

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Инзенская средняя школа №2 имени П.И. Бодина

РАССМОТРЕНО

на педагогическом совете

Протокол от «29» 08 2023 г.

№ 1

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по ВР

Махмутов А.С. Махмутов А.С.

«30» 08 2023 г.



Директор Шкунова И.К.

«08» 08 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

курса внеурочной деятельности

Название Юнармия

Направление Комплекс воспитательных мероприятий

Класс 6 Б, 8 А

## Пояснительная записка

### **Нормативно-правовое обеспечение разработки и реализации программы курса.**

Программа курса внеурочной деятельности «ЮНАРМИЯ» для обучающихся 5-9-х классов (далее – Программа) разработана с учетом требований и положений, изложенных в следующих документах:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

«Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года». Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р;

приказа Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального гос-ударственного образовательного стандарта основного общего образования» (далее – ФГОС ООО третьего поколения);

приказа Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального госу-дарственного образовательного стандарта основного общего образования» (далее – ФГОС ООО второго поколения); Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования»;

Устав Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «ЮНАРМИЯ» от 28.05.2016;

Положение о региональных отделениях, местных отделениях Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «ЮНАРМИЯ», утвержденное решением Главного штаба ВВПОД «ЮНАРМИЯ», протокол № 4 от 26.01.2017;

приказа Минпросвещения России от 16.11.2022 № 993 «Об утверждении федеральной обра-зовательной программы основного общего образования» (далее – ФОП ООО);

СанПин 2.4.3172-14: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержа-нию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образо-вания детей»;

Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».

Программы воспитания МБОУ Инзенская СШ №2

Основная образовательная программа основного общего образования общеобразовательной организации.

### **Актуальность Программы.**

Программа направлена на формирование у детей патриотизма, ценностного отношения к своей малой и большой Родине, которую нужно оберегать, посредством реализации программы военно-патриотического воспитания детей и молодежи во внеурочной деятельности.

Актуальность Программы заключается в повышении значимости военно-патриотического воспитания обучающихся через интегрированную деятельность по следующим взаимосвязанным направлениям:

- познавательная деятельность;
- туристско-краеведческая деятельность;
- спортивно-оздоровительная деятельность.

Актуальность данной Программы подтверждается словами президента Российской Федерации В.В. Путина: «У нас нет, и не может быть никакой другой объединяющей идеи, кроме патриотизма» и учитывает запросы со стороны детей и родителей на содержание программы военно-патриотического и гражданского воспитания.

**Педагогическая целесообразность Программы.** Всероссийское детско-юношеское военно-патриотическое общественное движение «ЮНАРМИЯ» образовано по инициативе министерства обороны РФ в 2016 году, в целях улучшения патриотического воспитания. Это сравнительно молодое движение, которое растёт и набирает свои обороты. Во многих образовательных организациях движение «ЮНАРМИЯ» реализуется через реализацию модуля «Детские общественные объединения» Примерной программы воспитания. Поэтому в России, и в частности в Саратовской области, не так много действующих общеразвивающих программ для развития детей и подростков в рамках движения «ЮНАРМИЯ», что явилось основанием и вместе с тем новизной разработки данной Программы, с учетом принципиально-качественных изменений в образовании и развитии детей и подростков. Программа основана на комплексном подходе к подготовке молодого человека «новой формации», умеющего жить в современных условиях: компетентного, мобильного, с высокой культурой общения, готового к принятию справедливых решений, умеющего эффективно взаимодействовать с окружающим миром.

Реализация Программы основывается на тесной межпредметной интеграции с дисциплинами «История», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Физическая культура», «География», «Краеведение».

Процесс формирования готовности к защите Отечества у обучающихся строится с учетом имеющихся знаний, жизненного опыта, общих задач обучения и воспитания. Программа способствует освоению учебной информацией лично значимого характера, опираясь на высокую эмоциональность, впечатлительность, восприимчивость, формирования у обучающихся чувства восхищения воинами Вооруженных Сил РФ, формировании желания в будущем встать в их ряды.

При разработке содержания Программы учитывались:

- основные закономерности развития теории военно-патриотического воспитания;
- интегративность – охват многих сфер человеческой деятельности;
- направленность на формирование у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность личности, общества и государства.

Отбор содержания Программы проведен с учетом системного подхода, в соответствии с которым обучающиеся должны освоить содержание, значимое для формирования гуманистического мировоззрения, познавательной, нравственной культуры, ценностного отношения к своему здоровью и мотивационной установки на ведение здорового образа жизни, любви к своему краю и его истории.

#### **Описание места Программы в учебном плане.**

Содержание Программы предполагает ее освоение за 5 лет обучения на уровне основного общего образования с 5 – 9 классов.

Объем Программы на весь курс внеурочной деятельности составляет 170 часов. Программа для обучающихся 5 – 9 классов рассчитана на 2 часа в неделю, 68 часа учебного времени ежегодно.

## **2. Цель и задачи Программы.**

2.1. Цель Программы: формирование активной гражданской позиции, патриотизма у обучающихся посредством вовлечения их в деятельность по приобретению социально значимых знаний о военно-историческом наследии Отечества и престиже военной службы, формированию готовности к выполнению священного долга по защите Родины, следованию идеям здорового образа жизни, воспитанию любви к родному краю.

2.2. Задачи Программы:

- воспитать готовность к защите Отечества, к действиям в экстремальных ситуациях;
- расширить и углубить знания об истории, о многонациональной культуре и

традициях России и родного края;

- обучить начальным знаниям по основам военной службы;
- систематизировать представления о требованиях, предъявляемых к будущему военному служащему, о порядке призыва и прохождения военной службы;
- познакомить со структурой Вооружённых сил, назначением видов и родов войск, их вооружением и боевыми возможностями;
- обучить приёмам стрельбы из пневматического оружия, метания гранаты в цель;
- сформировать умения действовать в строю, в бою, на марше, в наступлении и в обороне;
- сформировать способность осмысливать события и явления действительности во взаимосвязи прошлого, настоящего и будущего;
- сформировать потребность в ведении здорового образа жизни, двигательной активности посредством физического воспитания, физической полготовки, физического развития.

### **Планируемые результаты освоения Программы**

#### **Личностные результаты:**

- осознанное отношение к национальным базовым ценностям, России, своему народу, своему краю, отечественному культурно-историческому наследию, государственной символике, законам РФ, русскому и родному языку, народным традициям, старшему поколению;
- понимание и осознание моральных норм и правил нравственного поведения, в том числе этических норм взаимоотношений в семье, между поколениями, носителями разных убеждений, представителями различных социальных групп;
- положительный опыт взаимодействия со сверстниками, старшим поколением и младшими детьми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- осознание влияния негативных факторов на здоровье каждого человека, группы людей, сообщества в целом;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- потребность заниматься физической культурой и спортом, вести активный образ жизни.

