

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МКУ «ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА
ВЫСОКОГОРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ «ТУЛШАР»
ВЫ СОКОГОРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Рассмотрена и принята на заседании
педагогического совета
МБУДО ЦВР «ТУЛШАР»
Протокол № 1
от « 29 » 08 2025 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Военно-патриотический клуб
Направленность: социально-гуманитарная
Возраст обучающихся: 12-17 лет
Срок реализации: 5 лет (144, 216 часа в год)**

Автор-составитель:
Михайлов Александр Васильевич,
Сибгатуллин Котдус Анварович,
Камаев Наиль Равилевич,
Файзиев Азат Радисович,
Костратов Николай Александрович,
Мингазов Нияз Зуфарович,,
Марданова Гульнар Хакимулловна,
Багавиева Фанзия Рафаилевна,
Сабирзянова Ангелина Альбертовна,
Хамидуллин Азат Тахирович,
Шайхутдинова Милеуша Фидаилевна,
Ахметзянова Мадина Шаукатовна
педагог дополнительного образования

2.ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.	Учреждение:	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр внешкольной работы «ТУЛПАР» Высокогорского района Республики Татарстан»
2.	Полное название программы:	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Военно-патриотический клуб»
3.	Направленность программы:	социально-гуманитарная
4.	Сведения о разработчиках:	Марданова Гульнар Хакимулловна (5 лет), Михайлов Александр Васильевич (5 лет), Багавиева Фанзия Рафаиловна (5 лет) Сибгатуллин Котдус Анварович (5 лет), Сергухина Татьяна Евгеньевна (5 лет) Камаев Наиль Равильевич (5 лет), Файзиев Азат Радисович (5 лет) Шарай Роман Александрович (3 года) Костратова Анастасия Николаевна (3 года) Сабилова Эндже Рафисовна (5 лет) педагоги дополнительного образования
5.	Сведения о программе:	Срок реализации: 5 лет Возраст обучающихся: 12-17 лет
5.1.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы	- дополнительная общеобразовательная программа - общеразвивающая
5.2.	Цель программы:	Социальное становление, патриотическое воспитание и формирование активной гражданской позиции подростков в процессе интеллектуального, духовно–нравственного и физического развития, подготовки по защите Отечества.
5.3.	Образовательные модули	Базовый уровень – освоение умений и навыков по предмету.
6.	Формы и методы образовательной деятельности:	Учебно-тренировочное занятие. Тематические экскурсии. Дискуссии, ролевые игры по тематике программы. Трудовая деятельность педагога и обучающихся. Досуговые, массовые мероприятия, соревнования, посвященные различным историческим или памятным датам. Выездные формы занятий – экскурсии, профильные лагеря, соревнования.
7.	Формы мониторинга результативности:	Анкетирование и сдача нормативов по общей физической подготовке, наблюдение, индивидуальные задания, участие в соревнованиях
8.	Результативность реализации программы:	Развить высокие индивидуальные морально-волевые качества, сформировать чувство любви к родной земле, обучить начальным навыкам военной подготовки и заложить основы в военно-тактических знаниях.
9.	Дата утверждения и последней корректировки программы:	29.08.2025 год
10.	Рецензенты:	Кутенина Н.А., директор МБУДО ЦВР «ТУЛПАР» Фазуллина Э.Ф., заместитель директора по учебной работе,

3. ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Информационная карта образовательной программы - стр. 2
- 2.Оглавление - стр.3
- 3 Пояснительная записка - стр.4-6
- 4.Учебно-тематический план - стр.7-13
- 5.Содержание программы - стр.13-17
- 6.Воспитательная работа – стр.17-
- 7.Планируемые результаты – стр. 18-19
- 8.Ресурсное обеспечение- стр.19-21
- 10.Список литературы - стр.21-22
- 11.Приложение - стр.23-27

4. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы – социально-гуманитарная.

Программа составлена в соответствии с действующими федеральными, республиканскими нормативными правовыми актами направлена на патриотическое воспитание детей.

Нормативно-правовое обеспечение программы:

1.Федеральный закон об образовании №273-ФЗ в соответствии с внесенными в него изменениями от 04.08.2023 № 479-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации".

2.Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р (в ред. распоряжения Правительства РФ от 15.05.2023 N 1230-р).

3.Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

4.Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам определен приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629.

5.СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 (далее – СП 2.4. 3648-20).

6.Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Письмо Министерства просвещения от 07.03.2023года № 2749/23 «О направлении методических рекомендаций»)

7. Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан РФ» национального проекта «Образование».

8. Стратегия развития воспитания обучающихся в Республике Татарстан на 2015-2025 годы»

9. Устав образовательной организации.

Актуальность программы - в реализации данной программы нуждаются подростки 12-17 лет, так как она предполагает необходимость формирования у подрастающего поколения нравственных, морально-психологических и этических качеств, среди которых большое значение имеют патриотизм, гражданственность, ответственность за судьбу Отечества и готовность к его защите. Проблема патриотического воспитания и гражданского становления подрастающего поколения сегодня одна из актуальных задач государства и общества. Обществу нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы работать и учиться на его благо. Поэтому особое место в воспитании подрастающего поколения отводится воспитанию патриотизма, чувства любви к Родине.

Патриотизм – система ценностей, которыми располагает человек и общество; важнейший духовно-нравственный фактор сохранения общественной стабильности, независимости и безопасности государства.

В настоящее время в нашей стране возрождается система патриотического воспитания детей и подростков, в котором наряду с традиционными задачами

подготовки подрастающего поколения к военной службе, появилась необходимость ориентировать ребят на выбор профессии спасателя, социального работника, пожарного, сотрудника правоохранительных органов. В связи с этим на базе образовательных организаций работают объединения по военно-патриотической направленности, в котором подростки приобретают нравственные, морально-психологические и физические качества, а также специальные профессиональные знания и умения, необходимые будущему защитнику Отечества, гражданину, патриоту.

Патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие учащихся. Поэтому работа по военно-патриотическому воспитанию должна проводиться комплексно, что позволит подростку усилить свою ориентацию на развитие интересов и способностей, укрепить здоровье, овладеть военно-прикладными видами спорта.

