

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «ЗВЕЗДА»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО «ДЮЦ «Звезда»
_____ Н.З. Молостов
Приказ от 10 января 2022 г. №02

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
социально-гуманитарной направленности
«ЮНАРМИЯ»**

Срок реализации: 1 года
Возраст участников: 8-18 лет

Рязань 2022 г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа реализуется в рамках социально-педагогической направленности образовательной деятельности.

Работа по патриотическому воспитанию позволяет решать одну из важнейших задач нашего общества - воспитание гражданина – патриота своей Родины, формирует у подрастающего поколения гражданскую ответственность, учит быть неравнодушными к тем событиям, которые происходят в стране и мире.

Жизнь общества ставит сегодня серьезнейшие задачи в области воспитания и обучения нового поколения. Государству нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы учиться, работать на его благо и, в случае необходимости, встать на его защиту. В работе объединения «Юнармия» одной из главных задач является воспитание подрастающего поколения. Важнейшая составляющая процесса воспитания – формирование и развитие гражданско-патриотических качеств личности обучающихся. Без наличия этого компонента нельзя говорить о воспитании по-настоящему гармоничной личности.

В свете этих задач повышается значимость военно-патриотического воспитания молодежи, так как именно оно должно внести весомый вклад, а в некоторых случаях и решающий вклад в дело подготовки умелых и сильных защитников Родины.

Проблемы патриотического воспитания личности нашли отражение в нормативных документах: Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы», Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральный Закон от 13 марта 1995 года № 32-ФЗ (ред. от 30.12.2012) «О днях воинской славы и памятных датах России», Указ Президента Российской Федерации от 22 января 2006 года № 37 «Вопросы увековечения памяти погибших при защите Отечества» и др. В этих документах определены понятие, содержание проблемы патриотического воспитания, цели и задачи, система программных мероприятий, механизмы реализации поставленных целей, что является основой организации деятельности с детьми.

Проблема патриотического воспитания приобретает новые характеристики и соответственно новые подходы к ее решению как составная часть целостного процесса социальной адаптации, жизненного самоопределения и становления личности учащихся.

Гражданско-патриотическое воспитание является одним из основных системообразующих факторов воспитательной системы образовательного учреждения.

Актуальность программы определяется необходимостью всестороннего развития и совершенствования личности детей и подростков, удовлетворения их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, повышения в обществе престижа военной службы, сохранения и приумножения патриотических традиций, формирования у молодежи готовности и практической способности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите Отечества.

Новизна программы заключается в том, что она является первой программой по всесторонней подготовке юнармейцев МБУДО ДЮЦ «Звезда», как пилотного отряда Рязанского городского отделения «Юнармии», а также юнармейцев других образовательных учреждений города Рязани. В процессе обучения юнармеец не только развивается физически, но и приобретает прикладные навыки самообороны, ориентирования на местности, оказания первой медицинской помощи, знакомится с основами военного дела, историей Российской Федерации, Рязанского края и Вооруженный сил Российской Федерации.

Педагогическая целесообразность программы состоит в привитии юнармейцам любви и уважения к родному краю, вооруженным силам, воинским ритуалам и традициям, подвигам ветеранов. После освоения программы юнармейцы могут продолжать обучение по более сложным программам обучения.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цели программы:

- создание условий для формирования гражданско-патриотических качеств личности юнармейцев, навыков начальной военной подготовки;
- воспитание чувства патриотизма, товарищества, ответственности, правильного представления о роли государства в области обороны, о Вооруженных силах и других силовых структурах РФ, о военной службе, быте военнослужащих, их правах и обязанностях, готовности осознанно выполнить священный долг по защите отечества с оружием в руках.

Задачи, решаемые программой:

- *обучающие*: формирование гармонически развитой, здоровой в физическом, морально-нравственном отношении личности юнармейца, имеющего активную жизненную позицию и развитое патриотическое осознание ответственности за судьбу Отечества. Дать юнармейцам знания по прикладным навыкам самообороны, ориентирования на местности, оказания первой медицинской помощи, познакомить юнармейцев с основами военного дела, историей Российской Федерации, Рязанского края и Вооруженный сил РФ;
- *развивающие*: развить познавательную активность юнармейцев, дисциплинированность, ответственность, чувство товарищества и взаимовыручки, сформировать потребность в здоровом образе жизни;
- *воспитательные*: воспитание целеустремленности, активности в достижении намеченных целей, патриотизма, уважения к ратному труду.

Воспитательный аспект программы реализуется:

- во время совместной подготовки юнармейцев к службе в воздушно-десантных войсках, других видах и родах Вооруженных сил РФ, подразделениях специального назначения силовых структур РФ, на занятиях по предметам обучения;
- при проведении походов, экскурсий и экспедиций по памятным и значимым местам нашей Родины;
- при посещении воинских частей, подразделений специального назначения силовых структур, музеев и встречах с военнослужащими и ветеранами;
- при участии юнармейцев в патриотических акциях и мероприятиях;
- при участии в деятельности ДЮЦ «Звезда».

Программа рассчитана на обучение детей в возрасте от 8 до 18 лет по 3 группам в зависимости от возраста:

- 1 группа: ученики 2 - 4 классов;
- 2 группа: ученики 5 – 9 классов;
- 3 группа: ученики 10 – 11 классов (учащиеся колледжей).

Количественный состав учебной группы: до 16 человек.

Объем программы: 144 часа.

Срок реализации программы: 1 год.

Режим занятий: занятия проводятся 2-3 раза в неделю по 1-2 академическим часам.

- 1.1. Я гражданин России (география, культура, административно-территориальное устройство РФ);
 - 1.2. Государственные символы Российской Федерации;
 - 1.3. Памятные даты и дни воинской славы России;
 - 1.4. Наша малая Родина – Рязань (география, административно-территориальное деление, официальная символика);
 - 1.5. Историческое и культурное наследие рязанского края;
 - 1.6. Рязань в военной истории России;
 - 1.7. Рязанская область в годы Великой Отечественной войны;
 - 1.8. Россия в современном мире.
2. Строевая подготовка: 2 занятия, продолжительностью 1 час каждое.

3. Огневая подготовка: 2 занятия, продолжительностью 1 час каждое.
4. Военно-медицинская подготовка: 2 занятия, продолжительностью 1 час каждое.
5. Ориентирование на местности без карты и движение по заданному маршруту: 2 занятия, продолжительностью 1 час каждое.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| № п.п. | Предметы обучения | Количество часов | | |
|--------|--|------------------|-------------|------------|
| | | 1-ая группа | 2-ая группа | 3-я группа |
| 1 | Человек в современном обществе | 62 | | |
| 2 | Человек и окружающая среда | 20 | | |
| 3 | Правила безопасной жизни | 24 | | |
| 4 | Физическая культура | 16 | | |
| 5 | Общественно-государственная подготовка и военная история | | 62 | 62 |
| 6 | Воинские ритуалы | | 10 | 10 |
| 7 | Строевая подготовка | 12 | 8 | 8 |
| 8 | Тактическая и военно-медицинская подготовка | | 14 | 14 |
| 9 | Огневая подготовка | 10 | 6 | 6 |
| 10 | Основы безопасности личности, общества и государства | | 20 | 20 |
| 11 | Физическая подготовка | | 16 | 16 |
| 12 | Практические занятия | | 8 | 8 |
| | ИТОГО: | 144 | 144 | 144 |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Вводное занятие. Знакомство с образовательной программой. Инструктаж по общей технике безопасности.

1-ая группа обучения, 2-4 классы

Человек в современном обществе

Тема 1. Я гражданин России (география, культура, административно-территориальное устройство РФ).

Знакомство учащихся с понятием «Российская Федерация», государственными символами России, Рязанской области, города Рязани и символикой «Юнармии».

Официальная российская символика является выражением суверенитета страны и ее самобытности. Символика России отражает многонациональность культур и традиций. Символика Российской Федерации - это патриотическая и историческая ценность страны. Символика Российской Федерации включает в себя флаг, герб и гимн страны.

Город Рязань в соответствии с федеральным законодательством и геральдическими правилами имеет официальные символы, отражающие исторические, культурные, национальные и иные местные традиции, и особенности. Официальные символы города Рязани и порядок их официального использования устанавливаются Уставом муниципального образования - городской округ город Рязань Рязанской области и нормативными правовыми актами представительного органа города Рязани.

Официальными символами города Рязани являются герб и флаг.

Эмблема Движения «Юнармия» представляет профиль головы орла, повернутый вправо, символизирующий российское государство и его армию. Фон головы орла выполнен в двух цветах – бордовом и красном. В центре профиля орла помещена звезда серебряного цвета. Под ней надпись - «ЮНАРМИЯ». Окантовка эмблемы и надпись выполнены серебряным цветом. Флаг Движения представляет собой красное полотнище, в центре которого, на лицевой стороне изображена эмблема Движения. На значках Движения изображена эмблема Движения.

Тема 2. Государственные символы Российской Федерации **Россия – многонациональная страна. Родной край – частица России.**

Знакомство учащихся с государственным устройством Российской Федерации, нациями и народностями, населяющими ее, а также с краткой историей Рязанского края.

Центральная Россия - самый заселенный район страны. В нем проживает 5 часть всего населения России. В том числе и мы с вами. Наши предки - славяне, издавна жили в этих местах. Главное богатство - непроходимые дремучие леса, в которых водилось много пушного зверя, ягод, грибов. Реки были полны рыбой. Все это привлекало сюда людей. История русского народа неразрывно связана с центральной Россией.

Самый многонациональный район России Северный Кавказ. В нем проживают представители более 100 народов. Один только Дагестан является исторической родиной для 30 народов - авганцев, лакцев, лизгин, недаром Дагестан называют страной языков. Народы Кавказа издавна славились как отличные воины, наездники и стрелки. Кавказская земля необычайно плодородна, поэтому население занимается земледелием, садоводством.

На востоке европейской части России протянулся район - Поволжье. Разные народы поселились здесь. Например, калмыки. 300 лет назад они жили в Западном Китае, но многочисленные войны вынудили калмыков искать новую Родину, почти весь народ покинул Китай и переселился в Россию, Поволжье. Калмыки говорят на калмыцком языке, похожем на язык монголов. Калмыки пасут лошадей, овец, верблюдов.

В центре нашей страны расположен удивительный край- Урал. Природные богатства привлекали на Урал людей самых разных национальностей. И сейчас этот край остается одним из самых многонациональных в России. Например: башкиры. Название этого народа переводится как «волк-вожак». По древней легенде, именно волк был предком башкир - отличных наездников и стрелков.

Современная Западная Сибирь - самый заселенный район Сибири. Здесь проживают более 15 миллионов человек. Главным богатством западной Сибири это крупнейшее месторождение нефти, газа, угля. Настоящая кладовая! Говоря о сибиряках, мы, подразумеваем не только русских, но и представителей других народов и народностей. Коренных народов Сибири около 3 десятков. Самые многочисленные - якуты, буряты, тувинцы. По всей Сибирской тайге расселились почти 25 тысяч эвенков. Алтайцы и шорты предпочитают горы. Ханты и манси издавна обитают на равнине между реками Обь и Енисей. А вот ненцы, секульпы хорошо приспособились к жизни в Тундре. Северные окраины дальневосточной земли населяют эскимосы, чукчи, коряки. Они добывают рыбу и морского зверя. Эвенки - называют «индейцы Сибири». Представители этого народа потомственные охотники, искусные следопыты и хотя численность не превышает 39 тысяч расселены эвенки от Восточной Сибири до Приморья. Самый многочисленный народ Сибири - якуты. Их насчитывается 380 тысяч. Занимаются разведением рогатого скота, охотой, рыболовством. Среди народов Сибири есть и совсем малочисленные - кеты. Их насчитывается не много более тысячи человек. Живут они в тайге. Похожи кеты на американских индейцев. Никто не понимает их языка. Велика наша Сибирь, много в ней разных народов. Сохраняя свои языки и обычаи они живут единой семьей, помогают друг другу.

Тема 3. Памятные даты и дни воинской славы России

Знакомство учащихся с Законом РФ «О днях воинской славы (победных днях) России». Дни и события, включенные в перечень: 18 апреля-День победы русских воинов князя Александра Невского над немецкими рыцарями на Чудском озере в 1242 году, 21 сентября-День победы русских полков во главе с Дмитрием Донским над татаро-монгольскими войсками в Куликовской битве 1380 года, 23 февраля-День защитника Отечества, 9 мая-День Победы советского народа в Великой отечественной войне 1941-1945 годов и др.

Тема 4.

Знакомство учащихся

Рязанская область - субъект РФ, входит в состав Центрального федерального округа. Административный центр: город Рязань. Граничит: на севере с Владимирской областью, на северо-востоке Нижегородской областью, на востоке Республикой Мордовия, на юго-востоке Пензенской областью, на юге Тамбовской и Липецкой областями, на западе с Тульской областью и на северо-западе с Московской областью. Образована: 26 сентября 1937 года. До этого территория входила в состав Московской и Воронежской областей. Награждена 12 марта 1958 года орденом Ленина за успехи, достигнутые в развитии народного хозяйства. Территория – 39,6 тыс. кв. км. В регионе находятся 25 муниципальных районов, 4 городских округа, 31 городских и 254 сельских поселения. Крупнейшие города Рязанской области – Рязань, Касимов, Скопин, Сасово и Ряжск.

Тема 3. Святыни родного края.

Знакомство учащихся со святынями Рязанского края, памятными местами, историческими местами Рязани и Рязанской области: Рязанским кремлем, Иоанно-Богословским монастырем в с. Пощупово, историческими местами п. Солотча и др.

Тема 7. 1.7. Рязанская область в годы Великой Отечественной войны

Знакомство учащихся с ролью рязанцев в Великой отечественной войне 1941-1945 годов, рязанцами-героями войны: Ф. Полетаевым, С. Бирюзовым, А. Хлобыстовым, А. Фирсовым, А. Кашириным, А. Типановым, И. Земнуховым и др.

В 1941 в ходе защиты столицы нашей Родины именно Рязань была ближайшим прифронтовым тылом. Здесь был сформирован Рязанский добровольческий рабочий полк, который сдерживал ряд вражеских позиций на московском направлении до прихода частей Красной Армии. Контрнаступление под Москвой началось с рязанской земли. Рязань входила в систему Московской зоны обороны: обеспечила строительство оборонительных сооружений, подготовила население к самообороне и провела необходимые боевые действия. Крупных военных действий в черте города не происходило, однако труженики тыла героическими усилиями приближали Победу.