#### **Метапредметные**

Обучающиеся сформируют и разовьют умения

##### *Регулятивные:*

- определять цель своей деятельности на основе имеющихся условий и планировать пути достижения;
- адекватно оценивать свою деятельность, при необходимости вносить коррективы;
- находить достаточные средства для решения учебных задач;

##### *Познавательные:*

- делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о времени, эпохе при знакомстве с работами известных военных конструкторов и действий полководцев;
- организовывать проектно-исследовательскую деятельность;
- находить самостоятельно требуемую информацию, ориентироваться в информации, устанавливать взаимосвязи между событиями и явлениями;
- объяснять содержание и формы современных внутригосударственных и

международных событий, выявлять причинно-следственные связи;

– овладение культурой активного использования печатных изданий и интернет ресурсами.

**Коммуникативные:**

– организовывать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в отряде;

– работать индивидуально, в группе и в коллективе для решения поставленной задачи;

– осуществлять поиск и оценку альтернативных способов разрешения конфликтов, договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

– адекватно использовать

– соблюдать нормы публичного поведения и речи в процессе выступления.

**Предметные:**

***Обучающиеся научатся:***

– использовать элементарные теоретические знания по истории техники и вооружения;

– использовать знания о назначении, организации и основных задачах, выполняемых Вооруженными Силами Российской Федерации, в построении маршрута получения профессионального образования;

– оперировать основными понятиями в области обороны государства;

– описывать порядок подготовки граждан к военной службе; порядок призыва и поступления, прохождения военной службы по призыву, контракту и гражданской службы на военную службу;

– производить неполную и полную разборку автомата Калашникова, его чистку и смазку, снаряжать магазин патронами;

– соблюдать правила и выполнять приемы стрельбы из пневматического и стрелкового оружия;

– правильно выполнять команды в строю и строевые приемы;

– описывать основные виды чрезвычайных ситуаций и их последствия;

– характеризовать способы защиты от оружия массового поражения;

– пользоваться индивидуальными средствами защиты; применять первичные средства пожаротушения;

– правильно действовать в чрезвычайных ситуациях;

– основам выживания в условиях вынужденной автономии;

– характеризовать порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим;

– оказывать первую помощь пострадавшим.

– характеризовать влияние физических упражнений на различные органы и системы организма;

– определять уровень развития физических качеств.

***Обучающийся получит возможность научиться:***

– приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, прослеживать их эволюцию;

– описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;

– выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;

– описывать порядок работы с приборами радиационной и химической разведки и дозиметрического контроля;

- выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК);
- проектировать повышение уровня собственной физической подготовленности.

### **Содержание Программы**

#### **Содержание программы 6 класс**

##### **1. Исторические и боевые традиции Отечества. (7 часов)**

*Тема 1.1. ВВПОД «ЮНАРМИЯ». Основные сведения. Цели и задачи движения (1 ч.).*

Знакомство с Всероссийским детско-юношеским военно-патриотическим общественным движением «ЮНАРМИЯ»: историей создания, уставом, эмблемой, флагом, гимном, клятвой юнармейцев, знаками различия, знаками отличия и иными геральдическими знаками юнармейцев, с формой одежды и её вариантами.

*Тема 1.2. Государственная и военная символика (1 ч.).*

Государственные и воинские символы России — это неотъемлемые атрибуты государства и его армии. Довести Федеральные конституционные законы № 2-ФКЗ «О Государственном гербе Российской Федерации» и № 3-ФКЗ «О Государственном гимне Российской Федерации» от 25 декабря 2000 года.

*Тема 1.3. Основные битвы Великой Отечественной войны (1 ч.).*

Московская битва (1941 - 1942 гг.). Рассмотреть операцию по взятию Москвы под кодовым названием «Тайфун».

Сталинградская битва (1942 - 1943 гг.). Рассмотреть ведение оборонительных боев в городе Сталинград. Рассказать о подвигах воинов при обороне города.

Курская битва (1943 г.). Рассмотреть военную операцию под кодовым названием «Цитадель».

Белорусская операция (1944 г.). Рассказать об одной из крупнейших военных операций в истории.

Берлинская операция (1945 г.).

*Тема 1.4. Города-герои (1 ч.).*

Довести до обучающихся отличие между званиями: «Город воинской славы» (45 городов) и «Город-герой» (13, из них 12 городов и Брестская крепость «крепость-герой»).

Городами-героями являются:

1. Ленинград (Санкт-Петербург)
2. Сталинград (Волгоград)
3. Севастополь
4. Одесса
5. Москва
6. Киев
7. Керчь
8. Новороссийск
9. Минск
10. Тула
11. Мурманск
12. Смоленск
13. Брестской крепости было присвоено уникальное звание «крепость-герой».

Провести тест по знанию городов-героев:

Какие города называют городами-героями?

Какие города стали первыми городами-героями?

Сколько городов-героев было в бывшем Советском Союзе?

Сколько городов-героев находится на территории РФ?

*Тема 1.5. Дети-герои Великой Отечественной войны (1 ч.).*

Рассказать о подвигах детей-героев в годы Великой Отечественной войны.

*Тема 1.6. Герои-ульяновцы:*

Рассказать о героях-ульяновцах, удостоенных звания Герой Советского Союза, проявленные при отражении атаки пятидесяти вражеских танков.

## **2. Основы выживания и поведения в автономии. (8 часов)**

*Тема 2.1. Понятие о спортивной карте (1 ч.).*

Определение понятия «спортивная карта». Общие требования к спортивной карте.

*Тема 2.2. Условные знаки на спортивной карте (1 ч.).*

Условные знаки на спортивной карте. Требования к изображению компонентов ландшафта на спортивной карте.

*Тема 2.3. Ориентирование по горизонту, азимуту. Работа с компасом. (1 ч.).*

Ориентирование по небесным светилам, по различным особенностям местных предметов. Работа с компасом.

*Тема 2.4. Ориентирование по местным предметам (1ч.).*

Ориентирование по местным признакам. Важность изучения главных ориентиров (река, дорога, церковь, деревня).

*Тема 2.5. Действия в случае потери ориентировки (1ч.).*

Действия в случае потери ориентировки, определение горизонта по небесным светилам и местным предметам.

*Тема 2.6. Личное и групповое туристское снаряжение. Рюкзаки. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе (1 ч.).*

Довести до обучаемых комплект личного снаряжения, который зависит от целей, разновидности, продолжительности путешествия, а также климатических условий.

Обязательный минимум, необходимый в походе.

*Тема 2.7. Вязание узлов: туристические узлы «академический», «брамикотовый» (1 ч.).*

Довести до обучаемых случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные и дать практику в их вязании.

*Тема 2.8. Вязание узлов для страховки (незатягивающиеся петли): «простой проводник» (1 ч).*

Довести до обучаемых случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные и дать практику в их вязании.

## **3. Строевая подготовка. (11 часов)**

*Тема 3.1. Строевая стойка (выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Повороты на месте. (1 ч.).*

Разучить по разделениям и в целом порядок выполнения строевого приема «Строевая стойка» и выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Разучить по разделениям повороты на месте.