Отличительные особенности программы:

Программа отличается от уже существующих тем, что подход к воспитанию осуществляется комплексно, охватывая ребенка во всех направлениях постепенно, показывая значимость его личности в условиях современного государства. Реализация данной программы осуществляется при условии активного взаимодействия детей с окружающим миром эмоционально-практическим путем, через предметную деятельность, общение, труд, познание, разные виды деятельности, соответствующие возрасту воспитанников.

Цель: Социальное становление, патриотическое воспитание и формирование активной гражданской позиции подростков в процессе интеллектуального, духовно-нравственного и физического развития, подготовки по защите Отечества.

Задачи программы:

Обучающие

- изучение истории, традиций и природы своей малой Родины.
- утверждение в сознании и чувствах молодежи патриотических ценностей, взглядов и убеждений, уважения к культурному и историческому прошлому России, к традициям, повышению престижа государственной, особенно военной службы;
- приобретение знаний и умений в области оказания первой до врачебной помощи;
- физическое развитие учащихся, формирование у них потребности в здоровом образе жизни.

Развивающие

- развитие у молодежи гражданственности, патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей;
- развитие у детей и молодёжи творческих способностей, формирование навыков самообразования, самореализации личности;
- сохранение и развитие чувства гордости за свою страну и край.

Воспитательные

- формирование навыков здорового образа жизни и основ культуры здоровья;
- формирование у нее профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, особенно в процессе военной и других, связанных с ней, видов государственной службы;

- верности конституционному и воинскому долгу в условиях мирного и военного времени, высокой ответственности и дисциплинированности;
-воспитание патриотов России, способных к социализации в условиях гражданского общества, уважающих права и свободы личности, обладающих высокой нравственностью и проявляющих национальную и религиозную терпимость, уважительное отношение к языкам, традициям и культуре других народов, сохранение исторической преемственности поколений.

Адресат программы: программа ориентирована на обучающихся от 12 до 17 лет желающие систематически заниматься в клубе.

Объем программы: 1 – 5 лет. 144/216 часа в год для реализации программы.

Формы организации образовательного процесса:

Программа Военно-патриотического клуба включает:

-глубокое изучение школьниками героических событий отечественной истории, традиций российской армии;
-изучение истории Высокогорского района;
-изучение предметов из области начальной военной подготовки;
-активное участие в гражданской жизни общества.

Основными формами реализации программы являются проведение клубных занятий, организация КТД, пропаганда вопросов военно-патриотического, гражданского, исторического направления через СМИ, школьный сайт, проведение мероприятий, исследовательских работ, сотрудничество со школьным музеем, организацию встреч с интересными людьми, организацию переписки с выпускниками школы, проходящими службу в ВС РФ. Все занятия программы проходят в совместной деятельности педагога и детей. Обучение проводится ненавязчиво, с использованием игровых обучающих ситуаций, при сочетании групповой и индивидуальной работы с детьми и самостоятельной деятельности воспитанников.

Основные формы работы кружка:

- соревнования;
- конкурсы;
- смотры;
- слеты;
- экскурсии;
- эстафеты и т.д.

Эффективность обучения и воспитания достигается с использованием в программе различных форм, включающих теоретические и практические занятия, тематические игры, конкурсы и викторины, круглые столы, уроки мужества, встречи с ветеранами, воинами запаса и военнослужащими, экскурсии в музеи, различные игры, знакомящие подростков с жизнью и деятельностью войск.

Срок освоения программы: реализация программы рассчитана на 1-5 лет, программа которая реализуется на 1-2 год объёмом по 144 часа в год, проводится 2 раза в неделю в неделю по 2 часа, программа которая реализуется 4-5 лет объёмом 216 часов, проводится 3 раза в неделю по 2 часа.

Режим занятий: занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа или 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятия –45 минут, перерыв 10 минут для отдыха детей между каждым занятием.

5. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Учебно-тематический план первого года обучения

п/п	Тема	Кол-во часов	Теория	Практика
<i>I. Введение.</i>		1	1	0
1.	Патриотическое воспитание в Высокогорском районе.	1	1	0
<i>II. ОФП</i>		48	16	32
2.	Развитие скоростно-силовых качеств	20	8	12
3.	Развитие выносливости	16	6	10
4.	Развитие ловкости	12	2	10
<i>III. Медико-санитарная подготовка</i>		34	6	28
5.	Первая помощь при кровотечениях	10	2	8
6.	Первая помощь при переломах	10	2	8
7.	Первая помощь при ожогах, тепловых ударах	7	1	6
8.	Состав медикаментов в санитарной сумке и их назначение	7	1	6
<i>IV. Строевая подготовка</i>		40	8	32
9.	Строевые приемы на месте	10	2	8
10.	Строевые приемы в движении	10	2	8
11.	Разучивание строевых песен	10	2	8
12.	Вынос знамени	10	2	8
<i>V. Стрельба</i>		24	6	18
13.	Знакомство со строением пневматической винтовки	10	4	6
14.	Стрельба из положения лежа.	8	2	6
15.	Стрельба из положения стоя.	6	0	6
<i>VI. «Страницы истории Отечества»</i>		6	6	0
16.	Наш район в годы Великой Отечественной войны.		6	0
<i>VII. Тимуровская помощь</i>		18	0	18
17.	Оказание помощи ветеранам	18	0	18
<i>VIII. Уход за обелиском на территории района</i>		10	0	10
18.	Расчистка дорожек в зимнее время	5	0	5

19.	Покраска обелиска, посадка цветов	5	0	5
<i>IX. Встречи с интересными людьми</i>		10	2	8
20.	Встреча с ветеранами Великой Отечественной войны.	6	2	4
21.	Встреча с ветеранами Афганской войны	4	0	4
<i>X. Походы, экскурсии</i>		25	0	25
22.	Экскурсия в краеведческий музей района.	6	0	6
23.	Поход по окрестностям Высокогорского района	19	0	19
<i>Итого:</i>		216	44	172