В Великой Отечественной войне советского народа против немецко – фашистских захватчиков 1941 – 1945 г. было мобилизовано свыше 300 тысяч рязанцев. Более 170 тысяч из них погибли и пропали без вести. 70 тысяч рязанцев награждены боевыми орденами и медалями, 384 рязанца — Герои Советского Союза (в том числе две женщины — штурманы ночных бомбардировщиков), 67 рязанцев — полные кавалеры ордена Славы, 15 рязанцев — Герои России, 144 рязанца — Герои Социалистического Труда, 6 рязанцев — Герои Труда. Эти награды сопоставимы с наградами, полученными всей Белоруссией, что делает Рязанскую область наиболее богатой на подвиги.

Более 60 Рязанцев с доблестью отстаивали Ленинград, 90 уроженцев Рязанщины уничтожали врага в Сталинградской битве, более 165 солдат Рязанских полков защищали

Курскую дугу. 200 доблестных солдат из Рязанской области участвовали в параде победы 1945 года на Красной площади в Москве.

Тема 5. Дни воинской славы России.

Знакомство учащихся с Законом РФ «О днях воинской славы (победных днях) России». Дни и события, включенные в перечень: 18 апреля-День победы русских воинов князя Александра Невского над немецкими рыцарями на Чудском озере в 1242 году, 21 сентября-День победы русских полков во главе с Дмитрием Донским над татаро-монгольскими войсками в Куликовской битве 1380 года, 23 февраля-День защитника Отечества, 9 мая-День Победы советского народа в Великой отечественной войне 1941-1945 годов и др.

Тема 6. Рязань-столица ВДВ. Рязань-город воинской доблести.

Знакомство учащихся с историей Рязани, как города воинской доблести и столицы ВДВ. В Рязани размещается РВВДКУ им. Генерала армии В.Ф. Маргелова, образованное в 1918 году в качестве первых Рязанских пехотных курсов красных командиров. За время своего существования училище подготовило более 50 тысяч офицеров для ВДВ и других видов и родов войск ВС РФ. Среди выпускников училища много прославленных военачальников, современных военных и политических деятелей: П. Грачев, В. Востротин, А. Лебедь, Е. Подколзин, Г. Шпак, В. Шаманов, А. Колмаков, Войцех Ярузельский и др.

Рязань достойна почетного звания «Город воинской доблести».

Человек и окружающая среда

Тема 1. Правила безопасного поведения в природе.

Знакомство учащихся с правилами безопасного поведения на природе. У туристов существуют четкие правила поведения на маршруте, на привале, при преодолении препятствий. Эти правила направлены на обеспечение безопасности. В походе необходимо быть дисциплинированным, ведь большая часть экстремальных ситуаций в природе возникает из-за недисциплинированности участников. Во время движения члены группы идут в колонне по одному. Впереди в роли направляющего может идти руководитель или штурман группы, сзади — замыкающий. У него ответственная задача: следить, чтобы колонна не растягивалась, никто не отставал. Если вдруг что-то случилось с одним из участников, то замыкающий решает, останавливать ли всю группу или остановиться с этим участником для устранения неполадок. Но в любом случае он сначала сообщает об этом руководителю.

На маршруте или на привале ни в коем случае нельзя уходить от группы. Особенно внимательными надо быть при движении по сложным участкам местности. Можно поскользнуться на крутом горном склоне, на сырых камнях на берегу горной реки, на переправе через неё, оступиться при движении по болоту, да и просто запнуться ногой за поваленное дерево, ветку в густой траве. Опасны последние километры дневного перехода. Накапливается усталость, снижается внимание. В группе всегда назначается участник, ответственный за оказание первой помощи. Уметь её оказывать должны все члены группы, но у назначенного на эту должность хранится медицинская аптечка. Среди туристов принято считать, что поход проведён успешно, если медикаменты и перевязочные средства не потребовались. Если быть внимательным и соблюдать осторожность, медикаменты не

понадобятся. Надо быть осторожным у костра, нельзя пить сырую воду. Как запомнить, что можно, а что нельзя? Очень просто — об этом расскажут на занятиях туристского кружка и всему научат: ставить палатку, разводить костёр, готовить пищу, ориентироваться на местности, оказывать первую помощь, вязать специальные туристские узлы.

На маршруте и на привале настоящие туристы бережно относятся к окружающей природе, стараясь как можно меньше нарушать её гармонию. Стойки для палаток не надо вырубать из живых деревьев на каждом привале, лучше взять разборные, лёгкие из дома. Ушли в прошлое вырубленные рогульки и перекладины для подвешивания вёдер над костром: туристы теперь носят с собой лёгкий разборный таганок или тросик. Соблазнительно подстелить под палатку пушистые еловые ветки, но правильнее взять с собой теплоизоляционный коврик.

У туристов есть такое правило: если кто-то отправляется в разведку, то заранее определяют маршрут и устанавливают контрольное время, к которому необходимо вернуться. Если это время истекло, а ушедшие в разведку не вернулись, начинают поисковые работы. Собираясь в незнакомый лес, расспросите о местности маршрутах местных жителей. Если есть подробная карта этого района, изучите её. Лучше пойти в незнакомый лес с местными ребятами, а ещё надёжнее — с кем-то из взрослых. Уходя, надо сообщить об этом родителям или кому-то из взрослых. Выходя из населённого пункта, надо определить направление дорог, идущих от него. Узнать, какими ориентирами ограничен участок леса, в который собираетесь идти. У туристов и ориентировщиков, участвующих в соревнованиях, существует понятие «границы полигона» Это линейные ориентиры (дороги, просеки, граница леса, линии электропередачи), за которые выходить нельзя. На всякий случай участникам соревнований сообщают порядок действий в случае потери ориентировки. Это делают для того, чтобы при потере ориентировки участник не ушёл далеко из района соревнований, а выходил в определённом направлении на хорошо заметный линейный ориентир и далее шёл к месту сбора. При потере ориентировки требуется выходить на запад до железной дороги и потом идти вдоль неё до деревни. Полученные ориентиры и установки, как действовать в случае потери ориентировки, помогают обеспечить безопасность участников соревнований и облегчают работу спасателей. Уходя даже на короткое время в лес, надо взять с собой на всякий случай пару бутербродов, термос с чаем, немного карамелек, спички (но не для игры с огнём!). Совсем неплохо взять с собой компас. Во время прогулки надо запомнить основное направление движения, какие-то хорошо заметные предметы, по которым можно определить своё местонахождение (их называют ориентирами), развилки троп, перекрёстки дорог, характерные особенности рельефа. Собирая с кем-нибудь грибы или ягоды, стараться не упускать друг друга из вида.

Тема 2. Географическая карта и план. Компас. Ориентирование на местности.

Знакомство учащихся с географической картой, планом, их различиями и правилами пользования. Основные правила использования компаса и ориентирования на местности. Ориентирование на местности с помощью компаса – это самый удобный и простой способ, который позволит определить стороны горизонта. Для определения сторон света требуется придать прибору горизонтальное положение, снять зажим со стрелки и дождаться, когда она успокоится. Магнитная стрелка в любой конструкции компаса подвешивается в свободном состоянии. Своим тёмным концом она будет указывать на север.

Важно учитывать то, что показания на компасе являются не очень точными, так как стрелка располагается вдоль по магнитному меридиану, а на магнитное поле Земли могут оказывать влияние рельефные особенности планеты и отдельной местности. Угол между магнитным и истинным (географическим) меридианами образует магнитное склонение стрелки компаса. Эта величина в каждой местности своя и требует дополнительной корректировки при помощи карты или при помощи солнца.

Для определения величины отклонения на циферблате прибора нанесены отметки: нижние — это градусы, а верхние — десятки тысячных угломера. Градусы определяются по

ходу часовой стрелки от нуля до трехсот шестидесяти. Штрихи угломера смотрят против движения часовой стрелки от нуля до шестисот.

Нулевое деление находится на букве «С» либо «N», которая обозначает север. На откидной крышке компаса находится визирное приспособление с мушкой и прицелом со светящимися указателями напротив каждого.

При работе с компасом нельзя забывать, что электромагнитные поля и металл искажают показания. Поэтому для ориентирования при помощи этого прибора навигации необходимо выдерживать внушительную дистанцию от ЛЭП, железной дороги и крупногабаритных механизмов.

Чтобы установить направление, на горизонтально расположенном компасе, мушку располагают на нулевом делении. Затем поворачивают устройство, пока северный конец вращающейся стрелки не совпадёт с нулём. Не меняя положения прибора в пространстве, через прицел отыскивается дальний ориентир на недалекой местности. Это и будет указатель на север. При этом магнитный азимут направления вычисляется по показаниям шкалы деления напротив мушки визира. Таким образом, азимут представляет собой угол, отсчитанный в сторону часовой стрелки от направления «на север» до направления «на ориентир».

Для ориентирования по карте крупного масштаба, компас прикладывают нулевым делением на линию географической долготы. Далее, от нашего места определяется угол в выбранном направлении, куда мы хотим направляться, и находится ориентир в пространстве при помощи компаса. Ориентирование произведено.

Для передвижения по азимуту нужно старательно придерживаться ориентира и как можно чаще сверяться с компасом.

Практическая часть: отработка навыков ориентирования на местности с использованием географической карты и компаса.

Тема 3. Общее представление о строении тела человека. Личная гигиена. Ответственность каждого человека за состояние своего здоровья и здоровье окружающих его людей.

Знакомство учащихся со строением тела человека, правилами личной гигиены. Выработка чувства ответственности за состояние своего здоровья и здоровье окружающих людей. Знакомство с правилами личной гигиены военнослужащих. Каждый военнослужащий должен заботиться о сохранении своего здоровья, не скрывать болезней, строго соблюдать правила личной и общественной гигиены и воздерживаться от вредных привычек (курение и употребление алкоголя).

Выполнение правил личной гигиены включает:

- утреннее умывание с чисткой зубов;
- мытье рук перед приемом пищи;
- умывание, чистку зубов и мытье ног перед сном;
- своевременное бритье лица, стрижка волос и ногтей;
- еженедельное мытье в бане со сменой нательного и постельного белья, портянок и носков;
- содержание в чистоте обмундирования, обуви и постели, своевременную смену подворотничков.

Прическа военнослужащего, усы, борода, если они имеются должны быть аккуратными, отвечать требованиям гигиены и не мешать использованию средств индивидуальной защиты и ношению снаряжения. Ношение бороды разрешается только офицерам и прапорщикам (мичманам).

Практическая часть: отработка на макетах и схемах знаний о строении тела человека.

Правила безопасной жизни

Тема 1. Первая помощь при легких травмах, обморожении, перегреве.

Знакомство учащихся с понятиями травмы, обморожения и перегрева организма.

Первая помощь при легких травмах (ссадины, небольшие раны без большой кровопотери).

Первая медицинская помощь: поверхность ссадины вначале промывают перекисью водорода, затем смазывают спиртовым раствором бриллиантовой зелени (зеленкой). Если поверхность ссадины не кровоточит, ее оставляют на некоторое время открытой, а затем накладывают стерильную повязку.

Кровоточащую поверхность ссадины высушивают осторожным прикосновением к ней стерильных салфеток, смоченных перекисью водорода, после чего накладывают стерильную повязку. При обширных размерах ссадин пострадавший должен быть госпитализирован. При лечении небольших ссадин можно применять бактерицидный пластырь

Первая помощь при обморожении. Наибольшая опасность зимних походов кроется в обморожениях. При первой и второй степени кожа становится бледная, теряется чувствительность. Достаточно растереть участки, чтобы улучшить кровообращение, но тепло прикладывать постепенно. При третьей степени обморожения кожа бледно-синюшная, и при попадании в тепло появляются волдыри с красноватой жидкостью. Итак, что делать при обморожении? Врачи рекомендуют накладывать повязки на места поражений и постепенно прикладывать тепло к ним. Важно прекратить воздействие холода, хотя это может быть невозможным в условиях похода. Нельзя резко нагревать участок. Это нужно делать постепенно, и желательнее сначала прогреть сам организм в целом, например, напоить пострадавшего теплым чаем. Чаще всего от холода страдают пальцы ног и рук. Поэтому не забудьте хорошо подготовиться к походу – теплые варежки и грелки в походные ботинки вам обязательно понадобятся.

Первая медицинская помощь при общем перегревании. При легкой степени общего перегревания достаточно поместить больного в прохладное помещение, напоить водой умеренной температуры, положить холодный компресс на голову. Соблюдение физического покоя в «комфортных» температурных условиях должно продолжаться не менее 1,5–2 часов. Госпитализация при легкой степени перегревания не показана. При общем перегревании среднетяжелой степени помимо перечисленных процедур необходимо проводить более активные методы физического охлаждения:

- обтирание тела 50-процентным раствором этилового спирта;
- прикладывание к местам пульсации крупных артерий (сонных, бедренных) холодных («ледяных») предметов;
- частая смена компрессов на голове.

Физические методы снижения температуры при данной степени перегревания обязательно должны сочетаться с медикаментозными (требуется внутривенное или внутримышечное введение так называемых «литических» смесей). Поэтому для оказания полноценной помощи и предотвращения более серьезных последствий общего перегревания среднетяжелой степени необходимо вызвать бригаду «скорой помощи». При тяжелой степени общего перегревания, характеризующейся потерей сознания и появлением судорог, к перечисленным действиям добавляют комплекс мероприятий, направленных на поддержание проходимости верхних дыхательных путей и предотвращение травматизма. С этой целью пострадавшему необходимо разжать челюсти и вставить между коренными зубами какой-либо предмет (например, ложку), обмотанный многими слоями бинта до достижения толщины 2,5–3 см (профилактика прикусывания языка и попадания в гортань кровянисто-пенистых масс). Под головой пострадавшего должна находиться невысокая подушка или

любой другой аналогичный предмет. В непосредственной близости от пациента не должно находиться никаких твердых или острых предметов (профилактика вторичного судорожного травматизма). При тяжелой степени общего перегревания могут возникать признаки терминальных состояний, требующие немедленного начала реанимационных мероприятий. Госпитализация пострадавших производится в экстренном порядке.

Практическая часть: отработка приемов оказания первой помощи при травмах, обморожении и перегреве организма.

Тема 2. Правила пожарной безопасности, основные правила обращения с газом, электричеством, водой.

Знакомство учащихся с основными правилами обращения с газом, водой и электричеством.

Поражение электрическим током вызывает ожог наружных или внутренних тканей человека и может привести к остановке дыхания и сердца. Поэтому:

- не используй неисправные электроприборы;
- никогда не оставляй включенный электроприбор без присмотра;
- не включай в одну розетку несколько электроприборов;
- соблюдай порядок включения электроприборов в сеть: сначала подключи шнур к прибору, а затем шнур к сети (отключение прибора производится в обратном порядке);
- не прикасайся к включенному электроприбору мокрыми руками;
- помни, что нельзя пользоваться электроприборами в сырых помещениях, стоя в воде;
- не играй с электрическими приборами, не тяни за электрический шнур, особенно, если он включен в сеть.