*Тема 3.2. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, с обозначением шага на месте (1 ч.).*

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 3.3. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом на четыре счета (1 ч.).*

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 3.4. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению*

*строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в замедленном темпе (50—60 шагов в минуту) (1 ч).*

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 3.5. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в уставном темпе (110—120 шагов в минуту) (1 ч).*

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 3.6. Повороты в движении по разделениям на три счета (1 ч).*

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 3.7. Повороты в движении в комплексе (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

*Тема 3.8. Выполнение воинского приветствия на месте по разделениям на два счета (1 ч).*

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 3.9. Выполнение воинского приветствия на месте в комплексе (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

*Тема 3.10. Выход из строя и возвращение в строй по разделениям (1 ч).*

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 3.11. Подход к начальнику и отход от него (1ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

#### **4. Физическая подготовка. (2 часа)**

*Тема 4.1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года) (1 ч).*

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- отжимание от пола;
- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- челночный бег.

*Тема 4.2. Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года) (1 ч).*

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- отжимание от пола;
- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- челночный бег.

#### **5. РХБ защита. (1 час).**

*Тема 5.1. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (1 ч).*

Довести до обучающихся устройство и предназначение средств защиты органов дыхания (респираторы, противогазы, противопыльные тканевые маски и марлевые повязки), средства защиты кожного покрова (защитные костюмы, резиновые сапоги и др.), средства медицинской защиты (индивидуальная аптечка АИ-2, индивидуальный противохимический



пакет, пакет перевязочный индивидуальный).

## **6. Огневая подготовка. (4 часа)**

*Тема 6.1. История развития стрелкового оружия (1 ч).*

Довести до обучающихся историю развития стрелкового оружия, более подробно обратить внимание на стрелковом оружии России.

*Тема 6.2. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова (1 ч).*

Довести до обучающихся назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова.

*Тема 6.3. Последовательность неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74 (1 ч).*

Довести до детей последовательность неполной разборки и сборки после неполной разборки автомата. Дать практику обучающимся в неполной разборке и сборки после неполной разборки автомата Калашникова.

*Тема 6.4. Порядок снаряжения магазина АК (1 ч).*

Дать практику обучающимся в снаряжении магазина АК.

## **7. Оказание первой помощи. (1 час)**

*Тема 7.1. Основы оказания первой медицинской помощи (1 ч).*

Довести до обучающихся общую последовательность действий на месте происшествия. Оказывать первую помощь необходимо в соответствии с «Универсальным алгоритмом оказания первой помощи».

## **8. Исторические и боевые традиции Отечества. (3 часа)**

*Тема 8.1. ВВПОД «ЮНАРМИЯ». Основные сведения. Правила ношения форменной одежды, знаков различия, знаков отличия и иных геральдических знаков участниками ВВПОД «ЮНАРМИЯ» (1 ч).*

Изучение правил ношения форменной одежды, знаков различия, знаков отличия и иных геральдических знаков участниками ВВПОД «ЮНАРМИЯ».

*Тема 8.2. История, символы и геральдика (1 ч).*

Рассказать обучающимся об истории создания и значении государственных символов России.

*Тема 8.3. Ульяновск в годы Великой Отечественной войны (1 ч).*

Дать обучающимся информацию об оборонной промышленности в годы Великой Отечественной войны.

## **9. Основы выживания и поведения в автономии. (9 часов)**

*Тема 9.1. Понятие о топографической карте (1 ч).*

Понятие топографической карты. Области применения топографических карт:

- военные ведомства;
- для проведения геодезических или геологических работ;
- при строительстве и планировании дорожного полотна;
- сельское хозяйство.

*Тема 9.2. Условные знаки на топографической карте (1 ч).*

Условные знаки на топографической карте:

- основные пункты геодезии или геологии;
- особенности рельефа;
- сведения гидрографии;
- границы, дороги;
- коммуникации;
- важные объекты.

*Тема 9.3. Ориентирование по горизонту, азимуту (1 ч).*

Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»).

Определение азимута.

*Тема 9.4. Компас, работа с компасом (1 ч.).*

Компас. Типы компасов. Правила обращения с компасом. Прежде всего, каждый обучающийся должен научиться определять стороны горизонта по компасу, в частности по светящемуся компасу, приспособленному для работы ночью. При тренировке надо добиваться безошибочного определения, как главных направлений сторон горизонта, так и промежуточных и обратных направлений. Умение определять обратные направления очень важно, и при тренировке необходимо уделить ему особое внимание.

*Тема 9.5. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки. (1 ч.)*

Научить обучающихся применять способы определения правильного направления, когда человек заблудился.

*Тема 9.6. Личное и групповое туристское снаряжение. Рюкзаки. (1 ч.).*

Довести до обучающихся содержание и порядок укладки туристического рюкзака, а также порядок сбора после привала.

*Тема 9.7. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе. (1 ч.).*

Изучить порядок действий на малом, обеденном и ночном привалах, а также порядок сбора после привала.

*Тема 9.8. Вязание узлов: туристические узлы «простой проводник», «восьмерка», «серединный австрийский проводник», «двойной проводник», «удавка», «булинь», «стремя» (1 ч.).*

Довести до обучающихся случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные и дать практику в их вязании.

*Тема 9.9. Вязание узлов: узлы для страховки (незатягивающиеся петли): «восьмерка», «серединный австрийский проводник», «двойной проводник» (1 ч.).*

Довести до обучающихся случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные и дать практику в их вязании.

## **10. Строевая подготовка. (13 часов)**

*Тема 10.1. Строевая стойка (выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Повороты на месте (1 ч).*

Разучить по разделениям и в целом порядок выполнения строевого приема «Строевая стойка» и выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»).

*Тема 10.2. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, с обозначением шага на месте (1 ч.).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 10.3. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению*

*строевым шагом на четыре счета (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 10.4. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в замедленном темпе (50—60 шагов в минуту) (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 10.5. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в уставном темпе (110—120 шагов в минуту) (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 10.6. Повороты в движении по разделениям на три счета (1 ч).*

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 10.7. Повороты в движении в комплексе (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

*Тема 10.8. Выполнение воинского приветствия на месте по разделениям на два счета (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 10.9. Выполнение воинского приветствия на месте в комплексе (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

*Тема 10.10. Выход из строя и возвращение в строй по разделениям (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 10.11. Подход к начальнику и отход от него (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

*Тема 10.12. Строевые приемы в движении в составе отделения: смыкание и размыкание отделения (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении смыкания и размыкания отделения. Провести разучивание по разделениям.

*Тема 10.13. Строевые приемы в движении в составе отделения: перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении перестроения отделения. Провести разучивание по разделениям.

## **11. Физическая подготовка. (2 часа)**

*Тема 11.1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года) (1 ч).*

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- челночный бег.

*Тема 11.2. Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года) (1 ч).*

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на

улучшение результатов:

- отжимания от пола;
- бег на 1500 метров.

## **12.РХБ защита. (2 часа)**

*Тема 12.1. Средства индивидуальной защиты (1 ч).*

Обучить обучающихся порядку надевания противогаза ГП-7. Ознакомить с другими видами защитных противогазов.

*Тема 12.2. Порядок надевания средств индивидуальной защиты органов дыхания (1 ч).*

Провести тренировку обучающихся по надеванию противогаза ГП-7.

## **13.Огневая подготовка. (4 часа)**

*Тема 13.1. История развития стрелкового оружия (1 ч).*

Систематизация изученного обучающимися материала по истории развития стрелкового оружия.