Учебно-тематический план второго года обучения

п/п	Тема	Кол-во часов	Теория	Практика
<i>I. Введение.</i>		1	1	0
1.	История рождения Высокогорского района	1	1	0
<i>II. ОФП</i>		38	14	24
2.	Развитие скоростно-силовых качеств	14	2	12
3.	Развитие выносливости	10	4	6
4.	Развитие ловкости	14	8	6
<i>III. Медико-санитарная подготовка</i>		36	12	24
5.	Первая помощь при ранениях	6	2	4
6.	Принципы оказания первой помощи	8	4	4
7.	Проведение реанимации	12	4	8
8.	Состав медикаментов в санитарной сумке и их назначение	10	2	8
<i>IV. Строевая подготовка</i>		33	10	20
9.	Строевые приемы на месте	6	2	4
10.	Строевые приемы в движении	8	2	6
11.	Разучивание строевых песен	6	2	4
12.	Вынос знамени	7	2	5
13.	Отработка команд командиром	6	2	4
<i>V. Стрельба</i>		28	6	22
14.	Разборка и сборка автомата	10	2	8
15.	Стрельба из положения лежа.	10	2	8
16.	Стрельба из положения стоя.	8	2	6
<i>VI. Пожарная эстафета</i>		20	6	14

17.	Первичные средства пожаротушения	2	2	0
18.	Признаки пожара. Действия во время пожара.	18	4	14
<i>VII. «Страницы истории Отечества»</i>		8	4	6
19.	Ордена и медали Великой Отечественной войны.	2	4	0
20.	Участие в школьной викторине, посвященной герою ВОВ Высокогорского района	2	2	6
<i>VIII. Тимуровская помощь</i>		10	0	10
21.	Оказание помощи ветеранам	10	0	10
<i>IX. Уход за обелиском на территории</i>		22	0	22
22.	Расчистка дорожек в зимнее время	12	0	12
23.	Благоустройство памятника.	10	0	10
<i>X. Походы по боевым местам, экскурсии</i>		20	0	20
24.	Экскурсия в краеведческий музей района.	8	0	8
25.	Поход по историческим местам района.	12	0	12
<i>Итого:</i>		216	54	162

Учебно-тематический план третьего года обучения

п/п	Тема	Кол-во часов	Теория	Практика
<i>I. Введение.</i>		2	2	0
1.	Орденосцы родного села. Высокая Гора – район воинской славы.	2	2	0
<i>II. ОФП</i>		38	8	30
2.	Развитие силовых качеств	14	4	10
3.	Развитие выносливости	12	2	10
4.	Метание гранаты в горизонтальную и вертикальную цель	12	2	10
<i>III. Основы туризма</i>		30	10	20
5.	Установка палатки	8	2	6
6.	Оборудование укрытия из плащ-палаток.	6	2	4
7.	Разведение костра.	6	2	4
8.	Ориентирование на местности при помощи компаса.	10	4	6
<i>VI. Медико-санитарная подготовка</i>		24	6	18
9.	Оказания первой помощи	8	2	6
10.	Транспортировка раненого	8	2	6
11.	Изготовление из подручных предметов	8	2	6

	средств транспортировки			
	<i>V. Строевая подготовка</i>	22	6	16
12.	Строевые приемы на месте, в движении. Отработка команд командиром	8	2	6
13.	Разучивание строевых песен	6	2	4
14.	Вынос знамени	8	2	6
	<i>VI. Стрельба</i>	16	4	12
15.	Стрельба из положения лежа, стоя	8	2	6
16.	Биатлон	8	2	6
	<i>VII. Пожарная эстафета</i>	8	2	6
17.	Размотка и смотка рукава в движении. Соединение рукавов. Соединение рукавов с разветвлением. Поражение мишени водяной струей.	8	2	6
	<i>VIII. «Страницы истории Отечества»</i>	18	2	16
18.	Оформление стенда жизни знаменитого земляка, ветеран ВОВ	8	2	6
19.	Подготовка устного журнала о деятельности ветеранов ВОВ для учащихся школы.	4	0	4
20.	Сбор материала для школьного краеведческого музея.	8	0	6
	<i>IX. Тимуровское движение</i>	10	0	10
21.	Оказание помощи ветеранам	10	0	10
	<i>X. Уход за обелиском на территории</i>	22	0	22
22.	Расчистка дорожек в зимнее время	10	0	10
23.	Подготовка выступления на митинге, посвященному дню Победы.	6	0	6
24.	Посадка цветов, деревьев.	6	0	6
	<i>XI. Встречи с интересными людьми</i>	8	0	8
25.	Встреча с военными (выпускники нашей школы) по вопросам ориентации на приобретение военных профессий.	8	0	8
	<i>XII. Военно- полевые сборы</i>	18	0	8
26.	Ознакомление с жизнью и деятельностью войск, с особенностями службы и быта военнослужащих.	8	0	8
27.	Марш – бросок на 3 км.	10	0	10
	<i>Итого:</i>	216	40	176

Учебно-тематический план четвертого года обучения

п/п	Тема	Кол-во часов	Теория	Практика
	<i>I. Введение.</i>	2	2	0
	<i>II. Летопись родного края .</i>	74	16	58
1.	Военная история современной России.	6	6	0
2.	Встреча с ветеранами тыла ВОВ.	4	0	8
3.	Изучение культурного наследия и творчества жителей родного края.	8	4	8
4.	Изучение истории родной земли, истории нашего Отечества, жизни и деятельности земляков.	8	4	8
5.	Беседа с работниками военкомата о современной Российской армии.	4	0	8
6.	Встреча с руководителем отряда Юнармии	4	0	4
7.	Изучение малоизвестных исторических фактов.	6	2	8
	<i>II. ОБЖ (самосохранение, оборона, спасение)</i>	72	20	52
1.	Основы здорового образа жизни: вредные привычки.	6	6	0
2.	Преодоление препятствий (бег с преодолением различных полос препятствий индивидуально и в составе группы).	8	0	8
3.	Силовая подготовка.	10	2	8
4.	Основы рукопашного боя.	8		8
5.	Основы поведения и способы защиты в чрезвычайных ситуациях.	8	2	6
6.	Просмотр фильмов о выживании в экстремальных ситуациях.	4	0	4
7.	Подготовка и проведение игры «зарница»	10	2	8
	<i>III. Основы военной и специальной подготовки</i>	68	8	60
1.	Изучение правовых основ военной службы (Законы РФ, Уставы ВС РФ).	4	4	0
2.	Строевая подготовка.	10	2	8
3.	Конкурс строевой подготовки.	8	2	8
4.	Права и личное достоинство военнослужащего.	4	0	4
5.	Топографическая подготовка.	4	0	4