Утечка газа может привести к отравлению человека и взрыву помещения.

Поэтому (при пользовании газом):

- вначале зажги спичку, а потом открой газовый кран;
- не оставляй включенные газовые горелки без присмотра;
- следи за тем, чтобы нагреваемая на газовой плитке жидкость не залила пламя горелки;
- заметив, что горелка потухла, не пытайся зажечь ее вновь. Вначале перекрой кран подачи газа и проветри кухню:
- по окончании пользования газом выключи конфорку и перекрой газ;
- не используй газовые плиты для отопления помещения;
- не делай уроки, не спи и не отдыхай в помещении, где установлена газовая плита;
- не висни на газовых трубах.

Безопасное пользование системой водоснабжения:

- никогда не оставляй кран с льющейся водой без присмотра;
- не оставляй кран открытым, если вода отключена, ее могут подать в любой момент;
- не бросай в канализацию мусор и другие посторонние предметы, она может засориться;
- не засоряй раковину отходами продуктов питания, не оставляй в ней посуду;
- уходя из дома, проверяй, все ли краны закрыты;
- не оставляй без внимания просачивание воды в отопительной системе и водопроводе, немедленно расскажи взрослым и покажи место протечки.

Практическая часть: отработка правил противопожарной безопасности, правил обращения с огнем и электричеством.

Тема 3. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях и стихийных бедствиях.

Знакомство учащихся с понятиями «чрезвычайная ситуация» и «стихийное бедствие». Чрезвычайная ситуация (ЧС) – это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, стихийного природного явления, катастрофы, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности (Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»).

Природные чрезвычайные ситуации возникают в результате землетрясений, извержений вулканов, обвалов, лавин, оползней, ураганов, наводнений, крупных природных пожаров и др.

Техногенные чрезвычайные ситуации возникают в результате аварий на промышленных объектах и магистральных трубопроводах, химических аварий, аварий с выбросом радиоактивных веществ, аварий в зданиях жилого и социально-бытового назначения.

Каждый человек должен знать сигналы оповещения и порядок информирования населения при чрезвычайных ситуациях.

Выживание в зоне стихийного бедствия обеспечивается четырьмя основными факторами:

- 1) знанием особенностей природных явлений;
- 2) умением распознать приближение стихийного бедствия и: подготовиться к нему.

Практически ни одно стихийное бедствие не возникает неожиданно. Каждое каким-то образом предупреждает о своем приближении;

- 3) знанием приемов спасения при конкретном стихийном бедствии;
- 4) психологической подготовкой к действиям в особо сложных условиях.

Практическая часть: отработка правил поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций.

Физическая культура

Тема 1. Беговые и прыжковые упражнения. Метание малого мяча и макета ручной гранаты.

Знакомство учащихся с основными правилами проведения беговых и прыжковых упражнений, методикой осуществления метания.

Беговые упражнения – это упражнения, направленные на развитие силы, мощности и координации всех мышц ног, а в первую очередь тех, которые получают основную нагрузку при беге, они предназначены для повышения частоты шагов при беге, силы отталкивания каждого шага, техники выполнения движений. Дополнительная польза беговых упражнений в том, что в интенсивных движениях, как и при беге, участвует практически вся мускулатура, при этом повышается координация движений, мощность всего тела.

Прыжки используются как средства для развития силы, выносливости, быстроты. Кроме легкоатлетических прыжков, таких, как прыжок в длину, тройной прыжок, прыжок в высоту, широко используются прыжки в технике игровых видов, гимнастике. Прыжковые упражнения выгодно отличаются от других средств развития физических качеств: они не требуют специального инвентаря, доступны, можно легко дозировать нагрузку для различного уровня подготовленности учащихся, позволять овладеть сложными двигательными навыками. Нельзя забывать и о переносе двигательных навыков, например, обучение отталкиванию в прыжках в высоту способствует овладению элементов техники

баскетбола.

Прыжковые упражнения тесно связаны с беговыми упражнениями и взаимно дополняют друг друга. Всесторонне развивая учащихся, сами прыжковые упражнения требуют определенного уровня подготовленности. Каждое занятие, включающее прыжки, необходимо начинать с подготовительных упражнений: ходьба на внешней стороне стопы, ходьба перекатом с пятки на носок, ходьба выпадами и т. д. По мере развития школьников эти подготовительные упражнения усложняются, а необходимость их использования остается на любом уровне подготовленности. Это позволяет избежать травм и эмоционально настраивает ребят на прыжки.

Метание малых мячей (резиновых, теннисных, хоккейных) и гранаты является важным средством физического развития и специальной подготовки школьников и молодежи. Эти два вида метаний, а также метание камней широко используются при подготовке копьеметателей. Вес и диаметр мячей, используемых при обучении и тренировке, могут быть различными. Однако на соревнованиях мальчиков и девочек 13 – 14 лет должны быть использованы только хоккейные мячи весом не менее 58 г и диаметром от 5,8 до 6,2 см. Вес гранаты для мужчин, юношей 17 – 18 и 15 – 16 лет – 800 г, для женщин и девушек 17 – 18 лет – 700 г, для мальчиков и девочек 13 – 14 лет и девушек 15 – 16 лет – 500 г. Метание мяча и гранаты производится с места и с разбега в коридор шириной 10 м.

Практическая часть: отработка упражнений по бегу и прыжкам. Метания мяча и макета ручной гранаты.

Тема 2. Упражнения на развитие гибкости, координации, выносливости.

Знакомство учащихся с основными упражнениями по развитию гибкости, координации и выносливости.

Общеразвивающие упражнения принято классифицировать по анатомическому признаку, с выделением групп упражнений с преимущественным воздействием на различные части тела. Как свидетельствуют научные данные и практический опыт, при составлении комплекса необходимо руководствоваться следующими положениями:

1. Первыми даются упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса. Выполняются они обычно в медленном темпе.

2. Упражнения для шеи.

3. Далее следуют упражнения для развития мышц ног, чередуя упражнения для мышц ног и мышц спины, брюшного пресса и боковых мышц туловища, - тазового пояса, выполняемых из различных исходных положений.

Упражнения силового характера должны предшествовать упражнениям на растягивание.

4. Последними в комплексе используются упражнения где участвуют основные группы мышц всего тела, выполняемые при большой амплитуде.

В заключение используется так называемые скоростные упражнения (прыжки или бег на месте), после чего следует постепенно снижать нагрузку с замедлением темпа. В каждой группе можно выделить ряд упражнений более локального характера. Например, в группе упражнений для рук плечевого пояса существуют упражнения для пальцев, кистей, предплечий, плечей.

В группе для ног и тазового пояса – упражнения для стопы, голени, бедра;

В группе упражнений для туловища выделяют упражнения для мышц передней или задней поверхности туловища и т. д.

Классификация упражнений по анатомическому признаку дополняется указаниями на характер их физиологического воздействия на организм занимающихся. Имеется в виду преимущественное влияние упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости, выносливости. Форму упражнений определяют основные движения в суставах: сгибание, разгибание, приведение, отведение, круговые движения, повороты. Характер упражнений во

многим зависит от системы напряжения и расслабления мышц, быстроты движений и внешне проявляется как плавные, равномерные движения или движения с ускорением или замедлением, рывки, взмахи.

Практическая часть: практическая отработка упражнений на развитие гибкости, выносливости и координации.

Тема 3. Развитие силовых способностей.

Знакомство учащихся с необходимостью развития силовых способностей человека.

В практике физического воспитания школьников используют два основных пути развития силовых способностей.

Первый путь сводится к попутному стимулированию способностей, проявляющихся в процессе формирования новых двигательных умений и навыков, а также при дальнейшем варьировании и совершенствовании их в усложненных условиях.

Второй путь характеризуется специальной организацией развития силовых способностей, опираясь главным образом на использование усвоенных действий. Для этого, с одной стороны, широко используются общеразвивающие и специально-подготовительные упражнения – беговые, прыжковые, метательные, плавательные, спортивно-игровые и другие, имеющие общие элементы, сходство со структурой изучаемого двигательного действия (метод, так называемых сопряженных воздействий). С другой – всегда, в конечном счете, используются и основные для данной двигательной деятельности (в частности, соревновательные) движения или их разновидности. При этом методом игрового упражнения обеспечиваются специальные воздействия на организм детей младшего школьного возраста в целях необходимых способностей.

Наиболее ценными для развития мышечной силы у детей школьного возраста (особенно младшего и среднего) являются естественные движения, в первую очередь скоростно-силового характера, применяемые на занятиях в образовательных целях. Изучение их может начаться на уровне уже имеющихся силовых возможностей. По мере овладения техникой, в процессе совершенствования действий и применения их в усложняющихся условиях обеспечивается дальнейшее развитие мышечной силы.

Практическая часть: упражнения с отягощением, отжимание.

Огневая подготовка

Тема 1. Стрелковое оружие: назначение, устройство, требования безопасности.

Знакомство учащихся с основными видами стрелкового оружия Вооруженных сил Российской Федерации.

Назначение, боевые свойства и общее устройство стрелкового оружия.

Назначение 5,45-мм автомата Калашникова АК-74
5,45-мм автомат Калашникова АК-74 является индивидуальным оружием и предназначен для уничтожения живой силы и поражения огневых средств противника. Для поражения противника в рукопашном бою к автомату присоединяется штык-нож.

Назначение 7,62-мм ручного пулемета Калашникова РПК
7,62-мм ручной пулемет Калашникова является наиболее мощным автоматическим оружием стрелкового отделения. Он предназначен для уничтожения живой силы и поражения огневых средств противника.

Назначение 7,62-мм пулемета Калашникова танкового ПКТ
7,62-мм пулемет Калашникова танковый (ПКТ) является мощным автоматическим оружием

и предназначен для уничтожения живой силы и огневых средств противника. Пулемет ПКТ установлен внутри башенной пулеметной установки системы 15В94.

Боевые свойства 5,45-мм автомата Калашникова АК-74.

Для стрельбы из автомата применяются патроны с обыкновенными (со стальным сердечником) и трассирующими пулями.

Из автомата ведется автоматический или одиночный огонь. Автоматический огонь является основным видом огня: он ведется короткими (до 5 выстрелов) и длинными (до 10 выстрелов) очередями и непрерывно. Подача патронов при стрельбе производится из корбчатого магазина емкостью 30 патронов. Магазины автомата взаимозаменяемы.

Прицельная дальность стрельбы – 1000 м.

Наиболее действительный огонь по наземным целям, по самолетам, вертолетам и парашютистам – на дальности до 500 м.

Сосредоточенный огонь по наземным групповым целям ведется на дальность до 1000 м.

Дальность прямого выстрела:

по грудной фигуре – 440 м,

по бегущей фигуре – 625 м.

Темп стрельбы около 600 выстрелов в минуту.

Боевая скорострельность:

при стрельбе очередями – до 100 выстрелов в минуту;

при стрельбе одиночными выстрелами – до 40 выстрелов в минуту.

Вес автомата без штыка-ножа со снаряженным патронами пластмассовым магазином: АК74 – 3,6 кг. Вес штыка-ножа с ножнами – 490 г.

Автомат состоит из следующих основных частей и механизмов:

– ствола со ствольной коробкой, прицельным приспособлением, прикладом и пистолетной рукояткой;

– крышки ствольной коробки;

– затворной рамы с газовым поршнем;

– затвора;

– возвратного механизма;

– газовой трубки со ствольной накладкой;

– ударно-спускового механизма;

– цевья;

– магазина.

Кроме того, у автомата имеется дульный тормоз-компенсатор и штык-нож.

В комплект автомата входят:

– принадлежности, ремень и сумка.

Требования безопасности при обращении с оружием:

– Личный состав, не усвоивший требования безопасности, к стрельбе и обслуживанию стрельбы не допускается.

– Каждый военнослужащий должен точно и беспрекословно выполнять установленные требования безопасности при стрельбе.

– Передвижения на войсковом стрельбище разрешаются только по дорогам и в районах, которые определены командиром соединения (воинской части) или начальником, за которым закреплено войсковое стрельбище.

– Запрещается проведение стрельбы в условиях ограниченной видимости, если с места руководителя стрельбы на участке не наблюдается основное и опасные направления стрельбы. Разрешение на открытие огня на войсковом стрельбище дает старший руководитель стрельбы.

– Запрещается заходить (заезжать) на участки, где имеются неразорвавшиеся гранаты и другие взрывоопасные предметы. Эти участки должны быть своевременно обозначены указками и знаками с соответствующими предупредительными надписями.

– Запрещается трогать неразорвавшиеся гранаты, другие взрывоопасные предметы и средства имитации. О каждой неразорвавшейся гранате докладывать старшему руководителю стрельбы и начальнику войскового стрельбища, установленным порядком.

– При метании боевых ручных гранат вставлять запал разрешается только перед их метанием по команде руководителя стрельбы. Переносить боевые ручные гранаты вне гранатных сумок запрещается.

– Выходить из укрытия разрешается по истечении 10–20 с после взрыва оборонительной гранаты.

– Если заряженная боевая граната не была брошена (предохранительная чека не вынималась), разряжение ее производить только по команде и под непосредственным наблюдением руководителя стрельбы.

– При стрельбе из вертолета в полете и из макета вертолета (тренажера) зарядание оружия, стрельбу, разряжение и осмотр производить при установленном оружии на кронштейне и по команде (сигналу) руководителя стрельбы на вертолете (тренажере).

– Вставать со своих мест и перемещаться в кабине вертолета личному составу запрещается.

– Ведение огня каждым стреляющим должно немедленно прекращаться самостоятельно или по команде руководителя стрельбы в случаях:

– появление людей, машин или животных на мишенном поле, низколетящих летательных аппаратов над районом стрельбы;

– падение гранат за пределы безопасной зоны или вблизи блиндажа, занятого людьми, и потери связи с блиндажом;

– поднятие белого флага (фонаря) на командном пункте или на блиндаже, а также подачи из блиндажа другого установленного сигнала о прекращении огня (взрыв-пакета, дымовой шашки, ракеты и т.п.);

– доклада или подачи с поста оцепления установленного сигнала об опасности продолжения стрельбы;

– возникновения пожара на мишенном поле.