*Тема 13.2. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова (1 ч).*

Актуализация знаний обучающихся о назначении, боевых свойствах, общем устройстве и принципах работы автомата Калашникова.

*Тема 13.3. Последовательность неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74 (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении неполной разборки и сборки после неполной разборки автомата Калашникова.

*Тема 13.4. Порядок снаряжения магазина АК (1 ч).*

Тренировать обучающихся в снаряжении магазина автомата Калашникова.

## **14. Оказание первой помощи. (1 час)**

*Тема 14.1. Основы оказания первой медицинской помощи (1 ч).*

Довести до обучающихся предназначение и порядок проведения искусственной вентиляции лёгких (ИВЛ). Обучить обучающихся проведению ИВЛ.

## **Содержание программы 8 класс**

### **1. Исторические и боевые традиции Отечества. (2 часа)**

*Тема 1.1. Символы воинской чести (1 ч).*

Что входит в понятие «Государственные и воинские символы России».

Изучение Государственного гимна России. Характеристика боевых знамен как символ воинской чести. Какова роль воинских званий и наград как символов воинской чести.

*Тема 1.2. Ульяновск в годы Великой Отечественной войны (1 ч).*

Дать обучающимся информацию об эвакуационных госпиталях в годы ВОВ.

### **2. Основы выживания и поведения в автономии. (6 часов)**

*Тема 2.1. Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки (1 ч).*

Условные знаки топографических карт:

- размеры и цвет условных знаков;
- населенные пункты;
- промышленные, сельскохозяйственные и социально-культурные объекты;

- шоссейные и грунтовые дороги, тропы;
- гидрография.

*Тема 2.2. Ориентирование по горизонту, азимуту. Работа с компасом. Ориентирование в населенном пункте (1 ч).*

Необходимо научить обучающихся ориентированию в населенном пункте с помощью:

- мобильных приложений;
- схем нумерации домов;
- сторон горизонта и постройки;
- ориентирования по религиозным постройкам.

*Тема 2.3. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки. (1 ч)*

Обучить детей порядку действий при передаче информации спасателям используя специальные знаки международной кодовой таблицы символов, сигналы костром, сигналы зеркалом.

*Тема 2.4. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний (1 ч).*

Довести до обучающихся и разобрать:

- как мыться в походе;
- как стирать одежду;
- как организовать туалет в походе;
- что положить в походный рюкзак.

*Тема 2.5. Личное и групповое туристское снаряжение. Рюкзаки. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе. (1 ч)*

Разобрать с обучающимися следующие положения:

- подготовка к походу;
- составление раскладки в поход;
- заготовка продуктов впрок;
- питание в походе.

*Тема 2.6. Вязание узлов. (1ч)*

Довести до обучающихся случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные. Дать практику в вязании туристических узлов «простой проводник», «восьмерка», «серединный австрийский проводник», «двойной проводник», «судавка», «булинь», «стремя».

### **3. Строевая подготовка. (11 часов)**

*Тема 3.1. Строевая стойка (выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Повороты на месте. (1 ч).*

Разучить по разделениям и в целом порядок выполнения строевого приема «Строевая стойка» и выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»).

*Тема 3.2. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, с обозначением шага на месте (1 ч.)*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 3.3. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом на четыре счета (1 ч.).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 3.4. Повороты в движении (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении поворотов в движении в комплексе.

*Тема 3.5. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении (1*

ч).

Тренировать обучающихся в выполнении воинского приветствия на месте в комплексе.

*Тема 3.6. Выход из строя и возвращение в строй по разделениям (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 3.7. Выход из строя и возвращение в строй в комплексе (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

*Тема 3.8. Строевые приемы в движении в составе отделения: смыкание и размыкание отделения (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении смыкания и размыкания отделения. Провести разучивание по разделениям.

*Тема 3.9. Строевые приемы в движении в составе отделения: перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении перестроения отделения. Провести разучивание по разделениям.

*Тема 3.10. Действия в составе отделения на месте (1 ч).*

Довести до обучающихся порядок действий в составе отделения под барабан, оркестр. Провести разучивание по разделениям и тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

*Тема 3.11. Действия в составе отделения в движении (1 ч).*

Довести до обучающихся порядок движения в составе отделения под барабан, оркестр. Провести разучивание по разделениям и тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

#### **4. Физическая подготовка. (2 часа)**

*Тема 4.1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года) (1 ч).*

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- бег на 60 метров.

*Тема 4.2. Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года) (1 ч).*

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- подтягивание из виса на высокой перекладине;
- бег на 2000 метров.

#### **5. РХБ защита. (3 часа).**

*Тема 5.1. Средства индивидуальной защиты (1 ч).*

Изучить с обучающимися назначение, комплектацию и порядок надевания общевойскового защитного комбинезона.

*Тема 5.2. Порядок надевания общевойскового защитного комбинезона (1 ч).*

Провести тренировку обучающихся по надеванию общевойскового защитного комбинезона.

*Тема 5.3. Приборы радиационной, химической разведки (1 ч).*

Изучить с обучающимися назначение, классификация и общее устройство приборов

радиационной и химической разведки: индикаторы радиоактивности ДП-63, ДП-63Н, рентгенометры ДП-2 и ДП-3, рентгенометры-радиометры ДП-5 и ДП-5-А.

## **6. Огневая подготовка. (8 часов)**

*Тема 6.1. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата (1 ч).*

Систематизация изученного материала, напомнить обучающимся назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова.

*Тема 6.2. Последовательность неполной разборки и сборки АК-74. Порядок снаряжения магазина АК (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении неполной разборки и сборки после неполной разборки автомата Калашникова и порядок снаряжения магазина АК.

*Тема 6.3. Правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки (1 ч).*

Довести до обучающихся требования безопасности и затем последовательно изучить устройство, правила изготовления и прицеливания из пневматической винтовки. На занятиях необходимо проконтролировать прицеливания каждым учеником.

*Тема 6.4. Порядок выполнения упражнения по стрельбе. Изготовка для стрельбы - требования и принципы. Разучивание изготовки для стрельбы (лежа, сидя и стоя) (1 ч).*

Изготовка для стрельбы - требования и принципы. Разучивание изготовки для стрельбы ( лежа, сидя и стоя).

*Тема 6.5. Техника прицеливания. Нажим на спусковой крючок. Дыхание при стрельбе. Разучивание выстрела.(1 ч).*

Техника прицеливания, нажим на спусковой крючок. Нужно разместить концентрически мишень, кольцо и диоптр, и попасть в самый центр мишени.

Стрелка нужно научить, правильному прицеливанию. Ему нужно показать на рисунке, как элементы прицела расположены в соответствии с черным кругом. Затем ему должна быть предоставлена винтовка на опоре для самостоятельного прицеливания, с тем, чтобы он повторил то изображение, которое он видел. Когда он усвоит, как расположены элементы прицела относительно мишени, он может практиковать прицеливание, находясь в положении для стрельбы.

*Тема 6.6. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия: упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени (1 ч).*

Перед началом занятия довести требование безопасности. Занятие необходимо проводить с помощником руководителя на учебном месте. Количество стреляющих зависит от возможностей стрелкового тира. Упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени.