6	Проблема духовности и культуры в армии.	2	0	4
7	Военно-спортивная игра «Зарница»	8	0	8
8	Подготовка и проведение туристического слёта для учащихся 5-8 классов.	14	0	14
9	Подведение итогов работы	4	0	4
<i>Итого:</i>		216	46	170

Учебно-тематический план пятого года обучения

п/п	Тема	Кол-во часов	Теория	Практика
<i>I. Введение.</i>		2	2	0
<i>II. Летопись родного края .</i>		74	16	58
1.	Военная история современной России.	6	6	0
2.	Встреча с ветеранами тыла ВОВ.	4	0	8
3.	Изучение культурного наследия и творчества жителей родного края.	8	4	8
4.	Изучение истории родной земли, истории нашего Отечества, жизни и деятельности земляков.	8	4	8
5.	Беседа с работниками военкомата о современной Российской армии.	4	0	8
6.	Встреча с руководителем отряда Юнармии	4	0	4
7.	Изучение малоизвестных исторических фактов.	6	2	8
<i>II. ОБЖ (самосохранение, оборона, спасение)</i>		72	20	52
	Основы здорового образа жизни: вредные привычки.	6	6	0
2.	Преодоление препятствий (бег с преодолением различных полос препятствий индивидуально и в составе группы).	8	0	8
3.	Силовая подготовка.	10	2	8
4.	Основы рукопашного боя.	8		8
5.	Основы поведения и способы защиты в чрезвычайных ситуациях.	8	2	6
6.	Просмотр фильмов о выживании в экстремальных ситуациях.	4	0	4
7	Подготовка и проведение игры «зарница»	10	2	8
<i>III. Основы военной и специальной подготовки</i>		68	8	60
1.	Изучение правовых основ военной службы (Законы РФ, Уставы ВС РФ).	4	4	0

2.	Строевая подготовка.	10	2	8
3.	Конкурс строевой подготовки.	8	2	8
4.	Права и личное достоинство военнослужащего.	4	0	4
5.	Топографическая подготовка.	4	0	4
6.	Проблема духовности и культуры в армии.	2	0	4
7.	Военно-спортивная игра «Зарница»	8	0	8
8.	Подготовка и проведение туристического слёта для учащихся 5-8 классов.	14	0	14
9.	Подведение итогов работы	4	0	4
<i>Итого:</i>		216	46	170

6.СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

Раздел 1.Введение.

Тема 1. Патриотическое воспитание в Высокогорском районе.

Раздел 2.ОФП

Тема 1. Развитие скоростно-силовых качеств

Тема 2. Развитие выносливости

Тема 3. Развитие ловкости

Раздел 3.Медико-санитарная подготовка

Тема 1. Первая помощь при кровотечениях

Тема 2. Первая помощь при переломах

Тема 3. Первая помощь при ожогах, тепловых ударах

Тема 4. Состав медикаментов в санитарной сумке и их назначение

Раздел 4.Строевая подготовка

Тема 1. Строевые приемы на месте

Тема 2. Строевые приемы в движении

Тема 3. Разучивание строевых песен

Тема 4. Вынос знамени

Раздел 5. Стрельба

Тема 1. Знакомство со строением пневматической винтовки

Тема 2. Стрельба из положения лежа.

Тема 3. Стрельба из положения стоя.

Раздел 6. Страницы истории Отечества

Тема 1. Наш район в годы Великой Отечественной войны.

Раздел 7. Тимуровская помощь

Тема 1. Оказание помощи ветеранам

Раздел 8. Уход за обелиском

Тема 1. Расчистка дорожек в зимнее время

Тема 2.Покраска обелиска, посадка цветов

Раздел 9.Встречи с интересными людьми

Тема 1.Встреча с ветеранами Великой Отечественной войны.

Тема 2. Встреча с ветеранами Афганской войны

Раздел 10. Походы, экскурсии

Тема 1. Экскурсия в краеведческий музей района.

Тема 2. Поход по окрестностям Высокогорского района.

Содержание изучаемого курса (второй год обучения)

Раздел 1. Введение.

Тема 1. История рождения Высокогорского района.

Раздел 2. ОФП

Тема 1. Развитие скоростно-силовых качеств

Тема 2. Развитие выносливости

Тема 3. Развитие ловкости

Раздел 3. Медико-санитарная подготовка

Тема 1. Первая помощь при ранениях

Тема 2. Принципы оказания первой помощи

Тема 3. Проведение реанимации

Раздел 4. Строевая подготовка

Тема 1. Строевые приемы на месте

Тема 2. Строевые приемы в движении

Тема 3. Разучивание строевых песен

Тема 4. Вынос знамени

Тема 5. Отработка команд командиром

Раздел 5. Стрельба

Тема 1. Разборка и сборка автомата

Тема 2. Стрельба из положения лежа.

Тема 3. Стрельба из положения стоя.

Раздел 6. Пожарная эстафета

Тема 1. Первичные средства пожаротушения

Тема 2. Признаки пожара. Действия во время пожара.

Раздел 7. «Страницы истории Отечества»

Тема 1. Ордена и медали Великой Отечественной войны.

Тема 2. Участие в школьной викторине, посвященной героям ВОВ
Высокогорского района

Раздел 8. Тимуровская помощь

Тема 1. Оказание помощи ветеранам

Раздел 9. IX. Уход за обелиском

Тема 1. Расчистка дорожек в зимнее время

Тема 2. Благоустройство памятника.

Раздел 10. Походы по боевым местам, экскурсии

Тема 1. Экскурсия в краеведческий музей района.

Тема 2. Поход по историческим местам района.

Содержание изучаемого курса (третий год обучения)

Раздел 1. Введение.

Тема 1. Орденосцы родного села.

Тема 2. Высокая Гора – район воинской славы.

Раздел 2. ОФП

Тема 1. Развитие силовых качеств

Тема 2. Развитие выносливости

Тема 3. Метание гранаты в горизонтальную и вертикальную цель

Раздел 3. Основы туризма

Тема 1. Установка палатки

Тема 2. Оборудование укрытия из плащ-палаток.

Тема 3. Разведение костра.

Тема 4. Ориентирование на местности при помощи компаса.

