

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет образования и науки Волгоградской области
Администрация Серафимовичского района Волгоградской области
МКОУ Трясиновская СШ

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

Мытарева Л.В.

Протокол № 1

От 26.08.2026г.

СОГЛАСОВАНО

Методист

Крупнова Е.А.

Протокол №1

от 26.08.2026г.

УЧРЕЖДЕНО

И.о. директора МКОУ
Трясиновская СШ

Веретенников О.П..

Приказ № 94

от 26.08.2026г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Начальная военная подготовка»(10 класс)

Класс 10

Количество часов: 35

Учитель: Кузьмичев В.Ф.

2026-2027 учебный год

Хутор Трясиновский 2026г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа «Начальная военная подготовка» для учащихся 10 класса разработана в соответствии с Государственным образовательным стандартом среднего общего образования и предназначена для реализации Государственных требований к уровню подготовки выпускников средней школы.

Программа предназначена для обеспечения базового уровня подготовки учащихся в образовательных учреждениях среднего общего образования с учетом перспектив развития содержания образования в области подготовки граждан к службе в рядах Вооружённых сил Российской Федерации, получения знаний в области обороны.

Изучение основ военных знаний в 10 классе направлено на достижение следующих **целей**:

-воспитание у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; чувства патриотизма ответственного отношения к защите и по защите, общества и государства; ответственного исполнения конституционного и гражданского долга и оптимизации высокой гражданской позиции.

-развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества.

-освоение знаний: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;

-формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использование средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы, которая систематизирует знания в области обороны и безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в основной общеобразовательной школе, и способствует формированию у них цельного представления в области обороны и безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства.

В результате изучения основ военной службы ученик должен **знать**:

- основы определения понятия “здоровье” и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности социального происхождения;
- основы задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

- особенности прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- основные Федеральные законы в области Обороны, а также нормативные документы в области военной службы; (воинские уставы)

В результате изучения основ военной службы ученик должен **уметь:**

- перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- перечислить порядок действий населения по сигналу “Внимание всем!” и называть минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
- показать порядок использования средств индивидуальной защиты;
- рассказать о предназначении и задачах организации гражданской обороны;
- уметь разбирать и собирать ММГ АК-74;
- уметь одевать защитный общевойсковой комплект;

Имеют возможность научиться использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- действий в опасных чрезвычайных ситуациях;
- пользование бытовыми приборами;
- соблюдение общих правил безопасности дорожного движения;
- соблюдение мер пожарной безопасности;
- подготовки к профессиональной деятельности, в том числе к военной службе;

В результате изучения основ военной службы ученик **научится:**

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций и при ведении военных действий;
- действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Цель: военно-прикладная и физическая подготовка воспитанников к воинской службе; воспитание моральных и психологических качеств защитников Родины

Категория: учащиеся 10 класса МКОУ Трясиновская СШ

№ п/п	Наименование учебных дисциплин	Количество часов
Обязательные дисциплины		
1.	Строевая подготовка	5 ч.
2.	Тактическая подготовка	4 ч.
3.	Огневая подготовка	7 ч.
4.	Радиационная, химическая и биологическая защита	5 ч.
5.	Военно-медицинская подготовка	5 ч.
6.	Общая физическая подготовка	5 ч.
7.	Уставы Вооруженных сил РФ	4 ч.
	Итого	35ч.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

Дисциплина: СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА

Цель: обучение строевым приемам

Наименование темы	Материальное обеспечение	Содержание занятия	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
Введение. Строевые приёмы и движение без оружия.	Плакаты, Строевой Устав Вооруженных Сил РФ	Основы строевого обучения: общие положения. Строевые приемы и движения без оружия. Воинское приветствие.	2	-	2
Строевые приёмы и движение с оружием. Выполнение строевых упражнений в составе	Плакаты, Строевой Устав Вооруженных	Строевая стойка с оружием. Выполнение приёма «Ремень – отпустить (подтянуть)». Перевод автомата в положение «на ремень» из	2	-	2

отделения на месте.	Сил РФ	положения «на грудь». Перевод автомата в положение «за спину» из положения «на ремень» и «на грудь». Перевод автомата в положение «на ремень» и «на грудь» из положения «за спину». Выполнение приемов «положить оружие», «к оружию» и «в ружье».			
Выполнение строевых упражнений в составе отделения в движении.	Плакаты, Строевой Устав Вооруженных Сил РФ	Приёмы «ложись» («к бою»), «встать». Тренировка в комплексном передвижении. Строй отделения: построение отделения в развернутый и походный строй; размыкание и смыкание отделения; перестроения отделения.	1	-	1
Итого:			5	-	5