Категорически запрещается:

– заряжать оружие боевыми и холостыми патронами, а также боевыми и инертными гранатами до звукового сигнала «ОГОНЬ» (команды руководителя, командира);

– направлять оружие на людей, в сторону и в тыл войскового стрельбища независимо от того, заряжено оно или нет;

– открывать и вести огонь из неисправного оружия, неисправными боеприпасами, в опасных направлениях стрельбы, при поднятом белом флаге на командном (участковом) пункте и укрытиях (блиндажах);

– оставлять где бы то ни было заряженное оружие или передавать его другим лицам, оставлять на огневой позиции (месте для стрельбы) оружие без команды руководителя стрельбы на участке (командира);

– заходить (выезжать) на участки войскового стрельбища (учебного объекта), где имеются неразорвавшиеся боевые гранаты и другие взрывоопасные предметы; эти участки являются запретными зонами и должны быть огорожены, обозначены указками и знаками с соответствующими предупредительными надписями, например: «Опасно! Неразорвавшаяся граната, не трогать!»;

– разбирать боевые гранаты и устранять в них неисправности;

– трогать неразорвавшиеся гранаты, снаряды и другие взрывоопасные предметы; каждую неразорвавшуюся гранату (снаряд) сразу же после обнаружения необходимо обозначить указкой с предупредительной надписью и сообщить начальнику войскового стрельбища.

Запрещается в мирное время для проведения стрельб использовать:

– 7,62 мм патроны обр. 1943 года с зажигательной пулей (З) и биметаллической гильзой (ГЖ);

– 7,62 мм винтовочные патроны с легкой пулей (Л) и биметаллической гильзой (ГЖ) или латунной гильзой (ГЛ), а также с тяжелой пулей (Д) и биметаллической гильзой (ГЖ) или латунной гильзой (ГЛ).

Практическая часть: изучение на макетах стрелкового оружия устройства и назначения основных его частей и механизмов.

2-ая группа обучения, 5-9 классы

Общественно-государственная подготовка и военная история

Тема 1. Защита Отечества – конституционный долг и обязанность гражданина Российской Федерации. Государственные символы Российской Федерации, Рязанской области, г. Рязани, символика Юнармии.

Знакомство учащихся с основными положениями Конституции РФ о защите Отечества, Флагом, гербом и Гимном РФ, государственными символами Рязани и Рязанской области, символикой Юнармии.

В Конституции записано: «Защита Отечества является долгом и обязанностью гражданина Российской Федерации». Почему защита Отечества названа в основном законе нашей страны и долгом, и обязанностью? Почему слова «долг» и «обязанность» стоят в Конституции рядом?

Защита Отечества — это его оборона в случае нападения на него или на его союзников, объявления войны или всеобщей мобилизации. Защита Отечества означает охрану независимости страны, её территории, населения, материальных и духовных ценностей.

Официальная российская символика является выражением суверенитета страны и ее самобытности. Символика России отражает многонациональность культур и традиций. Символика Российской Федерации - это патриотическая и историческая ценность страны. Символика Российской Федерации включает в себя флаг, герб и гимн страны.

Город Рязань в соответствии с федеральным законодательством и геральдическими правилами имеет официальные символы, отражающие исторические, культурные, национальные и иные местные традиции и особенности. Официальные символы города Рязани и порядок их официального использования устанавливаются Уставом муниципального образования - городской округ город Рязань Рязанской области и нормативными правовыми актами представительного органа города Рязани.

Официальными символами города Рязани являются герб и флаг.

Эмблема Движения «Юнармия» представляет профиль головы орла, повернутый вправо, символизирующий российское государство и его армию. Фон головы орла выполнен в двух цветах – бордовом и красном. В центре профиля орла помещена звезда серебряного цвета. Под ней надпись - «ЮНАРМИЯ». Окантовка эмблемы и надпись выполнены серебряным цветом. Флаг Движения представляет собой красное полотнище, в центре которого, на лицевой стороне изображена эмблема Движения. На значках Движения изображена эмблема Движения.

Тема 2. Порядок прохождения военной службы.

Знакомство учащихся с порядком прохождения воинской службы, уставами Вооруженных Сил РФ.

Военная служба заключается в повседневном выполнении конкретных воинских обязанностей в Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах

внешней разведки и федеральных органах безопасности, других воинских формированиях и органах.

В Вооруженных Силах — это и непосредственное участие в боевых действиях, и повседневная боевая подготовка, все другие виды подготовки и обучения, постоянное совершенствование каждым военнослужащим своего воинского мастерства, несение боевого дежурства (боевой службы), гарнизонной и внутренней службы, выполнение иных уставных требований, соблюдение воинской дисциплины и т. п.

Тема 3. Дни воинской славы России.

Знакомство учащихся с Законом РФ «О днях воинской славы (победных днях) России». Дни и события, включенные в перечень: 18 апреля-День победы русских воинов князя Александра Невского над немецкими рыцарями на Чудском озере в 1242 году, 21 сентября-День победы русских полков во главе с Дмитрием Донским над татаро-монгольскими войсками в Куликовской битве 1380 года, 23 февраля-День защитника Отечества, 9 мая-День Победы советского народа в Великой отечественной войне 1941-1945 годов и др.

Тема 4. Святыни родного края.

Знакомство учащихся со святынями Рязанского края, памятными местами, историческими местами Рязани и Рязанской области: Рязанским кремлем, Иоанно-Богословским монастырем в с. Пощупово, историческими местами п. Солотча и др.

Тема 5. Рязанцы в годы Великой отечественной войны 1941-1945 годов.

Знакомство учащихся с ролью рязанцев в Великой отечественной войне 1941-1945 годов, рязанцами-героями войны: Ф. Полетаевым, С. Бирюзовым, А. Хлобыстовым, А. Фирсовым, А. Кашириным, А. Типановым, И. Земнуховым и др.

Тема 6. Рязань – столица ВДВ (на базе музея истории ВДВ). Рязань – город воинской доблести.

Знакомство учащихся с историей Рязани, как города воинской доблести и столицы ВДВ.

Знакомство учащихся с историей Рязани, как города воинской доблести и столицы ВДВ. В Рязани размещается РВВДКУ им. Генерала армии В.Ф. Маргелова, образованное в 1918 году в качестве первых Рязанских пехотных курсов красных командиров. За время своего существования училище подготовило более 50 тысяч офицеров для ВДВ и других видов и родов войск ВС РФ. Среди выпускников училища много прославленных военачальников, современных военных и политических деятелей: П. Грачев, В. Востротин, А. Лебедь, Е. Подколзин, Г. Шпак, В. Шаманов, А. Колмаков, Войцех Ярузельский и др.

Рязань достойна почетного звания «Город воинской доблести».

В 1941 в ходе защиты столицы нашей Родины именно Рязань была ближайшим прифронтовым тылом. Здесь был сформирован Рязанский добровольческий рабочий полк, который сдерживал ряд вражеских позиций на московском направлении до прихода частей Красной Армии. Контрнаступление под Москвой началось с рязанской земли. Рязань входила в систему Московской зоны обороны: обеспечила строительство оборонительных сооружений, подготовила население к самообороне и провела необходимые боевые действия. Крупных военных действий в черте города не происходило, однако труженики тыла героическими усилиями приближали Победу.

В Великой Отечественной войне советского народа против немецко – фашистских захватчиков 1941 – 1945 г. было мобилизовано свыше 300 тысяч рязанцев. Более 170 тысяч

из них погибли и пропали без вести. 70 тысяч рязанцев награждены боевыми орденами и медалями, 384 рязанца – Герои Советского Союза (в том числе две женщины – штурманы ночных бомбардировщиков), 67 рязанцев – полные кавалеры ордена Славы, 15 рязанцев – Герои России, 144 рязанца – Герои Социалистического Труда, 6 рязанцев – Герои Труда. Эти награды сопоставимы с наградами, полученными всей Белоруссией, что делает Рязанскую область наиболее богатой на подвиги.

Более 60 Рязанцев с доблестью отстаивали Ленинград, 90 уроженцев Рязанщины уничтожали врага в Сталинградской битве, более 165 солдат Рязанских полков защищали Курскую дугу. 200 доблестных солдат из Рязанской области участвовали в параде победы 1945 года на Красной площади в Москве.

Воинские ритуалы

Тема 1. Военная присяга и порядок приведения к военной присяге.

Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России.

Военная присяга – торжественно обещание (клятва), даваемое каждым гражданином при вступлении в ряды Вооруженных сил.

Приведение военнослужащих к Военной присяге (принесение обязательства) осуществляется в соответствии с «Положением о порядке приведения к военной присяге (принесения обязательства)», предусмотренным в Уставе внутренней службы.

Принятие военной присяги является важным правовым и морально-политическим актом, характерным для военной службы у большинства государств. Принятая в установленном порядке военная присяга становится для военнослужащего законом, подлежащим неукоснительному выполнению. Содержание военной присяги и ритуалы при ее принятии отражают исторические и национальные традиции и обычаи народа и армии. Текст военной присяги, как правило, утверждается высшими органами государственной власти.

Практическая часть: отработка ритуала принятия военной присяги.

Тема 2. Воинские ритуалы.

Ритуалы, проводимые в Вооруженных Силах Российской Федерации, концентрируют в себе высокие, благородные идеалы защиты Отечества, верности воинскому долгу, Военной присяге, Боевому Знамени части. Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации четко определен порядок (церемониал) приведения к Военной присяге, вручения Боевого Знамени воинской части, вручения личного вооружения и военной техники и порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или вышедших в отставку.

Строевая подготовка

Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия.

Знакомство учащихся с основными терминами строевого устава ВС РФ. Строевая стойка принимается по команде «СТАНОВИСЬ».

По этой команде быстро стать в строй и стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, а носки развернуть по линии фронта на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь,

были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию.

На месте по команде «СМИРНО» быстро принять строевую стойку и не шевелиться. Положение «смирно» на месте принимается и без команды: во время исполнения Государственного гимна, при отдавании и получении приказа, при рапорте и обращении военнослужащих друг к другу, во время воинского приветствия, а также при подаче команд. По команде «ВОЛЬНО» стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания, не разговаривать.

Повороты на месте выполняются по командам: «Напра-ВО», «Пол-оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота нале-ВО», «Кру-ГОМ».

Повороты «Кру-ГОМ» (на 1/2 круга), «Нале-ВО» (на 1/4 круга), «Пол-оборота нале-ВО» (на 1/8 круга) производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; «Напра-ВО» и «Пол-оборота напра-ВО» – в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке. Повороты выполняются на два счета: по первому счету повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу, по второму счету кратчайшим путем приставить другую ногу.

Движение совершается шагом или бегом. Нормальная скорость движения шагом 110–120 шагов в минуту. Размер шага 70–80 сантиметров. Нормальная скорость движения бегом 160–180 шагов в минуту. Размер шага 80–90 сантиметров.

Шаг бывает строевой и походный.

Строевой шаг применяется при прохождении подразделений торжественным маршем; во время воинского приветствия ими в движении; при подходе военнослужащего к начальнику и при отходе от него; при выходе из строя и возвращении в строй, а также на строевых занятиях. Походный шаг применяется во всех остальных случаях.

Движение строевым шагом начинается по команде «Строевым шагом – МАРШ» (в движении «Строевым – МАРШ”), а движение походным шагом по команде «Шагом – МАРШ». По предварительной команде подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя устойчивость; по исполнительной команде начать движение с левой ноги полным шагом.

При движении строевым шагом ногу с оттянутым вперед носком выносить на высоту 15–20 см от земли и ставить ее твердо на всю ступню, отделяя в то же время от земли другую ногу. Руками, начиная от плеча, производить движения около тела: вперед – сгибая их в локтях так, чтобы кисти поднимались выше пряжки пояса на ширину ладони и на расстоянии ладони от тела; назад – до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук полусогнуты. В движении голову и корпус держать прямо, смотреть перед собой.

При движении походным шагом ногу выносить свободно, не оттягивая носок, и ставить ее на землю, как при обычной ходьбе; руками производить свободные движения около тела.

При движении походным шагом по команде «СМИРНО» перейти на строевой шаг. При движении строевым шагом по команде «ВОЛЬНО» идти походным шагом.

Практическая часть: отработка строевой стойки, поворотов на месте и в движении без оружия.

Тактическая и военно-медицинская подготовка

Тема 1. Ориентирование на местности без карты и движение по заданному азимуту.

Знакомство учащихся с правилами ориентирования на местности без использования карты. Ориентирование в пространстве без компаса и карты в условиях любой местности – важное умение, которое позволит вам с большой точностью определять стороны горизонта. Благодаря этому вы всегда сможете планировать маршрут своего движения и контролировать его во время всего процесса путешествия.

Но зачем нам знать способы ориентирования на местности? Ведь сегодняшний,

высокотехнологический мир предоставляет нам множество возможностей по определению местоположения на местности и контролю пути без компаса и карты. Ответ прост. Это понадобится вам в том случае, когда у вас не будет современных приборов (навигаторов, компаса, карты и других).

Ориентирование на местности заключается в определении сторон горизонта, широты и долготы, азимута ориентиров. Каждый из этих терминов и величин применяется для того или иного способа определения места или направления.

Магнитный азимут и его определение. При определении направления на местный предмет обычно пользуются магнитным азимутом.

Магнитным азимутом называется горизонтальный угол, измеряемый по ходу часовой стрелки от северного направления магнитного меридиана до направления на предмет. Он имеет значения от 0 до 360 градусов.

Для определения магнитного азимута на местный предмет с помощью компаса надо стать лицом к этому предмету и ориентировать компас. Затем, удерживая компас в ориентированном положении, установить визирное приспособление так, чтобы визирная линия прорезь—мушка совпала с направлением на местный предмет. В этом положении отсчёт на лимбе против указателя у мушки покажет величину магнитного (прямого) азимута (направления) на местный предмет.

Движение по азимутам. Для движения по азимутам необходимо знать магнитные азимуты с каждого пункта на маршруте движения и расстояния между пунктами движения в парах шагов (для человека среднего роста пара шагов принимается за 1,5 м). При движении на машине расстояние измеряют по спидометру. Эти данные подготавливает командир и оформляет в виде схемы маршрута. При движении переходят от одного пункта к другому, выдерживая направление на ориентиры и ведя счёт пар шагов. На исходном и поворотных пунктах по заданному азимуту с помощью компаса находят направление движения. В этом направлении выбирают и запоминают или более удалённый ориентир (вспомогательный), или ориентир, расположенный ближе к поворотному пункту маршрута движения (промежуточный). Если с промежуточного ориентира не виден поворотный пункт, то определяют следующий ориентир.

Практическая часть: отработка порядка ориентирования и движения по заданному азимуту.

Тема 2. Личная гигиена военнослужащих.

Знакомство с правилами личной гигиены военнослужащих. Каждый военнослужащий должен заботиться о сохранении своего здоровья, не скрывать болезней, строго соблюдать правила личной и общественной гигиены и воздерживаться от вредных привычек (курение и употребление алкоголя).

Выполнение правил личной гигиены включает:

- утреннее умывание с чисткой зубов;
- мытье рук перед приемом пищи;
- умывание, чистку зубов и мытье ног перед сном;
- своевременное бритье лица, стрижка волос и ногтей;
- еженедельное мытье в бане со сменой нательного и постельного белья, портянок и носков;
- содержание в чистоте обмундирования, обуви и постели, своевременную смену подворотничков.