Раздел 4. Медико-санитарная подготовка

Тема 1. Оказания первой помощи

Тема 2. Транспортировка раненого

Тема 3. Изготовление из подручных предметов средств транспортировки

Раздел 5. Строевая подготовка

Тема 1. Строевые приемы на месте, в движении. Отработка команд командиром

Тема 2. Разучивание строевых песен

Тема 3. Вынос знамени

Раздел 6. Стрельба

Тема 1. Стрельба из положения лежа, стоя

Тема 2. Биатлон

Раздел 7. Пожарная эстафета

Тема 1. Размотка и смотка рукава в движении.

Тема 2. Соединение рукавов.

Тема 3. Соединение рукавов с разветвлением.

Тема 4. Поражение мишени водяной струей.

Раздел 8. «Страницы истории Отечества»

Тема 1. Оформление стенда жизни знаменитого земляка.

Тема 2. Подготовка устного журнала о деятельности знаменитого земляка учащихся школы.

Тема 3. Сбор материала для школьного краеведческого музея.

Раздел 9. Тимуровское движение

Тема 1. Оказание помощи ветеранам

Раздел 10. Уход за обелиском

Тема 1. Расчистка дорожек в зимнее время

Тема 2. Подготовка выступления на митинге, посвященному дню Победы.

Тема 3. Посадка цветов, деревьев.

Раздел 11. Встречи с интересными людьми

Тема 1. Встреча с военными выпускниками нашей школы по вопросам ориентации на приобретение военных профессий.

Раздел 12. Военно- полевые сборы

Тема 1. Ознакомление с жизнью и деятельностью войск, с особенностями службы и быта военнослужащих.

Тема 2. Марш – бросок на 3 км.

Содержание изучаемого курса (четвертый год обучения)

I. Введение. Летопись родного края .

- Тема1. Военная история современной России.
- Тема2. Встреча с ветеранами тыла ВОВ.
- Тема3. Изучение культурного наследия и творчества жителей родного края.
- Тема4. Изучение истории родной земли, истории нашего Отечества, жизни и деятельности земляков.
- Тема5. Беседа с работниками военкомата о современной Российской армии.
- Тема6. Встреча руководителем отряда Юнармии
- Тема7. Изучение малоизвестных исторических фактов.

II. ОБЖ (самосохранение, оборона, спасение)

- Тема1. Основы здорового образа жизни: вредные привычки.
- Тема2. Преодоление препятствий (бег с преодолением различных полос препятствий индивидуально и в составе группы).
- Тема3. Силовая подготовка.
- Тема4. Основы рукопашного боя.
- Тема5. Основы поведения и способы защиты в чрезвычайных ситуациях.
- Тема6. Просмотр фильмов о выживании в экстремальных ситуациях.
- Тема7. Подготовка и проведение игры «зарница»

III. Основы военной и специальной подготовки

- Тема1. Изучение правовых основ военной службы (Законы РФ, Уставы ВС РФ).
- Тема2. Строевая подготовка.
- Тема3. Конкурс строевой подготовки.
- Тема4. Права и личное достоинство военнослужащего.
- Тема5. Топографическая подготовка.
- Тема6. Проблема духовности и культуры в армии.
- Тема7. Военно-спортивная игра «Зарница»
- Тема8. Подготовка и проведение туристического слёта для учащихся 5-8 классов.
- Тема9. Подведение итогов работы

Содержание изучаемого курса (пятый год обучения)

I. Введение. Летопись родного края .

- Тема1. Военная история современной России.
- Тема2. Встреча с ветеранами тыла ВОВ.
- Тема3. Изучение культурного наследия и творчества жителей родного края.
- Тема4. Изучение истории родной земли, истории нашего Отечества, жизни и деятельности земляков.
- Тема5. Беседа с работниками военкомата о современной Российской армии.
- Тема6. Встреча руководителем отряда Юнармии
- Тема7. Изучение малоизвестных исторических фактов.

II. ОБЖ (самосохранение, оборона, спасение)

- Тема1. Основы здорового образа жизни: вредные привычки.
- Тема2. Преодоление препятствий (бег с преодолением различных полос препятствий индивидуально и в составе группы).
- Тема3. Силовая подготовка.
- Тема4. Основы рукопашного боя.
- Тема5. Основы поведения и способы защиты в чрезвычайных ситуациях.
- Тема6. Просмотр фильмов о выживании в экстремальных ситуациях.

Тема7. Подготовка и проведение игры «зарница»

III. Основы военной и специальной подготовки

Тема1. Изучение правовых основ военной службы (Законы РФ, Уставы ВС РФ).

Тема2. Строевая подготовка.

Тема3. Конкурс строевой подготовки.

Тема4. Права и личное достоинство военнослужащего.

Тема5. Топографическая подготовка.

Тема6. Проблема духовности и культуры в армии.

Тема7. Военно-спортивная игра «Зарница»

Подготовка и проведение туристического слёта для учащихся 5-8 классов.

Подведение итогов работы

7. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Воспитательная деятельность в рамках дополнительного общеобразовательного общеразвивающего военно-патриотического клуба направлена на всестороннее развитие личности ребенка, укрепление его физического здоровья, формирование высоких нравственных качеств и гражданской позиции. Эта программа способствует развитию патриотизма, уважения к историческому наследию своей Родины, готовности защищать её интересы и служить обществу.

Методы и формы работы:

1. Учебно-тренировочные занятия:

- Физическая подготовка (бег, кросс, гимнастика, силовые упражнения).
- Основы рукопашного боя и самообороны.
- Стрельба из пневматического оружия.
- Тактическая подготовка (марш-броски, ориентирование на местности).

2. Теоретические занятия:

- История Вооружённых Сил РФ.
- Боевые традиции и символы российской армии.
- Правовая основа военной службы.
- Этика и мораль военнослужащего.

3. Практические занятия:

- Полевые выходы и учения.
- Лагеря и сборы.
- Участие в соревнованиях и турнирах.

4. Общественная активность:

- Участие в волонтерских акциях и благотворительных мероприятиях.
- Помощь ветеранам и инвалидам.
- Организация и проведение праздников и фестивалей.

Одним из важнейших факторов обеспечения безопасности и стабильности развития государства является состояние здоровья населения, прежде всего детей подростков и молодёжи. Поэтому среди приоритетов в настоящее время важное место занимает формирование здорового образа жизни.