*Тема 6.7. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия: упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени (1 ч).*

Перед началом занятия довести требование безопасности. Занятие необходимо проводить с помощником руководителя на учебном месте. Количество стреляющих зависит от возможностей стрелкового тира. Упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени.

*Тема 6.8. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия: упражнение на дистанции 10 метров 8 выстрелами по круглой мишени (1 ч).*

Перед началом занятия довести требование безопасности. Занятие необходимо проводить с помощником руководителя на учебном месте. Количество стреляющих зависит от возможностей стрелкового тира. Упражнение на дистанции 10 метров 8 выстрелами по круглой мишени.

## **7. Оказание первой помощи. (2 часа)**

*Тема 7.1. Основы оказания первой медицинской помощи (1 ч).*

Обучить обучающихся делать непрямой массаж сердца.

*Тема 7.2. Правила медицинской помощи при переломах (1 ч).*

Довести до обучающихся общую классификацию переломов. Проводится на основании степени разрыва (повреждения) кости. Прежде всего, различают полные и неполные переломы, а также открытые и закрытые, со смещением костных обломков и без него. Довести общие признаки, на основании которых у человека предварительно диагностируют перелом:

- рука, нога, позвоночник или таз деформированы;
- сильная боль в повреждённом месте;
- положение конечности выглядит неестественным;
- наблюдаются кровоизлияния и отёки.

## **8. Исторические и боевые традиции Отечества. (2 часа)**

*Тема 8.1. Ульяновцы в локальных войнах: в Афганистане, на Северном Кавказе, в странах Африки, Центральной и Средней Азии, Приднестровье, Азербайджане (1 ч).*

Ульяновцы принимали участие в более 20 локальных войнах и миротворческих акциях: в Афганистане, на Северном Кавказе, в странах Африки, Центральной и Средней Азии, Приднестровье, Азербайджане.

*Тема 8.2. Ульяновцы в локальных войнах: в Абхазии, Южной Осетии, Венгрии, Югославии, на Кубе и в Сирии (1 ч).*

Ульяновцы принимали участие в более 20 локальных войнах и миротворческих акциях: в Абхазии, Южной Осетии, Венгрии, Югославии, на Кубе и в Сирии.

## **9. Основы выживания и поведения в автономии. (3 часа)**

*Тема 9.1. Ориентирование по горизонту, азимуту. Работа с компасом (1 ч).*

Научить обучающихся порядку ориентирования в лесу. (1 ч).

Наиболее простые и распространенные методы ориентирования:

- по деревьям;
- по мхам и лишайникам;
- по муравейникам;
- по крестам храмов (церквей);
- по просекам;
- по солнцу;
- по звездам;
- по луне.

*Тема 9.2. Измерение расстояний. Способы ориентирования. (1 ч).*

Изучить различные способы определения расстояний на местности: по карте, аэрофотоснимку, с помощью дальномера и т.д.

Изучить более простые способы измерения, такие как: определение расстояний на глаз, по угловым и линейным размерам предметов, промером шагами, по времени движения, по соотношению скоростей света и звука, на слух.

*Тема 9.3. Вязание узлов. (1 ч).*

Довести до обучаемых случаи необходимости знания порядка вязания различных узлов, законспектировать данные. Дать практику в вязании узлов для страховки



(незатягивающиеся петли): «восьмерка», «серединный австрийский проводник», «двойной проводник».

## **10. Строевая подготовка. (10 часов)**

*Тема 10.1. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, тренировка с обозначением шага на месте, тренировка в движении строевым шагом на четыре счета. (1 ч.)*

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 10.2. Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, тренировка в движении строевым шагом в замедленном темпе (50—60 шагов в минуту), тренировка в движении строевым шагом в уставном темпе (110—120 шагов в минуту). (1 ч.)*

Довести до обучающихся порядок выполнения строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 10.3. Повороты в движении. (1ч.)*

Тренировать обучающихся в выполнении поворотов в движении в комплексе.

*Тема 10.4. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. (1ч)*

Тренировать обучающихся в выполнении воинского приветствия на месте в комплексе.

*Тема 10.5. Выход из строя и возвращение в строй по разделениям (1 ч.)*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов, провести их разучивание по разделениям.

*Тема 10.6. Выход из строя и возвращение в строй в комплексе (1 ч.)*

Тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

*Тема 10.7. Строевые приемы в движении в составе отделения: смыкание и размыкание отделения (1 ч.)*

Тренировать обучающихся в выполнении смыкания и размыкания отделения. Провести разучивание по разделениям.

*Тема 10.8. Строевые приемы в движении в составе отделения: перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно (1 ч.)*

Тренировать обучающихся в выполнении перестроения отделения. Провести разучивание по разделениям.

*Тема 10.9. Действия в составе отделения на месте (1 ч.)*

Довести до обучающихся порядок действий в составе отделения под барабан, оркестр. Провести разучивание по разделениям и тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

*Тема 10.10. Действия в составе отделения в движении (1 ч.)*

Довести до обучающихся порядок движения в составе отделения под барабан, оркестр. Провести разучивание по разделениям и тренировать обучающихся в выполнении строевых приемов.

## **11. Физическая подготовка. (7 часов)**

*Тема 11.1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года) (1 ч.)*

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- поднимание туловища из положения лежа на спине;

- бег на 100 метров;
- бросание мяча.

*Тема 11.2. Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года) (1 ч).*

Прием зачетов для проверки уровня физической подготовки, постановка задач на улучшение результатов:

- подтягивание из виса на высокой перекладине;
- бег на 2000 метров.

*Тема 11.3. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения (1 ч).*

Изучить с учениками технику выполнения упражнений на развитие силовых качеств с различным оборудованием. Приспособления с отягощениями или для отягощений – рюкзаки, ремни, лямки, пояса, цепи и др.; уличные тренажеры – модули воркаута для тренировки разных групп мышц.

*Тема 11.4. Круговая тренировка общефизической направленности (1 ч).*

Круговая тренировка. Количество упражнений 5-7, предназначенных для разных групп мышц, с небольшим интервалом отдыха между подходами. Перерыв должен быть между завершённым циклом из 5-7 выполненных упражнений, а не между каждым из видов нагрузок.

Упражнения учитель подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучаемых.

*Тема 11.5. Круговая тренировка на развитие силы (1 ч).*

Круговая тренировка. Как правило задействуют 2-3 группы мышц. Количество упражнений 2-3, количество повторений 3-4 предназначенных для одной группы мышц, с небольшим интервалом отдыха между подходами. Упражнения учитель подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучаемых.

*Тема 11.6. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости (1 ч).*

Вариант:

1. Прыжки на скамейку с последующим быстрым спрыгиванием.
2. Прыжки «кенгуру».
3. Из положения лежа на животе - руки вверх, прогнуться.
4. Из положения лежа на спине одновременно поднять ноги и туловище.
5. Сидя на скамейке, держась за нее руками, поднимать и опускать прямые ноги, пола не касаться.
6. Из положения стоя бросить набивной мяч (0,5 кг) вверх, присесть, встать и поймать мяч.
7. Отжимания от пола.
8. Из положения руки в стороны, набивной мяч (0,5 кг) в левой руке. Бросить мяч через голову в правую руку и наоборот.
9. Из положения лежа на спине, руки с набивным мячом (0,5-1 кг) вытянуты вперед, быстро поднимать и опускать руки в исходное положение. Упражнения учитель подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучаемых.