Прическа военнослужащего, усы, борода, если они имеются должны быть аккуратными, отвечать требованиям гигиены и не мешать использованию средств индивидуальной защиты и ношению снаряжения. Ношение бороды разрешается только офицерам и прапорщикам (мичманам).

Правила общественной гигиены включают: поддержание чистоты в спальнях, помещениях, туалетах и др. комнатах общего пользования, регулярное проветривание помещений; поддержание чистоты в общественных местах, а также на территории расположения полка.

Практическая часть: отработка выполнения требований личной гигиены военнослужащих.

Тема 3. Средства индивидуального медицинского оснащения военнослужащих и правила пользования ими. Оказание первой помощи при ранениях и кровотечениях.

Знакомство учащихся со средствами индивидуальной медицинской помощи военнослужащих. Кровотечение - это излияние крови из поврежденного кровеносного сосуда. Оно является одним из частых и опасных последствий ранений, травм и ожогов. В зависимости от вида поврежденного сосуда различают: артериальные, венозные и капиллярные кровотечения, а от направления поступления крови делят на внутренние и наружные.

Артериальное кровотечение возникает при повреждении артерий и является наиболее опасным. Признаком является истечение из раны пульсирующей струи крови алого цвета.

Первая помощь направлена на остановку кровотечения. Самым надежным способом временной остановки артериального кровотечения на верхних и нижних конечностях является наложение кровоостанавливающего жгута или закрутки. При отсутствии жгута может быть использован любой подручный материал. Остановка осуществляется путем пальцевого прижатия кровотока выше раны, там, где сосуд проходит поверхностно и может быть прижат к кости, а также с помощью наложения кровоостанавливающего жгута или закрутки.

Ранение – любое повреждение, связанное с нарушением целостности кожи или слизистых оболочек. Рана характеризуется следующими признаками: боль, расхождение краев раны, кровотечением, нарушением функций организма. Классификация ран в зависимости от вида ранящего предмета: резаные; колотые; рубленые. Резаные раны характеризуются сравнительно небольшой глубиной, ровными краями, сильным кровотечением. Колотые раны характеризуются глубокими ранениями, небольшим размером ранения, отсутствием или слабовыраженным наружным кровотечением, при опасном повреждении внутренних органов и крупных сосудов. Рубленые раны характеризуются повреждением мягких тканей, костей и внутренних органов. В зависимости от проникновения в полость тела раны делятся на: проникающие и непроникающие. Кроме того, раны делят на чистые (оперативное вмешательство) и инфицированные (случайные).

Первая помощь при ранении заключается в обнаружении раны, промывании раствором перекиси водорода, затем кожа вокруг раны обрабатывается спиртом, раствором йода, бриллиантовой зелени, спиртом, водкой или, в крайнем случае, одеколоном. Ватным или марлевым тампоном, смоченным одной из этих жидкостей, кожу смазывают от края раны. Не следует заливать их в рану, так как это, во-первых, усилит боль, во-вторых, повредит ткани внутри раны и замедлит процесс заживления. Если в ране находится инородное тело, ни в коем случае не следует его извлекать. После завершения всех манипуляций рана закрывается стерильной повязкой.

Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка индивидуальная (АИ), аптечка войсковая (АВ), пакеты перевязочный и противохимический индивидуальный, пантоцид. Предназначение, порядок и правила пользования ими (Н – М – 1,7).

Для оказания первой помощи личный состав Вооруженных Сил оснащают носимыми индивидуальными средствами: аптечкой индивидуальной, пакетом перевязочным индивидуальным и пакетом противохимическим индивидуальным (индивидуальное Медицинское оснащение). Экипажи и расчеты подвижных объектов вооружения и военной техники дополнительно обеспечиваются аптечкой войсковой (групповое медицинское оснащение).

Индивидуальное и групповое медицинское оснащение личного состава позволяет самому пострадавшему или его товарищу оказать первую помощь непосредственно на месте ранения (поражения).

Номенклатура и число предметов, входящих в состав аптечек, регламентированы специальным сборником.

Практическая часть: отработка порядка оказания первой медицинской помощи при ранениях, правил остановки кровотечения.

Огневая подготовка

Тема 1. Стрелковое оружие: назначение, устройство, требования безопасности.

Знакомство учащихся с основными видами стрелкового оружия Вооруженных сил Российской Федерации.

Назначение, боевые свойства и общее устройство стрелкового оружия.

Назначение 5,45-мм автомата Калашникова АК-74
5,45-мм автомат Калашникова АК-74 является индивидуальным оружием и предназначен для уничтожения живой силы и поражения огневых средств противника. Для поражения противника в рукопашном бою к автомату присоединяется штык-нож.

Назначение 7,62-мм ручного пулемета Калашникова РПК
7,62-мм ручной пулемет Калашникова является наиболее мощным автоматическим оружием стрелкового отделения. Он предназначен для уничтожения живой силы и поражения огневых средств противника.

Назначение 7,62-мм пулемета Калашникова танкового ПКТ
7,62-мм пулемет Калашникова танковый (ПКТ) является мощным автоматическим оружием и предназначен для уничтожения живой силы и огневых средств противника. Пулемет ПКТ установлен внутри башенной пулеметной установки системы 15В94.

Боевые свойства 5,45-мм автомата Калашникова АК-74.
Для стрельбы из автомата применяются патроны с обыкновенными (со стальным сердечником) и трассирующими пулями.

Из автомата ведется автоматический или одиночный огонь. Автоматический огонь является основным видом огня: он ведется короткими (до 5 выстрелов) и длинными (до 10 выстрелов) очередями и непрерывно. Подача патронов при стрельбе производится из коробчатого магазина емкостью 30 патронов. Магазины автомата взаимозаменяемы.

Прицельная дальность стрельбы – 1000 м.

Наиболее действительный огонь по наземным целям, по самолетам, вертолетам и парашютистам – на дальности до 500 м.

Сосредоточенный огонь по наземным групповым целям ведется на дальность до 1000 м.

Дальность прямого выстрела:

по грудной фигуре – 440 м,

по бегущей фигуре – 625 м.

Темп стрельбы около 600 выстрелов в минуту.

Боевая скорострельность:

при стрельбе очередями – до 100 выстрелов в минуту;

при стрельбе одиночными выстрелами – до 40 выстрелов в минуту.

Вес автомата без штыка-ножа со снаряженным патронами пластмассовым магазином: АК74 – 3,6 кг. Вес штыка-ножа с ножнами – 490 г.

Автомат состоит из следующих основных частей и механизмов:

– ствола со ствольной коробкой, прицельным приспособлением, прикладом и пистолетной рукояткой;

– крышки ствольной коробки;

– затворной рамы с газовым поршнем;

– затвора;

– возвратного механизма;

– газовой трубки со ствольной накладкой;

– ударно-спускового механизма;

– цевья;

– магазина.

Кроме того, у автомата имеется дульный тормоз-компенсатор и штык-нож.

В комплект автомата входят:

– принадлежность, ремень и сумка.

Требования безопасности при обращении с оружием:

– Личный состав, не усвоивший требования безопасности, к стрельбе и обслуживанию стрельбы не допускается.

– Каждый военнослужащий должен точно и беспрекословно выполнять установленные требования безопасности при стрельбе.

– Передвижения на войсковом стрельбище разрешаются только по дорогам и в районах, которые определены командиром соединения (войсковой части) или начальником, за которым закреплено войсковое стрельбище.

– Запрещается проведение стрельбы в условиях ограниченной видимости, если с места руководителя стрельбы на участке не наблюдается основное и опасные направления стрельбы. Разрешение на открытие огня на войсковом стрельбище дает старший руководитель стрельбы.

– Запрещается заходить (заезжать) на участки, где имеются неразорвавшиеся гранаты и другие взрывоопасные предметы. Эти участки должны быть своевременно обозначены указками и знаками с соответствующими предупредительными надписями.

– Запрещается трогать неразорвавшиеся гранаты, другие взрывоопасные предметы и средства имитации. О каждой неразорвавшейся гранате докладывать старшему руководителю стрельбы и начальнику войскового стрельбища, установленным порядком.

– При метании боевых ручных гранат вставлять запал разрешается только перед их метанием по команде руководителя стрельбы. Переносить боевые ручные гранаты вне гранатных сумок запрещается.

– Выходить из укрытия разрешается по истечении 10–20 с после взрыва оборонительной гранаты.

– Если заряженная боевая граната не была брошена (предохранительная чека не вынималась), разряжение ее производить только по команде и под непосредственным наблюдением руководителя стрельбы.

– При стрельбе из вертолета в полете и из макета вертолета (тренажера) зарядка оружия, стрельбу, разряжение и осмотр производить при установленном оружии на кронштейне и по команде (сигналу) руководителя стрельбы на вертолете (тренажере).

– Вставать со своих мест и перемещаться в кабине вертолета личному составу запрещается.

Ведение огня каждым стреляющим должно немедленно прекращаться самостоятельно или по команде руководителя стрельбы в случаях:

- появление людей, машин или животных на мишенном поле, низколетящих летательных аппаратов над районом стрельбы;
- падение гранат за пределы безопасной зоны или вблизи блиндажа, занятого людьми, и потери связи с блиндажом;
- поднятие белого флага (фонаря) на командном пункте или на блиндаже, а также подачи из блиндажа другого установленного сигнала о прекращении огня (взрыв-пакета, дымовой шашки, ракеты и т.п.);
- доклада или подачи с поста оцепления установленного сигнала об опасности продолжения стрельбы;
- возникновения пожара на мишенном поле.

Категорически запрещается:

- заряжать оружие боевыми и холостыми патронами, а также боевыми и инертными гранатами до звукового сигнала «ОГОНЬ» (команды руководителя, командира);
- направлять оружие на людей, в сторону и в тыл войскового стрельбища независимо от того, заряжено оно или нет;
- открывать и вести огонь из неисправного оружия, неисправными боеприпасами, в опасных направлениях стрельбы, при поднятом белом флаге на командном (участковом) пункте и укрытиях (блиндажах);
- оставлять где бы то ни было заряженное оружие или передавать его другим лицам, оставлять на огневой позиции (месте для стрельбы) оружие без команды руководителя стрельбы на участке (командира);
- заходить (выезжать) на участки войскового стрельбища (учебного объекта), где имеются неразорвавшиеся боевые гранаты и другие взрывоопасные предметы; эти участки являются запретными зонами и должны быть огорожены, обозначены указками и знаками с соответствующими предупредительными надписями, например: «Опасно! Неразорвавшаяся граната, не трогать!»;
- разбирать боевые гранаты и устранять в них неисправности;
- трогать неразорвавшиеся гранаты, снаряды и другие взрывоопасные предметы; каждую неразорвавшуюся гранату (снаряд) сразу же после обнаружения необходимо обозначить указкой с предупредительной надписью и сообщить начальнику войскового стрельбища.

Запрещается в мирное время для проведения стрельб использовать:

- 7,62 мм патроны обр. 1943 года с зажигательной пулей (З) и биметаллической гильзой (ГЖ);
- 7,62 мм винтовочные патроны с легкой пулей (Л) и биметаллической гильзой (ГЖ) или латунной гильзой (ГЛ), а также с тяжелой пулей (Д) и биметаллической гильзой (ГЖ) или латунной гильзой (ГЛ).

Тема 2. Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Приемы и способы ведения огня из стрелкового оружия.

Знакомство учащихся с основными правилами стрельбы из стрелкового оружия. Приёмы стрельбы из стрелкового оружия включают: изготовку, прицеливание, спуск курка и организацию дыхания при стрельбе.

Изготовка. Правильная изготовка обеспечивает устойчивость оружия, которая оказывает влияние на меткость стрельбы. Изготовка включает принятие положения для стрельбы, зарядание оружия и прикладку.

Чтобы принять положение для стрельбы лёжа из малокалиберной винтовки, надо, удерживая винтовку в правой руке дульной частью вперёд, сделать правой ногой полный шаг вперёд и немного вправо. Наклониться вперёд и опуститься на левое колено. Затем, опираясь левой рукой о землю, последовательно опуститься на бедро левой ноги и предплечье левой руки. Лечь на левый бок и быстро повернуться на живот, слегка раскинув

ноги в стороны носками наружу. При этом корпус располагается под углом 25—30° к плоскости стрельбы. Винтовка кладётся цевьём на ладонь левой руки. Для заряжания малокалиберной винтовки надо правой рукой открыть и отвести назад затвор, взять патрон за шляпку большим и указательным пальцами правой руки и ввести пулю в патронник; большим пальцем подтолкнуть патрон вперёд, пока закраина гильзы не натолкнётся на торец пенька ствола; правой рукой закрыть затвор.

Прицеливание – это совокупность действий стрелка, предназначенных для придания каналу ствола оружия положения в пространстве, обеспечивающего полёт пули в нужном направлении и на необходимую дальность. Эти действия выполняются с помощью прицела и мушки.

Для того чтобы на протяжении всей стрельбы сохранилось единообразие изготовления и прикладки, первоначальную наводку оружия в цель следует выполнять не руками, а перемещением корпуса, не изменяя положения левой руки. Если оружие направлено низко,

то корпус надо переместить назад. Если оружие направлено высоко, корпус подаётся вперёд. При перемещении корпуса вместе с ногами вправо ствол оружия отклоняется влево, а когда корпус передвигается влево, ствол перемещается вправо.

Полезно по окончании грубой наводки оружия в направлении цели закрыть глаза и расслабить мышцы. Затем, открыв глаза, посмотреть, куда направлено оружие, и при необходимости поправить грубую наводку.

Для прицеливания необходимо зажмурить левый глаз, а правым смотреть через прорезь прицела на мушку так, чтобы мушка находилась строго посередине прорези, а её вершина оказалась вровень с верхними краями гравировки прицельной планки. Это и называется взять ровную мушку; её надо удерживать. Затем, задерживая дыхание на выдохе, следует подвести ровную мушку к точке прицеливания, одновременно нажимая на спусковой крючок.

Спуск курка – один из наиболее важных и ответственных элементов техники стрельбы. На спусковой крючок указательный палец правой руки необходимо накладывать первым суставом и нажимать плавно и прямо назад. Если палец накладывать вторым суставом, то нажим будет происходить влево назад, вследствие чего и оружие будет смещаться влево. Для спуска курка надо, затаив дыхание, плавно нажимать на спусковой крючок до тех пор, пока курок незаметно для стреляющего не спустится с боевого взвода, т. е. пока не произойдёт выстрел.