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Дисциплина: ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Цель: обучение ведению тактических действий

Наименование темы	Материальное обеспечение	Содержание занятия	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
Введение. Общие положения. Обязанности солдата в бою.	Плакаты, иллюстрации	Введение. Современный бой. Виды общевойскового боя и их краткая характеристика. Обязанности солдата в бою.	1	1	-
Построение подразделения.	Плакаты, иллюстрации	Марш. Походный порядок. Боевой порядок.	1	1	-
Способы передвижения солдата в бою.	Плакаты, иллюстрации, стенд «Методы преодоления искусственных и естественных препятствий», АК -74.	Отработка способов передвижения солдата в бою: ходьба, переползание, бег.	1	-	2
Пейнтбол: оборудование и правила. Меры безопасности при проведении тактического боя с применением пейнтбольного	Плакаты, иллюстрации, стенд «Материальная часть оборудования», маркер, газовый балон, маска защитная.	Пейнтбол: оборудование и правила. Меры безопасности при проведении тактического боя с применением пейнтбольного оборудования.	1	-	

оборудования.					
Итого:			4	2	2

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Дисциплина: ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА

Цель: обучение стрелковым навыкам

Наименование темы	Материальное обеспечение	Содержание занятия	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
Введение. Меры безопасности. Материальная часть и тактико-технические характеристики АКМ, РПК, АК74	Плакаты	Введение. Назначение огневой подготовки. Инструктаж по технике безопасности. Материальная часть АК.	1	1	-
Основные части АК, их назначение и взаимодействие.	Плакаты	Назначение, устройство частей и механизмов автомата.	1	1	-
Устройство патрона.	Плакаты	Устройство патрона.	1	1	-
Разборка-сборка АК.	Плакаты, АК-74	Формирование навыков разборки-сборки АК.	2	-	2
Стрельба из пневматической винтовки из положений стоя, с колена, лежа	ПВ-512 МР	Изучение приемов и правил стрельбы.	2	-	2
Итого:			7	3	4

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Дисциплина: РАДИАЦИОННАЯ, ХИМИЧЕСКАЯ И БИОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАЩИТА

Цель: обучение использованию средств индивидуальной защиты

Наименование темы	Материальное обеспечение	Содержание занятия	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
Введение. Гражданская оборона. Ядерное, химическое и бактериологическое оружие.	Плакаты, приборы радиационной и химической разведки	Роль и задачи гражданской обороны. Средства массового поражения. Ядерное оружие и его поражающие факторы. Химическое оружие. Бактериологическое (биологическое) оружие.	1	1	-
Средства индивидуальной защиты. Правила поведения и действий людей в зонах (радиактивного, химического) заражения и в очаге бактериологического (биологического) поражения. Материальная часть противогаза, правила использования противогаза. Материальная часть общевойскового защитного комплекта, правила использования ОЗК.	Плакаты, стенды, средства индивидуальной защиты	Средства индивидуальной защиты. Правила поведения и действия людей в зоне радиактивного заражения. Действия населения в зоне химического заражения. Действия населения в очаге бактериологического заражения. Порядок надевания противогаза и общевойскового комплекта. Отработка учебных нормативов: способы ношения и порядок надевания противогаза; способы применения и порядок надевания ОЗК; порядок снятия ОЗК; порядок правильной укладки ОЗК.	2	1	1
Выполнение учебных нормативов одевания средств индивидуальной защиты.	Средства индивидуальной защиты (ГП-5, ОЗК)	Устный опрос. Отработка учебных нормативов.	2	-	2
Итого:			5	2	3

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Дисциплина: ВОЕННО-МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА

Цель: обучение оказанию первой медицинской помощи

Наименование темы	Материальное	Содержание занятия	Количество часов
-------------------	--------------	--------------------	------------------