*Тема 11.7. Круговая тренировка повышенной интенсивности (1 ч)*

Экстенсивный интервальный метод

Тренировка протекает с индивидуальной дозировкой в 50–60% от максимального теста (МТ).

1 вариант:

В активном тренировочном темпе за 15 секунд выполнить как можно большее количество повторений упражнения с нагрузкой в 50% МТ. Затем следует пауза в 30 сек., и упражнение повторяется вновь в течение 15 сек. и т.д. Серия может состоять из 3–5

подходов. Для перехода к выполнению следующего упражнения с таким же количеством серий, пауза уже 30–90 сек. в зависимости от интенсивности выполнения упражнения и физической подготовленности занимающегося. Паузы между кругами могут быть от трех до пяти минут.

2 вариант:

Режим нагрузки: 30 секунд работы в каждом упражнении и 30 секунд – пауза. Темп спокойный, из расчета 15–20 повторений. Нагрузку повышают, увеличивая ее объем в заданный временной отрезок. Упражнения учитель подбирает исходя из возможностей материальной базы учебного заведения и физического развития обучаемых.

## **12. РХБ защита. (3 часа)**

*Тема 12.1. Средства индивидуальной защиты. (1 ч).*

Тренировать обучающихся в правильности и быстроте надевания ОЗК, а также порядка действий после выхода из района заражения.

*Тема 12.2. Средства коллективной защиты. (1 ч).*

Довести до обучающихся назначение, общее устройство средств коллективной защиты, их классификацию. Общие правила использования и требования безопасности при работе со средствами коллективной защиты

*Тема 12.3. Приборы радиационной, химической разведки(1 ч).*

Изучить с обучающимися порядок работы с приборами радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.

## **13. Огневая подготовка. (6 часов)**

*Тема 13.1. Последовательность неполной разборки и сборки АК-74. Порядок снаряжения магазина АК. (1 ч).*

Тренировать детей в выполнении неполной разборки и сборки после неполной разборки автомата Калашникова и порядок снаряжения магазина АК.

*Тема 13.2. Порядок выполнения упражнения по стрельбе. Изготовка для стрельбы требования и принципы. Разучивание изготовки, лежа, сидя и стоя. (1 ч).*

Напомнить обучаемым правила изготовки к стрельбе различными способами, выполнить норматив № 1 по огневой подготовке.

*Тема 13.3. Техника прицеливания. Нажим на спусковой крючок. Дыхание при стрельбе. Разучивание выстрела. (1 ч)*

Дыхание при производстве выстрела, обеспечивающие правильный спуск. Характер и степень колебания оружия при производстве выстрела. Зависимость правильного управления спуском от отладки спускового механизма. Спуски на винтовках. Спуски на пистолетах. Дыхание и спуск в стрельбе из винтовки и пистолета.

*Тема 13.4. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия: упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени (1 ч).*

Перед началом занятия довести требование безопасности. Занятие необходимо проводить с помощником руководителя на учебном месте. Количество стреляющих зависит от возможностей стрелкового тира. Упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени.

*Тема 13.5. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия: упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени (1 ч).*

Перед началом занятия довести требование безопасности. Занятие необходимо проводить с помощником руководителя на учебном месте. Количество стреляющих зависит от возможностей стрелкового тира. Упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени.

*Тема 13.6. Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия: упражнение на дистанции 10 метров 8 выстрелами по круглой мишени (1 ч).*

Перед началом занятия довести требование безопасности. Занятие необходимо проводить с помощником руководителя на учебном месте. Количество стреляющих зависит от возможностей стрелкового тира. Упражнение на дистанции 10 метров 8 выстрелами по круглой мишени.

#### **14. Оказание первой помощи (3 часа).**

*Тема 14.1. Основы оказания первой медицинской помощи (1 ч).*

Тренировать обучающихся в выполнении непрямого массажа сердца.

*Тема 14.2. Правила медицинской помощи при наружных и внутренних кровотечениях (1 ч).*

Довести до обучающихся способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки.

*Тема 14.3. Правила медицинской помощи при переломах (1 ч).*

Обучить обучающихся порядку изготовления различного рода шин и дать практику в их наложении.

### **Календарно-тематическое планирование (6 класс)**

<b>№ раздела, темы, урока</b>	<b>Наименование раздела, темы, урока</b>	<b>Количество учебных часов</b>
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
<b>Раздел 1. ИСТОРИЧЕСКИЕ И БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ОТЕЧЕСТВА. (7 ч)</b>		
1.1	ВВПОД «ЮНАРМИЯ». Основные сведения. Цели и задачи движения.	1
1.2	Государственная и военная символика.	1
1.3	Основные битвы Великой Отечественной войны.	1
1.4	Города-герои	1
1.5	Дети-герои Великой Отечественной войны.	1
1.6	Герои-саратовцы: Анохин С.Г., Антонов В.С., Аронова Р.Е., Батавин П.Ф., Благодаров К.В.	1
1.7	Герои-саратовцы: Блинов П.Ф., Венцов В.К., Гнусаров А.Я., Зарубин В.С., Клочков В.Г.	1
	<b><i>Итого за 1 раздел</i></b>	<b><i>7</i></b>
<b>Раздел 2. ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ И ПОВЕДЕНИЯ В АВТОНОМИИ. (8ч)</b>		
2.1	Понятие о спортивной карте.	1
2.2	Условные знаки на спортивной карте.	1

2.3	Ориентирование по горизонту, азимуту. Работа с компасом	1
2.4	Ориентирование по местным предметам.	1
2.5	Действия в случае потери ориентировки.	1
2.6	Личное и групповое туристское снаряжение. Рюкзаки. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе.	1
2.7	Вязание узлов: туристические узлы «академический», «брамшкотовый».	1
2.8	Вязание узлов для страховки (незатягивающиеся петли): «простой проводник».	1
	<b>Итого за 2 раздел</b>	<b>8</b>
<b>Раздел 3. СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА. (11 ч)</b>		
3.1	Строевая стойка (выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Повороты на месте.	1
3.2	Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, с обозначением шага на месте.	1
3.3	Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом на четыре счета.	1
3.4	Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в замедленном темпе (50—60 шагов в минуту).	1
3.5	Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в уставном темпе (110—120 шагов в минуту).	1
3.6	Повороты в движении по разделениям на три счета.	1
3.7	Повороты в движении в комплексе.	1
3.8	Выполнение воинского приветствия на месте по разделениям на два счета.	1
3.9	Выполнение воинского приветствия на месте в комплексе.	1
3.10	Выход из строя и возвращение в строй по разделениям.	1
3.11	Подход к начальнику и отход от него	1
	<b>Итого за 3 раздел</b>	<b>11</b>
<b>Раздел 4. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА. (2 ч)</b>		