К основным факторам, определяющим здоровый образ жизни отведены:

- отсутствие вредных привычек;
- полноценное и сбалансированное питание;
- физическая активность;
- регулярное осуществление профилактики и прохождение медицинских осмотров;
- режим дня;
- состояние окружающей среды.

Данные факторы решаются через воспитательную деятельность в детском объединении:

- ведется разъяснительная и просветительская работа с обучающимися, родителями;
- идет формирование системы выявления уровня здоровья учащихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения;
- формируется у обучающихся система знаний о здоровьесбережении, мотивации на сохранение здоровья, отсутствие вредных привычек;
- ведется гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- способствуют раскрытию потенциала личности обучающегося, через научно-методическую, воспитательную профориентационную работу.

8.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ:

добиться 100% активности воспитанников клуба в проведении спортивных, туристических, исторических, военно-патриотических конкурсов, соревнований; собрать и пополнить материал для школьного музея о ветеранах Великой Отечественной войны, участниках войн в Афганистане, Чечне, локальных конфликтах; ежемесячно выпускать газету; создать проект о ветеранах Великой Отечественной войне нашего района; оказывать помощь пожилым людям.

Учащиеся должны знать/понимать:

- военную историю (основные события и памятные даты);
- структуру ВС РФ;
- символы МП;
- иметь понятие об Уставах (внутренней, гарнизонной и караульной служб);
- знать устройство оружия (автомат АКМ-74);
- знать приемы огневой подготовки и правила ТБ при стрельбе);
- знать приемы тактической подготовки (военная топография и разведка).

Учащиеся должны уметь:

- выполнять строевые команды и приемы;
- овладеть основными навыками и техниками ведения рукопашного боя;
- производить неполную разборку и сборку АКМ-74 (выполнение норматив);
- выполнить нормативы по ОФП (бег, отжимание, подтягивание на перекладине);
- принимать участие в соревнованиях по самбо и рукопашному бою и самбо;
- принимать участие в смотрах-конкурсах, военизированных сборах и оборонно-спортивных лагерях.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она позволяет ориентировать подростков (допризывную молодежь) на готовность к военной службе, на выбор военной специальности, развитие интереса к выбранной деятельности; приобретение практических навыков, необходимых для прохождения службы в рядах Вооруженных Сил России других силовых структурах, а также для поступления в высшие военные образовательные учреждения профессионального образования, приобретение опыта адаптации в коллективе, межличностных отношений и коллективной деятельности. Ориентировать учащихся на активную гражданскую позицию.

Новизна программы Занятия в системе дополнительного образования изолируют подростков от пагубного влияния улицы, а подготовка по программе способствует развитию физической силы, выносливости, чувства ответственности за порученное дело перед коллективом, которое перерастает в высокое чувство долга перед своим народом, перед Родиной.

Формы подведения итогов реализации программы - промежуточная и аттестация по завершении освоения программы. Сдача нормативов и зачёт по теоретической подготовке. Итоговая аттестация: Участие в соревнованиях и смотрах-конкурсах.

8. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

1. спортивный зал,
2. учебный кабинет,
3. компьютерная техника,
4. информационные ресурсы,
5. макет автомата Калашникова АК-74 - 4,
6. снаряжение магазина - 1,
7. ОЗК - 2,
8. противогазы - 20,
9. пневматическая винтовка - 2,
- 10.оборудование «Лазертаг» - на 10 чел

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.

Учебно-воспитательный процесс организован в школе во внеурочное время в кабинете «Основы военной службы» или в спортивном зале. На занятиях используются: словесные, наглядные и практические методы обучения. Следующие словесные методы: рассказ, объяснение, беседа, дискуссия, лекция, работа с книгой.

Из наглядных методов: метод иллюстраций и метод демонстраций.

Методы основанные на практической деятельности учащихся: упражнения и практические работы.

Одним из направлений работы является деятельность, направленная на организацию здоровьесберегающего учебного процесса, решение следующих задач:

- организация работы с наибольшим эффектом для сохранения и укрепления здоровья;
- создание условий ощущения у детей радости в процессе обучения
- научить детей жить в гармонии с собой и окружающим миром
- воспитание культуры здоровья
- развитие творческих способностей
- мотивация на здоровый образ жизни
- научить детей использовать полученные знания в повседневной жизни
- внедрение инновационных педагогических технологий принятие участия в научно-практических конференциях

Каждое учебно-тренировочное занятие имеет ясную целевую направленность, конкретные и четкие педагогические задачи, которые определяют содержание занятия, выбор методов, средств обучения и воспитания, способов организации учащихся. На каждом занятии решается, как правило, комплекс взаимосвязанных задач: образовательных, оздоровительных и воспитательных. Оздоровительные и воспитательные задачи проходят через весь процесс физического воспитания и решаются на каждом занятии.

Каждое тренировочное занятие является звеном системы учебно-тренировочного процесса, увязанных в логическую последовательность, построенных друг за другом и направленных на освоение учебного материала конкретной темы. В свою очередь темы согласованы между собой, определен объем учебного материала с учетом этапа обучения двигательным действиям, положительного и отрицательного переноса, подготовленности учащихся.

Важнейшим требованием учебно-тренировочного занятия является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом их состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Основой для планирования учебных занятий является материал по овладению двигательным умениям и навыкам.

Модель выпускника военно-патриотического клуба

- Личность с высоким уровнем самосознания, деятельность которой направлена на самосовершенствование;
- Личность с развитыми потребностями в знаниях, умениях, способностях, занимающаяся самосознанием;
- Личность свободная, обладающая чувствами собственного достоинства, ответственности, гражданственности, сознающая свои права и права других людей;
- Личность гуманная с развитыми чувствами милосердия, доброты, с коммуникативными особенностями, любви ко всему живому;
- Физически и психически здоровый человек с потребностью к здоровому образу жизни.