Во время прицеливания и спуска курка необходимо задерживать дыхание. Наиболее целесообразным моментом для задержки дыхания является окончание выдоха. Следует сначала осуществить грубую наводку, сделать глубокий вдох, а затем, медленно выдыхая, выполнить точную наводку с одновременным плавным нажатием на спусковой крючок, чтобы ликвидировать его мёртвый ход. Уточняя прицеливание и затаив дыхание на окончании выдоха, стрелок, продолжая плавно нажимать на спусковой крючок, производит выстрел.

Приёмы и правила стрельбы из автомата. Стрельба из автомата состоит из изготовления к стрельбе, производства стрельбы (выстрела) и прекращения стрельбы.

Изготовка к стрельбе означает, что нужно принять положение для стрельбы и зарядить автомат. При ведении огня с места автоматчик принимает положение для стрельбы стоя, с колена или лёжа в зависимости от условий местности и огня противника. В движении автоматчик может вести огонь без остановки и с короткой остановкой. Изготавливаются к стрельбе по команде командира или самостоятельно. Руководствуясь общими правилами выполнения приёмов стрельбы и учитывая свои индивидуальные особенности, каждый автоматчик вырабатывает и применяет наиболее выгодные и устойчивые положения для стрельбы, добываясь единообразного положения головы, корпуса, рук и ног.

Производство стрельбы включает установку прицела, постановку переводчика на требуемый вид огня, прикладку, прицеливание, спуск курка и удержание автомата при стрельбе.

Практическая часть: отработка приемов и способов стрельбы из стрелкового оружия.

Основы безопасности личности, общества и государства

Тема 1. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них.

Знакомство учащихся с понятием «чрезвычайная ситуация природного характера». Стихийные бедствия – это различные явления природы, вызывающие внезапные нарушения нормальной жизнедеятельности населения, а также разрушения и уничтожение материальных ценностей. Они нередко оказывают отрицательное воздействие на окружающую природу.

К стихийным бедствиям обычно относятся землетрясения, наводнения, селевые потоки, оползни, снежные заносы, извержения вулканов, обвалы, засухи. К таким бедствиям в ряде случаев могут быть отнесены также пожары, особенно массовые лесные и торфяные.

Опасными бедствиями являются, кроме того, производственные аварии. Особую опасность представляют аварии на предприятиях нефтяной, газовой и химической промышленности.

Практическая часть: отработка практических действий при возникновении чрезвычайных ситуаций природного характера.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них

Знакомство учащихся с понятием «чрезвычайная ситуация техногенного характера». Чрезвычайная ситуация техногенного характера – обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, крупной аварии (катастрофы), повлекшей за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.

Катастрофа техногенного характера – событие с трагическими последствиями, крупная авария с гибелью людей.

Аварии бывают разных видов: повреждение станка, оборудования, транспортного средства, системы энергоснабжения, здания, которое может сопровождаться взрывами, пожарами, выбросом радиоактивных веществ, не повлекшее за собой значительного материального ущерба и серьезных человеческих жертв (взрывы могут быть вызваны неправильной эксплуатацией бытовых и газовых плит или баллонов с газом, находящимся под давлением).

Практическая часть: отработка практических действий при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Тема 3. Терроризм, экстремизм – сущность и угрозы безопасности личности и общества.

Знакомство учащихся с понятиями «терроризм, экстремизм».

Экстремизм – это приверженность отдельных людей или групп к крайним взглядам и поступкам, которые подспудно или непосредственно направлены против законных политических прав и свобод граждан, являются угрозой для гражданского мира, национального согласия и духовной, религиозной терпимости в обществе и государстве.

Экстремистские взгляды и действия – это прямой путь к нарушению закона.

Терроризм относится к числу общемировых социальных проблем и является жестокой, труднопредсказуемой чрезвычайной ситуацией социального характера. (*Социальный* – относящийся к обществу, связанный с жизнью и отношениями людей в обществе).

Терроризм проявляется в различных формах: от угроз по телефону до взрывов в воздухе авиалайнеров с пассажирами на борту. Он влечёт разрушение материальных и духовных ценностей, сеет вражду между государствами, провоцирует войны, недоверие и ненависть между социальными и национальными группами. Терроризм во всех его формах и проявлениях представляет собой одну из самых серьёзных угроз миру и безопасности.

За свою долгую историю терроризм представал в самых разных обликах и видах. В настоящее время мировое сообщество имеет дело не с одним, а со многими видами терроризма. Следует запомнить, что все виды терроризма носят политический характер. В России и в мире считают, что все виды терроризма и все террористические акты являются преступными, независимо от мотивов их совершения.

От граждан Российской Федерации требуются повышенная бдительность и соблюдение мер личной безопасности против террористической деятельности. Для этого каждому необходимо:

- соблюдать правила безопасности поведения при угрозе возникновения террористического акта, рекомендованные специалистами в области противодействия терроризму;
- соблюдать установленные нормы и правила морального поведения, исключающие вовлечение в террористическую деятельность.

В заключение приведём определение терроризма из Федерального закона Российской Федерации «О противодействии терроризму» (в сокращённом виде): «Терроризм – идеология насилия и практика воздействия на принятие решения органами власти, связанные с устрашением населения и иными формами противоправных насильственных действий».

Физическая подготовка

Тема 1. Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на короткие, средние и длинные дистанции. Ознакомление со способами ускоренного передвижения в различных условиях местности.

Знакомство учащихся с основными правилами ускоренного передвижения в различных условиях местности. Занятия по ускоренному передвижению направлены на развитие выносливости и быстроты, скоростно-силовых качеств, совершенствование навыков в ходьбе, беге по ровной и пересеченной местности, прыжках и метаниях, слаженность действий в составе подразделений, воспитание волевых качеств.

Занятия проводятся на стадионе или ровной площадке (спортивном зале), а также на пересеченной местности по дороге и вне дорог.

В содержание занятий включается бег на различные дистанции, прыжки, метания, кроссы и марш-броски, специальные прыжковые и беговые упражнения, направленные на совершенствование техники движений и физических качеств, упражнения с отягощением и эстафеты.

Занятия проводятся в составе подразделений, фронтальным или поточным способом.

Подготовительная часть занятия включает: ходьбу и бег, направленные на подготовку организма военнослужащих; упражнения на месте для совершенствования гибкости, подготовки мышц и связок; специальные прыжково-беговые упражнения для подготовки опорно-двигательного аппарата обучаемых к нагрузкам основной части занятий; ускорения.

В основную часть занятий включаются: бег на короткие дистанции (от 30 до 400 м, челночный бег, эстафеты); бег на средние и длинные дистанции (от 1 до 10 км и более); кроссы, марш-броски до 10 км; специальные прыжково-беговые упражнения, в метаниях, с отягощением.

Практическая часть: бег на различные дистанции, ускоренное передвижение на местности.

Тема 2. Преодоление препятствий. Обучение выполнению приемов преодоления препятствий по условиям Общевоинской контрольной упражнения. Сдача норм комплекса ГТО.

Знакомство учащихся с основными правилами преодоления препятствий. Занятия по преодолению препятствий направлены на формирование и совершенствование навыков в преодолении искусственных и естественных препятствий, выполнение специальных приемов и действий, метание гранат на точность, развитие быстроты, выносливости, совершенствование навыков в коллективных действиях на фоне больших физических нагрузок, воспитание уверенности в своих силах, смелости и решительности.

Занятия по преодолению препятствий проводятся на местности, с отдельными естественными (искусственными) препятствиями, или на специально построенных полосах препятствий в военной форме одежды.

В содержание занятий включаются:

- преодоление горизонтальных и вертикальных препятствий индивидуально и в составе подразделений;
- специальные приемы и действия на сооружениях, макетах боевой техники, с грузом индивидуально и в составе подразделений;
- метание гранат на точность;
- контрольные упражнения на полосах препятствий.

Предупреждение травматизма на занятиях по преодолению препятствий, обеспечивается:

- вскапыванием и засыпанием опилками (песком) мест приземления при прыжках с высоких препятствий;
- увеличением интервалов и дистанций при проведении занятий с оружием, а также в темное время суток;
- очисткой ото льда и снега препятствий, мест отталкивания и приземления; строгим соблюдением правил применения имитационных средств.

Практическая часть: отработка приемов преодоления препятствий, сдача норм комплекса ГТО.

Тема 3. Приемы рукопашного боя.

Знакомство учащихся с основными приемами нападения, защиты. Правилами ведения рукопашного боя. Современный общевойсковой бой не исключает рукопашную схватку между подразделениями и отдельными группами противоборствующих сторон в самых различных условиях: в населенных пунктах, горной местности, на ограниченных площадях, в траншеях и особенно в городах.

Овладение приемами рукопашного боя направлено на формирование у военнослужащих всех воинских специальностей навыков, необходимых для уничтожения противника, выведения его из строя или пленения, а также для самозащиты от нападения. Изготовка к бою (боевая стойка) - наиболее удобное положение для рукопашной схватки с противником. Может приниматься без оружия и с оружием. Передвижения имеют важное

значение для своевременного принятия необходимых исходных положений для атаки или защиты. Выполняются шагом, скачком и бегом. Приемы самостраховки предупреждают травмы и ушибы о землю после бросков, а также падения и столкновения в единоборствах с противником. Овладение приемами самостраховки начинается с изучения группировки - одного из основных подготовительных элементов самостраховки при падении на бок и назад.

Приемы нападения без оружия. Удары рукой наносятся прямо, сбоку, снизу, сверху. При ударе рукой важное значение имеет правильное положение пальцев в кулаке и кулака (в момент удара) по отношению к предплечью. Кулак должен быть крепко сжат, что предохраняет основания пальцев от травм. Тыльная сторона кулака должна составлять прямую линию с предплечьем.

Приемы нападения с оружием. Удары ножом наносятся при непосредственном столкновении с противником. Удары ножом разучиваются, как правило, групповым односторонним способом с использованием чучел, стоек с фашинами и других обозначенных целей. На всех этапах обучения данным ударам руководитель должен обращать внимание занимающихся на три основных элемента; короткая амплитуда замаха (чтобы удар получился неожиданным - в этом случае противнику трудно будет защититься или уйти от удара); резкий и сильный удар (за счет разворота плечевого пояса и пристального шага), немедленное принятие после удара положения боевой стойки.

Приемы защиты без оружия. Защита от ударов рукой.

В зависимости от способа нанесения удара применяются следующие виды защиты:

- отбивы в сторону предплечьем, ладонью, кулаком;
- подставки (блоки) предплечий, плеча, ладони;
- отходы назад или в сторону шагом или скачком;
- нырки под бьющую руку или уклон в сторону (назад) от бьющей руки и др.

Все виды защиты выполняются в комплексе с контратакующими ударами руками и ногами, болевыми и другими приемами.

Практическая часть: отработка приемов рукопашного боя.

Практические занятия

Тема 1. На базе воинской части: размещение и быт военнослужащих.

Практическая часть: знакомство учащихся с организацией быта военнослужащих на территории реальной воинской части.

Тема 2. На площади Победы: Пост № 1.

Практическая часть: знакомство учащихся с действиями караула на Посту №1, отработка приемов выставления и смены караула у поста № 1.

3-я группа обучения, 10-11 классы

Общественно-государственная подготовка и военная история

Тема 1. Защита Отечества – конституционный долг и обязанность гражданина Российской Федерации. Государственные символы Российской Федерации, Рязанской области, г. Рязани, символика Юнармии.

Знакомство учащихся с основными положениями Конституции РФ о защите Отечества, Флагом, гербом и Гимном РФ, государственными символами Рязани и Рязанской области, символикой Юнармии.

Официальная российская символика является выражением суверенитета страны и ее самобытности. Символика России отражает многонациональность культур и традиций. Символика Российской Федерации - это патриотическая и историческая ценность страны. Символика Российской Федерации включает в себя флаг, герб и гимн страны.

Город Рязань в соответствии с федеральным законодательством и геральдическими правилами имеет официальные символы, отражающие исторические, культурные, национальные и иные местные традиции, и особенности. Официальные символы города Рязани и порядок их официального использования устанавливаются Уставом муниципального образования - городской округ город Рязань Рязанской области и нормативными правовыми актами представительного органа города Рязани.

Официальными символами города Рязани являются герб и флаг.

Эмблема Движения «Юнармия» представляет профиль головы орла, повернутый вправо, символизирующий российское государство и его армию. Фон головы орла выполнен в двух цветах – бордовом и красном. В центре профиля орла помещена звезда серебряного цвета. Под ней надпись - «ЮНАРМИЯ». Окантовка эмблемы и надпись выполнены серебряным цветом. Флаг Движения представляет собой красное полотнище, в центре которого, на лицевой стороне изображена эмблема Движения. На значках Движения изображена эмблема Движения.

Тема 2. Порядок прохождения военной службы.

Знакомство учащихся с порядком прохождения воинской службы, уставами Вооруженных Сил РФ.

Военная служба заключается в повседневном выполнении конкретных воинских обязанностей в Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, органах внешней разведки и федеральных органах безопасности, других воинских формированиях и органах.

В Вооруженных Силах – это и непосредственное участие в боевых действиях, и повседневная боевая подготовка, все другие виды подготовки и обучения, постоянное совершенствование каждым военнослужащим своего воинского мастерства, несение боевого дежурства (боевой службы), гарнизонной и внутренней службы, выполнение иных уставных требований, соблюдение воинской дисциплины и т. п.

Тема 3. Дни воинской славы России.

Знакомство учащихся с Законом РФ «О днях воинской славы (победных днях) России». Дни и события, включенные в перечень: 18 апреля-День победы русских воинов князя Александра Невского над немецкими рыцарями на Чудском озере в 1242 году, 21 сентября-День победы русских полков во главе с Дмитрием Донским над татаро-монгольскими войсками в Куликовской битве 1380 года, 23 февраля-День защитника Отечества, 9 мая-День Победы советского народа в Великой отечественной войне 1941-1945 годов и др.

Тема 4. Рязань – столица ВДВ (на базе музея истории ВДВ). Рязань – город воинской доблести.

Знакомство учащихся с историей Рязани, как города воинской доблести и столицы ВДВ.

Знакомство учащихся с историей Рязани, как города воинской доблести и столицы ВДВ. В Рязани размещается РВВДКУ им. Генерала армии В.Ф. Маргелова, образованное в 1918 году в качестве первых Рязанских пехотных курсов красных командиров. За время своего существования училище подготовило более 50 тысяч офицеров для ВДВ и других видов и родов войск ВС РФ. Среди выпускников училища много прославленных военачальников, современных военных и политических деятелей: П. Грачев, В. Востротин,

А. Лебедь, Е. Подколзин, Г. Шпак, В. Шаманов, А. Колмаков, Войцех Ярузельский и др.

Рязань достойна почетного звания «Город воинской доблести».