4.1	Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года).	1
4.2	Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года).	1
	<b>Итого за 4 раздел</b>	<b>2</b>
<b>Раздел 5. РХБ ЗАЩИТА. (1ч)</b>		
5.1	Средства индивидуальной защиты органов дыхания.	1
	<b>Итого за 5 раздел</b>	<b>1</b>
<b>Раздел 6. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА. (4 ч)</b>		
6.1	История развития стрелкового оружия.	1
6.2	Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова.	1
6.3	Последовательность неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74.	1
6.4	Порядок снаряжения магазина АК.	1
	<b>Итого за 6 раздел</b>	<b>4</b>
<b>Раздел 7. ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ (1 ч).</b>		
7.1	Основы оказания первой медицинской помощи.	1
	<b>Итого за 7 раздел</b>	<b>1</b>
<b>Раздел 8. ИСТОРИЧЕСКИЕ И БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ОТЕЧЕСТВА. (3 ч)</b>		
8.1	ВВПОД «ЮНАРМИЯ». Основные сведения. Правила ношения <del>форменной одежды, знаков различия, знаков отличия и знаков</del>	1
8.2	История, символы и геральдика.	1
8.3	Ульяновск в годы Великой Отечественной войны.	1
	<b>Итого за 8 раздел</b>	<b>3</b>
<b>Раздел 10. ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ И ПОВЕДЕНИЯ В АВТОНОМИИ. (9 ч)</b>		
9.1	Понятие о топографической карте.	1
9.2	Условные знаки на топографической карте.	1
9.3	Ориентирование по горизонту, азимуту.	1
9.4	Компас, работа с компасом.	1
9.5	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	1
9.6	Личное и групповое туристское снаряжение. Рюкзаки.	1

9.7	Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе.	1
9.8	Вязание узлов: туристические узлы «простой проводник», «восьмерка», «серединный австрийский проводник», «двойной проводник», «удавка», «булинь», «стремля».	1
9.9	Вязание узлов: узлы для страховки (незатягивающиеся петли): «восьмерка», «серединный австрийский проводник», «двойной проводник».	1
	<b>Итого за 10 раздел</b>	<b>9</b>
<b>Раздел 10. СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА. (13 ч)</b>		
10.1	Строевая стойка (выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Повороты на месте.	1
10.2	Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, с обозначением шага на месте.	1
10.3	Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом на четыре счета.	1
10.4	Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в замедленном темпе (50—60 шагов в минуту)	1
10.5	Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении строевым шагом на два счета, в уставном темпе (110—120 шагов в минуту)	1
10.6	Повороты в движении по разделениям на три счета.	1
10.7	Повороты в движении в комплексе.	1
10.8	Выполнение воинского приветствия на месте по разделениям на два счета.	1
10.9	Выполнение воинского приветствия на месте в комплексе.	1
10.10	Выход из строя и возвращение в строй по разделениям.	1
10.11	Подход к начальнику и отход от него.	1
10.12	Строевые приемы в движении в составе отделения: смыкание и размыкание отделения.	1

10.13	Строевые приемы в движении в составе отделения: перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно.	1
	<i>Итого за 10 раздел</i>	<i>13</i>
<b>Раздел 11. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА. (2 ч)</b>		
11.1	Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, <del>поворотливость, быстротой</del> <del>поворотом, слезки</del> <del>тестов</del> <del>физической</del>	1
11.2	Определение уровня физических качеств: выносливость, <del>скорость</del> <del>поворотливости</del> <del>поворотом</del> <del>слезки</del> <del>тестов</del> <del>физической</del>	1
	<i>Итого за 11 раздел</i>	<i>2</i>
<b>Раздел 12. РХБ ЗАЩИТА. (2 ч)</b>		
11.1	Средства индивидуальной защиты.	1
11.2	Порядок надевания средств индивидуальной защиты органов <del>дыхания</del>	1
	<i>Итого за 12 раздел</i>	<i>2</i>
<b>Раздел 13. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА. (4ч)</b>		
13.1	История развития стрелкового оружия.	1
13.2	Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова.	1
13.3	Последовательность неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74.	1
13.4	Порядок снаряжения магазина АК.	1
	<i>Итого за 13 раздел</i>	<i>4</i>
<b>Раздел 14. ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ. (1ч)</b>		
14.1	Основы оказания первой медицинской помощи.	1
	<i>Итого за 14 раздел</i>	<i>1</i>
<b>Итого:</b>		<b>68</b>

### Календарно-тематическое планирование (8 класс)

№ раздела, темы урока	Наименование раздела, темы, урока	Количество учебных часов
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
<b>Раздел 1. ИСТОРИЧЕСКИЕ И БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ОТЕЧЕСТВА. (2ч)</b>		
1.1	Символы воинской чести.	1



1.2	Ульяновск в годы Великой Отечественной войны.	1
	<b>Итого за 1 раздел</b>	<b>2</b>
<b>Раздел 2. ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ И ПОВЕДЕНИЯ В АВТОНОМИИ. (6 ч)</b>		
2.1	Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки.	1
2.2	Ориентирование по горизонту, азимуту. Работа с компасом. Ориентирование в населенном пункте.	1
2.3	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	1
2.4	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний.	1
2.5	Личное и групповое туристское снаряжение. Рюкзаки. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе.	1
2.6	Вязание узлов: «простой проводник», «восьмерка», «серединный австрийский проводник», «двойной проводник», «удавка», «булинь», «стремя».	1
	<b>Итого за 2 раздел</b>	<b>6</b>
<b>Раздел 3. СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА. (11ч)</b>		
3.1	Строевая стойка (выполнение команд «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ»). Повороты на месте.	1
3.2	Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом, тренировка в движении руками, с обозначением шага на месте	1
3.3	Строевой и походный шаг: последовательность обучения движению строевым шагом на четыре счета.	1
3.4	Повороты в движении.	1
3.5	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	1
3.6	Выход из строя и возвращение в строй по разделениям.	1
3.7	Выход из строя и возвращение в строй в комплексе.	1
3.8	Строевые приемы в движении в составе отделения: смыкание и размыкание отделения.	1
3.9	Строевые приемы в движении в составе отделения: перестроение отделения из одной шеренги в две и обратно.	1
3.10	Действия в составе отделения на месте.	1

3.11	Действия в составе отделения в движении.	1
	<b>Итого за 3 раздел</b>	<b>11</b>
<b>Раздел 4. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА. (2 ч)</b>		
4.1	Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в начале учебного года).	1
4.2	Определение уровня физических качеств: выносливость, силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности (по одному часу в конце учебного года).	1
	<b>Итого за 4 раздел</b>	<b>2</b>
<b>Раздел 5. РХБ ЗАЩИТА. (3 ч)</b>		
5.1	Средства индивидуальной защиты.	1
5.2	Порядок надевания общевойскового защитного комбинезона.	1
5.3	Приборы радиационной, химической разведки.	1
	<b>Итого за 5 раздел</b>	<b>3</b>
<b>Раздел 6. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА. (8ч)</b>		
6.1	Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.	1
6.2	Последовательность неполной разборки и сборки АК-74. Порядок снаряжения магазина АК.	1
6.3	Правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.	1
6.4	Порядок выполнения упражнения по стрельбе. Изготовка для стрельбы: требования и принципы. Разучивание изготовки для стрельбы: лежа, сидя и стоя.	1
6.5	Техника прицеливания. Нажим на спусковой крючок. Дыхание при стрельбе. Разучивание выстрела.	1
6.6	Упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени.	1
6.7	Упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени.	1
6.8	Упражнение на дистанции 10 метров 8 выстрелами по круглой мишени.	1
	<b>Итого за 6 раздел</b>	<b>8</b>
<b>Раздел 7. ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ. (2ч)</b>		

