990.
6. Государственная программа "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы"

[http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_192149/8934f282d7a8444f6d660f819f372f9c3a11e247/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_192149/8934f282d7a8444f6d660f819f372f9c3a11e247/)

7. История русской армии. – М.: Эксмо, 2007.

8. Подливаев Б.А. Типовая программа спортивной подготовки по виду спорта «Спортивная борьба», дисциплина «Вольная борьба (мальчики и девочки)» для групп начальной подготовки / Б.А. Подливаев, А.С. Кузнецов -М.: Издательство «СПОРТ», 2020. – 171 с.

9. Гражданская оборона / Издание 2-е, переработанное. МЧС России. — М.: АГЗ МЧС России, 2018. — 400 с.

10. Основы подготовки к военной службе: Методические материалы и документы. – М., 2018.

11. Бубнов В.Г., Каташинский Н.В. Атлас первой помощи.