В 1941 в ходе защиты столицы нашей Родины именно Рязань была ближайшим прифронтовым тылом. Здесь был сформирован Рязанский добровольческий рабочий полк, который сдерживал ряд вражеских позиций на московском направлении до прихода частей Красной Армии. Контрнаступление под Москвой началось с рязанской земли. Рязань входила в систему Московской зоны обороны: обеспечила строительство оборонительных сооружений, подготовила население к самообороне и провела необходимые боевые действия. Крупных военных действий в черте города не происходило, однако труженики тыла героическими усилиями приближали Победу.

В Великой Отечественной войне советского народа против немецко – фашистских захватчиков 1941 – 1945 г. было мобилизовано свыше 300 тысяч рязанцев. Более 170 тысяч из них погибли и пропали без вести. 70 тысяч рязанцев награждены боевыми орденами и медалями, 384 рязанца – Герои Советского Союза (в том числе две женщины – штурманы ночных бомбардировщиков), 67 рязанцев – полные кавалеры ордена Славы, 15 рязанцев – Герои России, 144 рязанца – Герои Социалистического Труда, 6 рязанцев – Герои Труда. Эти награды сопоставимы с наградами, полученными всей Белоруссией, что делает Рязанскую область наиболее богатой на подвиги.

Более 60 Рязанцев с доблестью отстаивали Ленинград, 90 уроженцев Рязанщины уничтожали врага в Сталинградской битве, более 165 солдат Рязанских полков защищали Курскую дугу. 200 доблестных солдат из Рязанской области участвовали в параде победы 1945 года на Красной площади в Москве.

Тема 5. Святыни родного края. Рязанцы в годы Великой отечественной войны 1941-1945 годов.

Знакомство учащихся со святынями Рязанского края, памятными местами, историческими местами Рязани и Рязанской области: Рязанским кремлем, Иоанно-Богословским монастырем в с. Пощупово, историческими местами п. Солотча и др.

Знакомство учащихся с ролью рязанцев в Великой отечественной войне 1941-1945 годов, рязанцами-героями войны: Ф. Полетаевым, С. Бирюзовым, А. Хлобыстовым, А. Фирсовым, А. Кашириным, А. Типановым, И. Земнуховым и др.

Воинские ритуалы

Тема 1. Военная присяга и порядок приведения к военной присяге.

Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России.

Военная присяга – торжественно обещание (клятва), даваемое каждым гражданином при вступлении в ряды Вооруженных сил.

Приведение военнослужащих к Военной присяге (принесение обязательства) осуществляется в соответствии с «Положением о порядке приведения к военной присяге (принесения обязательства)», предусмотренным в Уставе внутренней службы.

Принятие военной присяги является важным правовым и морально-политическим актом, характерным для военной службы у большинства государств. Принятая в установленном порядке военная присяга становится для военнослужащего законом, подлежащим неукоснительному выполнению. Содержание военной присяги и ритуалы при ее принятии отражают исторические и национальные традиции и обычаи народа и армии. Текст военной присяги, как правило, утверждается высшими органами государственной власти.

Практическая часть: отработка ритуала принятия военной присяги.

Тема 2. Воинские ритуалы.

Ритуалы, проводимые в Вооруженных Силах Российской Федерации, концентрируют в себе высокие, благородные идеалы защиты Отечества, верности воинскому долгу, Военной присяге, Боевому Знамени части. Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации четко определен порядок (церемониал) приведения к Военной присяге, вручения Боевого Знамени воинской части, вручения личного вооружения и военной техники и порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или вышедших в отставку.

Строевая подготовка

Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия.

Знакомство учащихся с основными терминами строевого устава ВС РФ. Строевая стойка принимается по команде «СТАНОВИСЬ».

По этой команде быстро стать в строй и стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, а носки развернуть по линии фронта на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию.

На месте по команде «СМИРНО» быстро принять строевую стойку и не шевелиться. Положение «смирно» на месте принимается и без команды: во время исполнения Государственного гимна, при отдавании и получении приказа, при рапорте и обращении военнослужащих друг к другу, во время воинского приветствия, а также при подаче команд. По команде «ВОЛЬНО» стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания, не разговаривать.

Повороты на месте выполняются по командам: «Напра-ВО», «Пол-оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота нале-ВО», «Кру-ГОМ».

Повороты «Кру-ГОМ» (на 1/2 круга), «Нале-ВО» (на 1/4 круга), «Пол-оборота нале-ВО» (на 1/8 круга) производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; «Напра-ВО» и «Пол-оборота напра-ВО» – в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке. Повороты выполняются на два счета: по первому счету повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу, по второму счету кратчайшим путем приставить другую ногу.

Движение совершается шагом или бегом. Нормальная скорость движения шагом 110–120 шагов в минуту. Размер шага 70–80 сантиметров. Нормальная скорость движения бегом 160–180 шагов в минуту. Размер шага 80–90 сантиметров.

Шаг бывает строевой и походный.

Строевой шаг применяется при прохождении подразделений торжественным маршем; во время воинского приветствия ими в движении; при подходе военнослужащего к начальнику и при отходе от него; при выходе из строя и возвращении в строй, а также на строевых занятиях. Походный шаг применяется во всех остальных случаях.

Движение строевым шагом начинается по команде «Строевым шагом – МАРШ» (в движении «Строевым – МАРШ»), а движение походным шагом по команде «Шагом – МАРШ». По предварительной команде подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя устойчивость; по исполнительной команде начать движение с левой ноги полным шагом.

При движении строевым шагом ногу с оттянутым вперед носком выносить на высоту 15–20 см от земли и ставить ее твердо на всю ступню, отделяя в то же время от земли

другую ногу. Руками, начиная от плеча, производить движения около тела: вперед – сгибая их в локтях так, чтобы кисти поднимались выше пряжки пояса на ширину ладони и на расстоянии ладони от тела; назад – до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук полусогнуты. В движении голову и корпус держать прямо, смотреть перед собой.

При движении походным шагом ногу выносить свободно, не оттягивая носок, и ставить ее на землю, как при обычной ходьбе; руками производить свободные движения около тела. При движении походным шагом по команде «СМИРНО» перейти на строевой шаг. При движении строевым шагом по команде «ВОЛЬНО» идти походным шагом.

Практическая часть: отработка строевой стойки, поворотов на месте и в движении без оружия.

Тема 2. Строевые приемы и движение с оружием.

Знакомство учащихся с основными терминами строевого устава ВС РФ. Выполнение приемов с оружием на месте. В положении «на ремень» автомат берут при построениях, на марше в пешем строю, часовые на посту (в дневное время) и в других случаях. В положении «на грудь» автомат носят на марше в пешем строю, при прохождении торжественным маршем и при несении службы часовым почетного караула. В положении «за спину» автомат носят на марше в пешем строю, а также при выполнении работ, например, при тушении пожара и т. д.

Выполнение приема «на грудь» из положения «на ремень» Автомат из положения «на ремень» в положение «на грудь» берется по команде «Автомат на – ГРУДЬ». По исполнительной команде необходимо:

- подать правую руку по ремню несколько вверх, снять автомат с плеча и, подхватив его левой рукой за цефье и ствольную накладку, держать перед собой вертикально магазином влево, дульным срезом на высоте подбородка;
- правой рукой отвести ремень вправо и перехватить его ладонью снизу так, чтобы пальцы были полусогнуты и обращены к себе; одновременно продеть под ремень локоть правой руки;
- закинуть ремень за голову; взять автомат правой рукой за шейку приклада, а левую руку быстро опустить.

Перевод автомата из положения «на грудь» в положение «на ремень»:

- Автомат из положения «на грудь» в положение «на ремень» берется по команде «На ре-МЕНЬ». По исполнительной команде необходимо:
 - левой рукой взять автомат за цефье и ствольную накладку снизу и, одновременно подавая его несколько вперед вверх, вывести правую руку из-под ремня, взяться ею за шейку приклада и держать автомат;
 - поднимая автомат вверх, перекинуть ремень через голову и держать автомат перед собой вертикально магазином влево, дульным срезом на высоте подбородка;
 - правой рукой взять ремень за его верхнюю часть и закинуть автомат за правое плечо в положение «на ремень», а левую руку быстро опустить.

Повороты и движение с оружием выполняются по тем же правилам и командам, что и без оружия. При поворотах с оружием в положении «у ноги» на месте по предварительной команде оружие несколько приподнять и одновременно подать штык (дульную часть) на себя, а правую руку слегка прижать к правому бедру. Сделав поворот, одновременно с приставлением ноги плавно опустить оружие на землю. Для движения с оружием в положении «у ноги» по предварительной команде «Шагом» оружие несколько приподнять, а по предварительной команде «Бегом», кроме того, левую руку полусогнут в локте. При движении бегом оружие держать в слегка согнутой правой руке так, чтобы дульная часть оружия была несколько подана вперед. При беге в сомкнутом строю штык убирать на себя. При движении с оружием в положении «у ноги» и в положениях «на плечо», «на ремень» и

“на грудь” рукой, не занятой оружием, а при движении с оружием “за спину” обеими руками производить свободные движения около тела в такт шага. При движении с карабином в положении “на плечо” по исполнительной команде “СТОЙ” остановиться и без команды взять карабин к ноге. В движении карабин от ноги на плечо берется в два приема, так же как на месте, по команде “На плечо”, подаваемой одновременно с постановкой левой ноги на землю. По исполнительной команде сделать шаг правой ногой и затем последовательно с постановкой левой ноги на землю выполнять каждый прием.

Практическая часть: отработка строевой стойки, поворотов на месте и в движении с оружием.

Огневая подготовка

Тема 1. Стрелковое оружие: назначение, устройство, требования безопасности.

Знакомство учащихся с основными видами стрелкового оружия Вооруженных сил Российской Федерации. Назначение, боевые свойства и общее устройство стрелкового оружия

| | | | | |
|------------|---------|----------|-------------|-------|
| Назначение | 5,45-мм | автомата | Калашникова | АК-74 |
|------------|---------|----------|-------------|-------|

5,45-мм автомат Калашникова АК-74 является индивидуальным оружием и предназначен для уничтожения живой силы и поражения огневых средств противника. Для поражения противника в рукопашном бою к автомату присоединяется штык-нож.

| | | | | | |
|------------|---------|---------|----------|-------------|-----|
| Назначение | 7,62-мм | ручного | пулемета | Калашникова | РПК |
|------------|---------|---------|----------|-------------|-----|

7,62-мм ручной пулемет Калашникова является наиболее мощным автоматическим оружием стрелкового отделения. Он предназначен для уничтожения живой силы и поражения огневых средств противника.

| | | | | | |
|------------|---------|----------|-------------|-----------|-----|
| Назначение | 7,62-мм | пулемета | Калашникова | танкового | ПКТ |
|------------|---------|----------|-------------|-----------|-----|

7,62-мм пулемет Калашникова танковый (ПКТ) является мощным автоматическим оружием и предназначен для уничтожения живой силы и огневых средств противника. Пулемет ПКТ установлен внутри башенной пулеметной установки системы 15В94.

| | | | | |
|-----------------|---------|----------|-------------|--------|
| Боевые свойства | 5,45-мм | автомата | Калашникова | АК-74. |
|-----------------|---------|----------|-------------|--------|

Для стрельбы из автомата применяются патроны с обыкновенными (со стальным сердечником) и трассирующими пулями.

Из автомата ведется автоматический или одиночный огонь. Автоматический огонь является основным видом огня: он ведется короткими (до 5 выстрелов) и длинными (до 10 выстрелов) очередями и непрерывно. Подача патронов при стрельбе производится из корбчатого магазина емкостью 30 патронов. Магазины автомата взаимозаменяемы.

Прицельная дальность стрельбы – 1000 м.

Наиболее действительный огонь по наземным целям, по самолетам, вертолетам и парашютистам – на дальности до 500 м.

Сосредоточенный огонь по наземным групповым целям ведется на дальность до 1000 м.

Дальность прямого выстрела: по грудной фигуре – 440 м, по бегущей фигуре – 625 м.

Темп стрельбы около 600 выстрелов в минуту.

Боевая скорострельность:

при стрельбе очередями – до 100 выстрелов в минуту;

при стрельбе одиночными выстрелами – до 40 выстрелов в минуту.

Вес автомата без штыка-ножа со снаряженным патронами пластмассовым магазином: АК-74 – 3,6 кг. Вес штыка-ножа с ножнами – 490 г.

Автомат состоит из следующих основных частей и механизмов:

- ствола со ствольной коробкой, прицельным приспособлением, прикладом и пистолетной рукояткой;
- крышки ствольной коробки;
- затворной рамы с газовым поршнем;
- затвора;
- возвратного механизма;
- газовой трубки со ствольной накладкой;
- ударно-спускового механизма;
- цевья;
- магазина.

Кроме того, у автомата имеется дульный тормоз-компенсатор и штык-нож. В комплект автомата входят:

- принадлежность, ремень и сумка.

Требования безопасности при обращении с оружием.

– Личный состав, не усвоивший требования безопасности, к стрельбе и обслуживанию стрельбы не допускается.

– Каждый военнослужащий должен точно и беспрекословно выполнять установленные требования безопасности при стрельбе.

– Передвижения на войсковом стрельбище разрешаются только по дорогам и в районах, которые определены командиром соединения (воинской части) или начальником, за которым закреплено войсковое стрельбище.

– Запрещается проведение стрельбы в условиях ограниченной видимости, если с места руководителя стрельбы на участке не наблюдается основное и опасные направления стрельбы. Разрешение на открытие огня на войсковом стрельбище дает старший руководитель стрельбы.

– Запрещается заходить (заезжать) на участки, где имеются неразорвавшиеся гранаты и другие взрывоопасные предметы. Эти участки должны быть своевременно обозначены указками и знаками с соответствующими предупредительными надписями.

– Запрещается трогать неразорвавшиеся гранаты, другие взрывоопасные предметы и средства имитации. О каждой неразорвавшейся гранате докладывать старшему руководителю стрельбы и начальнику войскового стрельбища, установленным порядком.

– При метании боевых ручных гранат вставлять запал разрешается только перед их метанием по команде руководителя стрельбы. Переносить боевые ручные гранаты вне гранатных сумок запрещается.

– Выходить из укрытия разрешается по истечении 10–20 с после взрыва оборонительной гранаты.

– Если заряженная боевая граната не была брошена (предохранительная чека не вынималась), разряжение ее производить только по команде и под непосредственным наблюдением руководителя стрельбы.

– При стрельбе из вертолета в полете и из макета вертолета (тренажера) зарядка оружия, стрельбу, разряжение и осмотр производить при установленном оружии на кронштейне и по команде (сигналу) руководителя стрельбы на вертолете (тренажере).

– Вставать со своих мест и перемещаться в кабине вертолета личному составу запрещается.