	обеспечение		Всего	Теория	Практика
Введение. Значение оказания первой медицинской помощи (ПМП). Первая медицинская помощь при кровотечениях, ожогах, отморожениях.	Плакаты, видеофильм, жгут, перевязочный материал, манекен для отработки навыков оказания первой помощи	Роль и значение ПМП. Виды кровотечений и методы их остановки. Степени ожогов, оказание ПМП при ожогах. Отморожения, оказание ПМП при отморожениях.	2	1,5	0,5
Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, переломах. Виды повязок и правила их наложения.	Плакаты, перевязочный материал, шины, скелет	Особенности ушибов, вывихов, переломов. Правила наложения шин, косыночных повязок. Способы иммобилизации при травмах.	2	1	1
Первая медицинская помощь при электротравме, утоплении, тепловом и солнечном ударе.	Плакаты, манекен-тренажер для обучения сердечно-легочной реанимации	Оказание ПМП при тепловом и солнечном ударе, при электротравме, при утоплении. Обучение технике сердечно-легочной реанимации.	1	0,5	0,5
Итого:			5	3	2

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Дисциплина: ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Цель: физическая подготовка

Наименование темы	Материальное обеспечение	Содержание занятия	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
Введение. Техника безопасности и санитарно-гигиенические требования на занятиях по физической подготовке. Подвижные и спортивные игры.	Наставление по физической подготовке и спорту для суворовских военных, нахимовских военно-морских, Военно-музыкальных училищ и кадетских, морских кадетских, музыкальных кадетских корпусов министерства обороны российской федерации. Журнал по Т.Б.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности и правилам личной гигиены. Построения, перестроения, расчет по порядку, на первый-второй, строевые приемы на месте. Ходьба. Бег. ОРУ в движении и на месте.	1	0,2	0,8

	Секундомер. Мячи.	Комплексы вольных упражнений. Упражнения в парах. Подвижные и спортивные игры: футбол, регби на коленях, перетягивание каната.			
Легкая атлетика. Гимнастика и атлетическая подготовка.	Наставление по физической подготовке и спорту Журнал по Т.Б. Журнал учета посещаемости. Секундомер. Протоколы тестирования.	Рапорт зам.ком.взвода (отделения). Строевые приемы. Ходьба. Бег. ОРУ. Бег на 60, 100м. Кросс 2-3км. Упражнения на гибкость. Комплексные упражнения: - комплексное силовое упражнение; - комплексное упражнение на ловкость. Гимнастические стойки, прыжки, кувырки Силовые упражнения: - на перекладине; - на брусьях; - с отягощениями; - с весом и сопротивлением партнера. Упражнения на восстановление.	2	-	2
Преодоление препятствий. Метание гранат.	Наставление по физической подготовке и спорту Журнал по Т.Б. Журнал учета посещаемости. Секундомер. Учебные гранаты. АК-47; АК-74. Противогазы ГП-5.	Рапорт зам.ком.взвода (отделения). Строевые приемы. Бег. ОРУ. Разучивание ЕПП (единая полоса препятствий) по отдельным элементам и в целом. С оружием и без. Метание гранат на точность.	2	-	2

	Протоколы тестирования.	Разучивание и выполнение контрольных упражнений на ЕПП: - ЕПП-400; - ЕПП в составе подразделения.			
Итого:			5	0,2	4,8

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Дисциплина: УСТАВЫ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ, ЗАКОНЫ РФ

Цель: ознакомление с правовыми основами прохождения военной службы

Наименование темы	Материальное обеспечение	Содержание занятия	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
Введение. Устав внутренней службы Вооруженных сил РФ	Устав ВС РФ, плакаты, методическое пособие «Уставы Вооруженных сил Российской Федерации»	Обязанности солдата (матроса). Взаимоотношения между военнослужащими. Военская вежливость и поведение военнослужащих. Суточный наряд.	1	1	-
Дисциплинарный Устав Вооруженных сил РФ	Устав ВС РФ, плакаты, методическое пособие «Уставы Вооруженных сил Российской Федерации»	Сущность и функции воинской дисциплины. Поощрения. Дисциплинарные взыскания.	1	1	-
Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных сил РФ	Устав ВС РФ, плакаты, методическое пособие «Уставы Вооруженных сил Российской Федерации»	Караульная служба. Пост и его оборудование. Обязанности часового. Порядок заряжания и разряжания оружия. Действия часового и караульного при приеме и сдаче поста. Действия часового на посту.	2	2	-
Итого:			4	4	-

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Методические рекомендации для учителей по использованию учебников, включённых в федеральный перечень, при реализации учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины» <https://uchitel.club/fgos/fgos-obzh>.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

<https://edsoo.ru>

<https://uchitel.club/fgos/fgos-obzh>.