7.1	Основы оказания первой медицинской помощи. Непрямой массаж сердца.	1
7.2	Правила медицинской помощи при переломах.	1
	<b>Итого за 7 раздел</b>	<b>2</b>
<b>Раздел 8. ИСТОРИЧЕСКИЕ И БОЕВЫЕ ТРАДИЦИИ ОТЕЧЕСТВА. (2ч)</b>		
8.1	Ульяновцы в локальных войнах: в Афганистане, на Северном	1
8.2	Ульяновцы в локальных войнах: в Абхазии, Южной Осетии,	1
	<b>Итого за 8 раздел</b>	<b>2</b>
<b>Раздел 9. ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ И ПОВЕДЕНИЯ В АВТОНОМИИ. (3ч)</b>		
9.1	Ориентирование по горизонту, азимуту. Работа с компасом.	1
9.2	Измерение расстояний. Способы ориентирования.	1
9.3	Вязание узлов для страховки (незатягивающиеся петли):	1
	<b>Итого за 9 раздел</b>	<b>3</b>
<b>Раздел 10. СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА. (10ч)</b>		
10.1	Строевой и походный шаг: последовательность обучения	1
10.2	Строевой и походный шаг: последовательность обучения	1
10.3	Повороты в движении.	1
10.4	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в	1
10.5	Выход из строя и возвращение в строй по разделениям.	1
10.6	Выход из строя и возвращение в строй в комплексе.	1
10.7	Строевые приемы в движении в составе отделения: смыкание и	1
10.8	Строевые приемы в движении в составе отделения:	1
10.9	Действия в составе отделения на месте	1
10.10	Действия в составе отделения в движении	1
	<b>Итого за 10 раздел</b>	<b>10</b>
<b>Раздел 11. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (7ч)</b>		
11.1	Определение уровня физических качеств: сила, скоростная	1
11.2	Определение уровня физических качеств: сила, скоростная	1
11.3	Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах,	1
11.4	Круговая тренировка общефизической направленности.	1
11.5	Круговая тренировка на развитие силы.	1
11.6	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.	1
11.7	Круговая тренировка повышенной интенсивности.	1
	<b>Итого за 11 раздел</b>	<b>7</b>

<b>Раздел 12. РХБ ЗАЩИТА. (3ч)</b>		
12.1	Средства индивидуальной защиты. Порядок надевания	1
12.2	Средства коллективной защиты.	1
12.3	Приборы радиационной, химической разведки.	1
	<b>Итого за 12 раздел</b>	<b>3</b>
<b>Раздел 13. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА. (6ч)</b>		
13.1	Последовательность неполной разборка и сборки АК-74. Порядок снаряжения магазина АК.	1
13.2	Порядок выполнения упражнения по стрельбе. Изготовка для стрельбы требования и принципы. Разучивание изготовки, лежа, сидя и стоя.	1
13.3	Техника прицеливания. Нажим на спусковой крючок. Дыхание при стрельбе. Разучивание выстрела.	1
13.4	Упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени.	1
13.5	Упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени.	1
13.6	Упражнение на дистанции 10 метров 8 выстрелами по круглой мишени.	1
	<b>Итого за 13 раздел</b>	<b>6</b>
<b>Раздел 14. ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ. ( 3ч)</b>		
14.1	Основы оказания первой медицинской помощи. Непрямой массаж сердца.	1
14.2	Правила медицинской помощи при наружных и внутренних кровотечениях.	1
14.3	Правила медицинской помощи при переломах.	1
	<b>Итого за 14 раздел</b>	<b>3</b>
<b>Итого:</b>		<b>68</b>

## Список литературы

### Список основной литературы:

1. Воробьёв Ю.Л. «Основы безопасности жизнедеятельности» - М, 2018г (5-9 класс);
2. Воробьёв Ю.Л. «Основы безопасности жизнедеятельности» - М, 2018г (8 класс);
3. Выдрин И.Ф. «Начальная военная подготовка» - М, 2017г;
4. Синяев А.Д. «В помощь призывнику» - М, 2017г;
5. Домушин А.П. «Первые и впервые» - М, 2014г;
6. Зырянов А.А. «Общевоинские уставы» - М, 2014г;
7. Лутовинов В.И. «Подготовка учащейся молодёжи к защите Отечества и военной службе» - М, 2003г;
8. Махальцов В.Д. «Проблемы патриотического воспитания: опыт, перспективы» - Новосибирск, 2005г;
9. Боярский В.И. «Партизаны и армия» - М, 2011 г;
10. Яроцкий А.П. «Знай стрелковое оружие» - М, 2017г;
11. Яроцкий А.П. «Наставление по стрелковому делу. Автомат Калашникова (АК)» - М, 2017г;
12. Казаков Д.Ф. «Виды Вооружённых Сил Российской Федерации» - М, 2017 г.

### Список дополнительной литературы:

1. Допризывная подготовка и военно-патриотическое воспитание молодежи: Учебно-методическое пособие для руководителей образовательных организаций, преподавателей-организаторов ОБЖ и БЖ по организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и патриотической подготовке к военной службе в образовательных организациях среднего общего образования, образовательных организациях среднего профессионального образования и учебных центрах военно-патриотического воспитания молодежи / Сост. И.А. Пивоваров, Б.А. Буланов, В.Н. Осипов, А.Н. Пархомко, В.В. Сидорук, С.И. Мозжилин; под ред. И.А. Пивоварова. ГАУ ДПО «СОИРО», 2018. – 104 с.
2. Строевая подготовка: учебно-методическое пособие для преподавателей-организаторов ОБЖ и БЖ по организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и патриотической подготовки к военной службе в образовательных организациях среднего общего образования, среднего профессионального образования и учебных центрах военно-патриотического воспитания молодежи / А.К. Гаранин, Д.Ю. Суханов, И.Н. Трофимов и др. – Саратов: ГАУ ДПО «СОИРО», 2020. – 60 с.

### Сайты, используемые при подготовке и проведении занятий

<i>Название сайта</i>	<i>Электронный адрес</i>
Совет безопасности РФ	<a href="http://www.scrf.gov.ru">http://www.scrf.gov.ru</a>
Министерство внутренних дел	<a href="http://www.mvd.ru">http://www.mvd.ru</a>
МЧС России	<a href="http://www.emercom.gov.ru">http://www.emercom.gov.ru</a>
Министерство здравоохранения РФ	<a href="http://www.minzdrav-rf.ru">http://www.minzdrav-rf.ru</a>
Министерство обороны РФ	<a href="http://www.mil.ru">http://www.mil.ru</a>
Министерство образования и науки РФ	<a href="http://www.mon.gov.ru">http://www.mon.gov.ru</a>