Итогом реализации дополнительной образовательной программы является участие и результаты к в муниципальных и республиканских научно – практических конференциях, муниципальных соревнованиях, посвященных “Дню защитников Отечества”, “Школа безопасности”.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ / КОНТРОЛЯ

Сдача нормативов и зачёт по теоретической подготовке. Итоговая аттестация: Участие в соревнованиях и смотрах-конкурсах. Участие клуба в районных, республиканских соревнованиях: «Вперед юнармейцы», «Зарница», «Победа», «Школа безопасности». В открытых слетах военно-патриотических клубов района, республики, в акциях и фестивалях военно-патриотической направленности.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Текущий контроль уровня теоретических знаний, практических навыков и умений осуществляется на каждом занятии: беседа, опрос, наблюдение педагога за практической деятельностью, просмотры и контрольные упражнения, взаимооценка, оценка педагогом выполненной учащимся работы. После завершения 1 и 2 модуля проводится **промежуточная аттестация**: в виде выполнения тестовых заданий по итогам 1 полугодия в декабре и в виде сдачи контрольных нормативов в конце 2 полугодия в мае - с целью определения уровня усвоения образовательной программы. Уровень освоения программы оценивается по трем уровням:

высокий, средний, низкий.

При аттестации учитывается:

- участие школьников в спортивных соревнованиях, конкурсах разного уровня;
 - проведение экскурсий, военно-спортивных игр («Зарница», «Веселые старты»).
- Уровень освоения программы по итогам изучения *первого учебного модуля* оценивается по трем уровням: **высокий, средний, низкий.**

Тестирование

Воспитанники кружка отвечают на вопросы. За каждый правильный ответ на вопрос ставится 1 балл. Всего 20 вопросов, максимальное число баллов – 20.

Высокий уровень с количеством баллов за работу **16-20 баллов**, что соответствует правильным ответам на 16-20 вопросов.

Средний уровень с количеством баллов за работу **10-15 баллов**, что соответствует правильным ответам на 10-15 вопросов.

Низкий уровень с количеством баллов за работу **менее** чем на 9 вопросов.

11. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бачевский, В. И. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан: Учебно-методическое пособие по разделу «Основы военной службы». – М.: ООО «Редакция журнала «Военные знания», 2001. – 186 с.
2. Беспятова, Н. К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации / Н. К. Беспятова, Д. Е. Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 192 с.
3. Буторина, Т. С. Воспитание патриотизма средствами образования / Т. С. Буторина, Н. П. Овчинникова – СПб: КАРО, 2004. – 224 с.
3. Книга для учителя «Основы подготовки к военной службе», В.А. Васнев и С.А. Чиненный, г. Москва, «Просвещение», 2003 год.
4. «Военно-профессиональная ориентация учащихся», А.А. Волокитин, Н.Н. Грачев, В.А. Жильцов и др., г. Москва, «Дрофа», 2004 год.
5. Пособие по методике строевой подготовки, Военное издательство Министерства обороны, г. М.
6. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации, введенный в действие приказом МО РФ № 600 от 15 декабря 1993 года.
7. Общевоинские Уставы ВС РФ «Строевой Устав», Ростов-на=Дону, «Феникс», 2014.
8. Апакидзе В.В., Дуков Р.Г. Методика строевой подготовки. М., 1988.
9. «Учебно-методическое пособие по начальной военной подготовке» (под общей редакцией Ф.Е. Штыкало, А.И. Аверина) М.: «Просвещение». 1981г.

10. Как выжить в экстремальных ситуациях М.: ЦРИБ «Турист», 1997.

11. Ресурсы Интернет:

www.tatedu.ru – сайт Министерства образования и науки Республики Татарстан;

www.ed.gov.ru – сайт Федерального агентства по образованию Российской Федерации;

www.school-obz.org – информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ;

www.spasatel.ru - сайт газеты «Спасатель» Министерства чрезвычайных ситуаций РФ;

www.terrorunet.ru, www.beslan.ru, www.voina.ru – сайты, где размещены материалы по антитеррору, практические советы по безопасности;

www.rescu aer.ru, www.centrospas.ru, www.emercom.gov.ru – сайты спасателей Министерства чрезвычайных ситуаций Российской Федерации;

www.obzh.ru – информационно-образовательный портал, посвященный обучению и воспитанию основам безопасности жизнедеятельности.

**Теоретический материал тестирования.
Боевые традиции Вооружённых сил, символы воинской чести России.**

1. Дополните предложение. Боевые традиции-это...

- а. система межличностных отношений в воинских коллективах;
- б. народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;
- в. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;
- г. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение уставные и неуставные взаимоотношения.

2. Дополни предложение. Ордена-это...

- а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;
- б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;
- в. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.
- г. почётные награды министра обороны РФ за безупречное служение Родине.

3. Какие государственные награды России и бывшего СССР сохранены в системе госнаград Российской Федерации?

- а. орден Святого Георгия и знак отличия Георгиевский крест;
- б. орден «За заслуги перед Отечеством»;
- в. военные ордена Суворова, Ушакова, Кутузова, Александра Невского, Нахимова;
- г. орден и медаль « За заслуги перед отечеством».

Воинская обязанность.

4. Дополни предложение. Воинская обязанность-это...

- а. особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооружённых силах и других войсках;
- б. установленный государством воинский долг по военной защите своей страны;
- в. установленный государством почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах, Вооружённых сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

5. Что предусматривает воинская обязанность граждан в период мобилизации, военного положения и в военное время?

- а. отсрочку от военной службы;
- б. призыв на военную службу;
- в. прохождение военной службы;
- г. военное обучение;
- д. призыв на военные сборы и их прохождение.

6. Что предусматривает обязательная подготовка к военной службе?

- а. подготовку по основам военной службы в общеобразовательных учреждениях и учебных пунктах органов местного самоуправления,
- б. участие в военно-патриотической работе и подготовку в военно-патриотических объединениях;
- в. членство в какой либо организации, имеющей военную направленность;
- г. овладение одной или несколькими военно-учётными специальностями;

д. прохождение медицинского освидетельствования.

7.Что рекомендуется делать гражданам в рамках добровольной подготовки к военной службе?

а. ежедневно выполнять комплекс упражнений утренней гимнастики.

б. заниматься военно-прикладными видами спорта;

в. обучаться по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в ВУЗах.

г. обучаться в соответствии с дополнительными образовательными программами.

Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования.

8.Дополните предложение. Выживание человека – это...

а. активное существование в среде себе подобных;

б. способ существования белковых тел;

в. активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных условиях;

г. активная деятельность, направленная на улучшение качества жизни и здоровья человека в повседневных условиях.

9.Какие известны основные способы ориентирования на местности?

а. по памяти;

б. по растениям;

в. по небесным светилам;

г. По компасу;

д. по местным признакам.

10.Какие факторы необходимо учесть при оборудовании временного жилища(укрытия)?

а. наличие по близости населённого пункта, где можно взять материалы и инструменты;

б. температуру воздуха и насекомых;

в. наличие материалов, необходимых для строительства укрытия, и продолжительность предполагаемой стоянки;

г. количество и физическое состояние потерпевших бедствие.

11.Для чего предназначается сигнальный костёр?

а. такого не существует;

б. для обеспечения своего местонахождения;

в. для опознавания людей;

г. для подачи сигналов внутри лагеря.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

12.Какие известны факторы воздействия (риска) на здоровье человека?

а. гомеопатические;

б. физические;

в. химические и биологические;

г. социальные и психические.

13.Перечислите основные составляющие тренированности организма человека?

а. сердечно-дыхательная выносливость;

б. сердечная сила и дыхательная выносливость;

в. мышечная сила и выносливость;

г. скоростные качества и гибкость.

14.Каковы основные признаки отравления человека никотином?

- а. покраснение лица, повышение температуры тела;
- б. кашель, тошнота;
- в. головокружение;
- г. горечь во рту.

15. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи при открытых переломах:

- а. придать пострадавшему удобное положение, аккуратно вправить кость в первоначальное положение, наложить повязку и провести иммобилизацию, доставить пострадавшего в лечебное учреждение;
- б. дать обезболивающее средство, провести иммобилизацию конечности, направить пострадавшего в лечебное учреждение;
- в. остановить кровотечение, наложить стерильную повязку, дать обезболивающее средство, провести иммобилизацию, доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

16. Первая медицинская помощь при разрывах связок и мышц — это:

- а. на поврежденное место наложить холод и тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать ему обезболивающее средство, придать поврежденной конечности возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;
- б. на постоянное поддержание здоровья человека независимо от воздействия на него внешних (физических, химических, психических, социальных и т. п.) и внутренних факторов природной среды.

17. Какой метод можно использовать для остановки кровотечения из сосудов кисти или предплечья? Выберите правильный ответ:

- а. поместить в локтевой сустав валик из скатанной материи, согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать предплечье к плечу;
- б. максимально отвести плечи пострадавшего назад и зафиксировать их за спиной широким бинтом;
- в. согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать предплечье к плечу.

18. Какова последовательность оказания первой медицинской помощи при ушибе;

- а. на место ушиба наложить холод и тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;
- б. на место ушиба приложить теплую грелку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;
- в. на место ушиба нанести йодную сетку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение.

19. При иммобилизации бедра, плеча шина обязательно должна захватывать:

- а. два сустава (выше и ниже перелома);
- б. три сустава;
- в. два или три. В зависимости от наличия шин или подручных материалов.

20. Пострадавшему необходима сделать непрямой массаж сердца. Какова последовательность ваших действий:

- а. положить пострадавшего на ровную твердую поверхность, встать на колени с левой стороны от пострадавшего параллельно его продольной оси, на область сердца положить разом две ладони, при этом пальцы рук должны быть разжаты, поочередно надавливать на грудину сначала правой, потом левой ладонью;

б. положить пострадавшего на ровную твердую поверхность, встать на колени с левой стороны от пострадавшего, параллельно его продольной оси, в точку проекции сердца на грудиने положить ладони, пальцы должны быть приподняты, большие пальцы должны смотреть в разные стороны, давить на грудь только прямыми руками, используя вес тела, ладони на отрывать от грудины пострадавшего, частота нажатий должна быть не менее одного раза в секунду;

в. положить пострадавшего на кровать или на диван и встать от него с левой стороны, в точку проекции сердца на грудиने положить ладони, давить на грудину руками с полусогнутыми пальцами поочередно ритмично, через каждые 2-3 секунды.

**Промежуточная аттестация по итогам 2 полугодия
Контрольные упражнения по общей физической подготовке
Возрастные оценочные нормативы для мальчиков**

№	Нормативы	11-12 лет	13-14 лет	15 -16 лет
1	Челночный бег 3x10 м (сек.)	8,5-8,3	8,3-8,0	7,5-7,2
2	Прыжок в длину с места (см.)	165-180	180-190	210
3	Прыжки на скакалке за 1 мин. (раз)	95	110	120
4	Подъем туловища из положения лежа за 1 мин. (раз)	37	41	45
5	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	7	8	12

Возрастные оценочные нормативы для девочек

№	Нормативы	11-12 лет	13-15 лет	16 -17 лет
1	Челночный бег 3x10 м (сек.)	8,8	8,6	8,0
2	Прыжок в длину с места (см.)	155-170	160-175	185
3	Прыжки на скакалке за 1 мин. (раз)	125	120	130
4	Подъем туловища из положения лежа за 1 мин. (раз)	32	37	40
5	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	17	18	20

ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ для проведения зачета:

Строевые приемы и движение без оружия.

1. Строй.
2. Строевая стойка.
3. Повороты на месте.
4. Движение.
5. Повороты в движении.
6. Отдание воинского приветствия.
7. Подход к начальнику и отход от него.
8. Строевые приемы и движение с оружием.
9. Строевая стойка с оружием.
10. Выполнение приема «ремень – отпустить (подтянуть)».
11. Выполнение приемов с автоматом.
12. Выполнение приемов с карабином и ручным пулеметом.
13. Повороты и движение с оружием.
14. Выход из строя, подход к начальнику с оружием и отход от него.
15. Строевое слаживание отделения.
16. Отделение в развернутом строю.
17. Отделение в походном строю.
18. Строевое слаживание взвода.
19. Взвод в развернутом строю.
20. Взвод в походном строю.
21. Строевое слаживание курса.
22. Курс в развернутом строю.
23. Курс в походном строю.

Лист согласования к документу № 16/26 от 18.02.2026
Инициатор согласования: Кутенина Н.А. Директор
Согласование инициировано: 18.02.2026 11:27

Лист согласования		Тип согласования: последовательное		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Кутенина Н.А.		 Подписано 18.02.2026 - 11:27	-