Ведение огня каждым стреляющим должно немедленно прекращаться самостоятельно или по команде руководителя стрельбы в случаях:

– появление людей, машин или животных на мишенном поле, низколетящих летательных аппаратов над районом стрельбы;

– падение гранат за пределы безопасной зоны или вблизи блиндажа, занятого людьми, и потери связи с блиндажом;

- поднятие белого флага (фонаря) на командном пункте или на блиндаже, а также подачи из блиндажа другого установленного сигнала о прекращении огня (взрыв-пакета, дымовой шашки, ракеты и т.п.);
- доклада или подачи с поста оцепления установленного сигнала об опасности продолжения стрельбы;
- возникновения пожара на мишенном поле.

Категорически запрещается:

- заряжать оружие боевыми и холостыми патронами, а также боевыми и инертными гранатами до звукового сигнала «ОГОНЬ» (команды руководителя, командира);
 - направлять оружие на людей, в сторону и в тыл войскового стрельбища независимо от того, заряжено оно или нет;
 - открывать и вести огонь из неисправного оружия, неисправными боеприпасами, в опасных направлениях стрельбы, при поднятом белом флаге на командном (участковом) пункте и укрытиях (блиндажах);
 - оставлять где бы то ни было заряженное оружие или передавать его другим лицам, оставлять на огневой позиции (месте для стрельбы) оружие без команды руководителя стрельбы на участке (командира);
 - заходить (выезжать) на участки войскового стрельбища (учебного объекта), где имеются неразорвавшиеся боевые гранаты и другие взрывоопасные предметы; эти участки являются запретными зонами и должны быть огорожены, обозначены указками и знаками с соответствующими предупредительными надписями, например: «Опасно! Неразорвавшаяся граната, не трогать!»;
 - разбирать боевые гранаты и устранять в них неисправности;
 - трогать неразорвавшиеся гранаты, снаряды и другие взрывоопасные предметы; каждую неразорвавшуюся гранату (снаряд) сразу же после обнаружения необходимо обозначить указкой с предупредительной надписью и сообщить начальнику войскового стрельбища.
- Запрещается в мирное время для проведения стрельб использовать:
- 7,62 мм патроны обр. 1943 года с зажигательной пулей (З) и биметаллической гильзой (ГЖ);
 - 7,62 мм винтовочные патроны с легкой пулей (Л) и биметаллической гильзой (ГЖ) или латунной гильзой (ГЛ), а также с тяжелой пулей (Д) и биметаллической гильзой (ГЖ) или латунной гильзой (ГЛ).

Тема 2. Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия. Приемы и способы ведения огня из стрелкового оружия.

Знакомство учащихся с основными правилами стрельбы из стрелкового оружия. Приёмы стрельбы из стрелкового оружия включают: изготовку, прицеливание, спуск курка и организацию дыхания при стрельбе.

Изготовка. Правильная изготовка к стрельбе обеспечивает устойчивость оружия, которая оказывает влияние на меткость стрельбы. Изготовка включает принятие положения для стрельбы, зарядание оружия и прикладку.

Чтобы принять положение для стрельбы лёжа из малокалиберной винтовки, надо, удерживая винтовку в правой руке дульной частью вперёд, сделать правой ногой полный шаг вперёд и немного вправо. Наклониться вперёд и опуститься на левое колено. Затем, опираясь левой рукой о землю, последовательно опуститься на бедро левой ноги и предплечье левой руки. Лечь на левый бок и быстро повернуться на живот, слегка раскинув ноги в стороны носками наружу. При этом корпус располагается под углом 25—30° к плоскости стрельбы. Винтовка кладётся цевьём на ладонь левой руки. Для зарядания малокалиберной винтовки надо правой рукой открыть и отвести назад затвор, взять патрон за шляпку большим и указательным пальцами правой руки и ввести пулю в патронник;

большим пальцем подтолкнуть патрон вперёд, пока закраина гильзы не натолкнётся на торец пенька ствола; правой рукой закрыть затвор.

Прицеливание — это совокупность действий стрелка, предназначенных для придания каналу ствола оружия положения в пространстве, обеспечивающего полёт пули в нужном направлении и на необходимую дальность. Эти действия выполняются с помощью прицела и мушки.

Для того чтобы на протяжении всей стрельбы сохранилось единообразие изготовления и прикладки, первоначальную наводку оружия в цель следует выполнять не руками, а перемещением корпуса, не изменяя положения левой руки. Если оружие направлено низко, то корпус надо переместить назад. Если оружие направлено высоко, корпус подаётся вперёд. При перемещении корпуса вместе с ногами вправо ствол оружия отклоняется влево, а когда корпус передвигается влево, ствол перемещается вправо.

Полезно по окончании грубой наводки оружия в направлении цели закрыть глаза и расслабить мышцы. Затем, открыв глаза, посмотреть, куда направлено оружие, и при необходимости поправить грубую наводку.

Для прицеливания необходимо зажмурить левый глаз, а правым смотреть через прорезь прицела на мушку так, чтобы мушка находилась строго посередине прорези, а её вершина оказалась вровень с верхними краями гравки прицельной планки. Это и называется взять ровную мушку; её надо удерживать. Затем, задерживая дыхание на выдохе, следует подвести ровную мушку к точке прицеливания, одновременно нажимая на спусковой крючок. Спуск курка — один из наиболее важных и ответственных элементов техники стрельбы. На спусковой крючок указательный палец правой руки необходимо накладывать первым суставом и нажимать плавно и прямо назад. Если палец накладывать вторым суставом, то нажим будет происходить влево назад, вследствие чего и оружие будет смещаться влево. Для спуска курка надо, затаив дыхание, плавно нажимать на спусковой крючок до тех пор, пока курок незаметно для стреляющего не спустится с боевого взвода, т. е. пока не произойдёт выстрел.

Во время прицеливания и спуска курка необходимо задерживать дыхание. Наиболее целесообразным моментом для задержки дыхания является окончание выдоха. Следует сначала осуществить грубую наводку, сделать глубокий вдох, а затем, медленно выдыхая, выполнить точную наводку с одновременным плавным нажатием на спусковой крючок, чтобы ликвидировать его мёртвый ход. Уточняя прицеливание и затаив дыхание на окончании выдоха, стрелок, продолжая плавно нажимать на спусковой крючок, производит выстрел.

Приёмы и правила стрельбы из автомата. Стрельба из автомата состоит из изготовления к стрельбе, производства стрельбы (выстрела) и прекращения стрельбы.

Изготовка к стрельбе означает, что нужно принять положение для стрельбы и зарядить автомат. При ведении огня с места автоматчик принимает положение для стрельбы стоя, с колена или лёжа в зависимости от условий местности и огня противника. В движении автоматчик может вести огонь без остановки и с короткой остановкой. Изготавливаются к стрельбе по команде командира или самостоятельно. Руководствуясь общими правилами выполнения приёмов стрельбы и учитывая свои индивидуальные особенности, каждый автоматчик вырабатывает и применяет наиболее выгодные и устойчивые положения для стрельбы, добиваясь единообразного положения головы, корпуса, рук и ног.

Производство стрельбы включает установку прицела, постановку переводчика на требуемый вид огня, прикладку, прицеливание, спуск курка и удержание автомата при стрельбе.

Практическая часть: отработка приемов и способов стрельбы из стрелкового оружия.

Медицинская подготовка

Тема 1. Личная гигиена военнослужащих.

Знакомство с правилами личной гигиены военнослужащих. Каждый военнослужащий должен заботиться о сохранении своего здоровья, не скрывать болезней, строго соблюдать правила личной и общественной гигиены и воздерживаться от вредных привычек (курение и употребление алкоголя).

Выполнение правил личной гигиены включает:

- утреннее умывание с чисткой зубов;
- мытье рук перед приемом пищи;
- умывание, чистку зубов и мытье ног перед сном;
- своевременное бритье лица, стрижка волос и ногтей;
- еженедельное мытье в бане со сменой нательного и постельного белья, портянок и носков;
- содержание в чистоте обмундирования, обуви и постели, своевременную смену подворотничков.

Прическа военнослужащего, усы, борода, если они имеются должны быть аккуратными, отвечать требованиям гигиены и не мешать использованию средств индивидуальной защиты и ношению снаряжения. Ношение бороды разрешается только офицерам и прапорщикам (мичманам).

Правила общественной гигиены включают: поддержание чистоты в спальнях помещениях, туалетах и др. комнатах общего пользования, регулярное проветривание помещений; поддержание чистоты в общественных местах, а также на территории расположения полка.

Практическая часть: отработка выполнения требований личной гигиены военнослужащих.

Тема 2. Средства индивидуального медицинского оснащения военнослужащих и правила пользования ими. Оказание первой помощи при ранениях и кровотечениях.

Знакомство учащихся со средствами индивидуальной медицинской помощи военнослужащих. Кровотечение - это излияние крови из поврежденного кровеносного сосуда. Оно является одним из частых и опасных последствий ранений, травм и ожогов. В зависимости от вида поврежденного сосуда различают: артериальные, венозные и капиллярные кровотечения, а от направления поступления крови делят на внутренние и наружные.

Артериальное кровотечение возникает при повреждении артерий и является наиболее опасным. Признаком является истечение из раны пульсирующей струи крови алого цвета.

Первая помощь направлена на остановку кровотечения. Самым надежным способом временной остановки артериального кровотечения на верхних и нижних конечностях является наложение кровоостанавливающего жгута или закрутки. При отсутствии жгута может быть использован любой подручный материал. Остановка осуществляется путем пальцевого прижатия кровотока выше раны, там, где сосуд проходит поверхностно и может быть прижат к кости, а также с помощью наложения кровоостанавливающего жгута или закрутки.

Ранение – любое повреждение, связанное с нарушением целостности кожи или слизистых оболочек. Рана характеризуется следующими признаками: боль, расхождение краев раны, кровотечением, нарушением функций организма. Классификация ран в зависимости от вида ранящего предмета: резаные; колотые; рубленые. Резаные раны характеризуются сравнительно небольшой глубиной, ровными краями, сильным кровотечением. Колотые раны характеризуются глубокими ранениями, небольшим размером

ранения, отсутствием или слабовыраженным наружным кровотечением, при опасном повреждении внутренних органов и крупных сосудов. Рубленые раны характеризуются повреждением мягких тканей, костей и внутренних органов. В зависимости от проникновения в полость тела раны делятся на: проникающие и непроникающие. Кроме того, раны делят на чистые (оперативное вмешательство) и инфицированные (случайные).

Первая помощь при ранении заключается в обнаружении раны, промывании раствором перекиси водорода, затем кожа вокруг раны обрабатывается спиртом, раствором йода, бриллиантовой зелени, спиртом, водкой или, в крайнем случае, одеколоном. Ватным или марлевым тампоном, смоченным одной из этих жидкостей, кожу смазывают от края раны. Не следует заливать их в рану, так как это, во-первых, усилит боль, во-вторых, повредит ткани внутри раны и замедлит процесс заживления. Если в ране находится инородное тело, ни в коем случае не следует его извлекать. После завершения всех манипуляций рана закрывается стерильной повязкой.

Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка индивидуальная (АИ), аптечка войсковая (АВ), пакеты перевязочный и противохимический индивидуальный, пантоцид. Предназначение, порядок и правила пользования ими (Н – М – 1,7).

Для оказания первой помощи личный состав Вооруженных Сил оснащают носимыми индивидуальными средствами: аптечкой индивидуальной, пакетом перевязочным индивидуальным и пакетом противохимическим индивидуальным (индивидуальное Медицинское оснащение). Экипажи и расчеты подвижных объектов вооружения и военной техники дополнительно обеспечиваются аптечкой войсковой (групповое медицинское оснащение).

Индивидуальное и групповое медицинское оснащение личного состава позволяет самому пострадавшему или его товарищу оказать первую помощь непосредственно на месте ранения (поражения).

Номенклатура и число предметов, входящих в состав аптечек, регламентированы специальным сборником.

Практическая часть: отработка порядка оказания первой медицинской помощи при ранениях, правил остановки кровотечения.

- 1.1. Я гражданин России (география, культура, административно-территориальное устройство РФ);
- 1.2. Государственные символы Российской Федерации;
- 1.3. Памятные даты и дни воинской славы России;
- 1.4. Наша малая Родина – Рязань (география, административно-территориальное деление, официальная символика);
- 1.5. Историческое и культурное наследие рязанского края;
- 1.6. Рязань в военной истории России;
- 1.7. Рязанская область в годы Великой Отечественной войны;
- 1.8. Россия в современном мире.
2. Строевая подготовка: 2 занятия, продолжительностью 1 час каждое.
3. Огневая подготовка: 2 занятия, продолжительностью 1 час каждое.
4. Военно-медицинская подготовка: 2 занятия, продолжительностью 1 час каждое.
5. Ориентирование на местности без карты и движение по заданному маршруту: 2 занятия, продолжительностью 1 час каждое.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
(3-я группа обучения, 10-11 классы)**

| № п/п | Тема | Число, месяц | | Форма занятия | Форма контроля |
|---|---|---------------------|---|----------------------|-----------------------|
| 1. Общественно-государственная подготовка и военная история: 62 часа | | | | | |
| 2. | Защита Отечества – конституционный долг и обязанность гражданина Российской Федерации. | | 2 | беседа | опрос |
| 3. | Государственные символы Российской Федерации | | 2 | беседа | Контрольные вопросы |
| 4. | Официальная символика Рязанской области | | 2 | беседа | Контрольные вопросы |
| Символы Вооруженных сил Российской Федерации (8 часов) | | | | | |
| 5. | Эмблемы Сухопутных войск | | 2 | рассказ | опрос |
| 6. | Эмблемы Воздушно-космических сил | | 2 | рассказ | опрос |
| 7. | Эмблемы Военно-Морского Флота | | 2 | рассказ | опрос |
| 8. | Эмблемы отдельных родов войск | | 2 | рассказ | опрос |
| 9. | Символика ВВПОД «ЮНАРМИЯ» | | 2 | рассказ | опрос |
| 10. | Порядок прохождения военной службы. | | 2 | рассказ | опрос |
| Дни воинской славы России (36 часов) | | | | | |
| 11. | День победы на Чудском озере | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 12. | День победы русских полков во главе с великим князем Дмитрием Донским над монголо-татарскими войсками в Куликовской битве | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 13. | День народного единства | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 14. | День победы в Полтавском сражении | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 15. | День первой в российской истории морской победы русского флота у мыса Гангут | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 16. | День победы в Чесменском сражении | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |

| | | | | | |
|--|--|--|---|---------|---------------------|
| 17. | День победы русской эскадры у мыса Гендра | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 18. | День взятия турецкой крепости Измаил русскими войсками под командованием А. В. Суворова | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 19. | День Бородинского сражения | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 20. | День победы русской эскадры под командованием П. С. Нахимова над турецкой эскадрой у мыса Синоп | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 21. | День защитника Отечества | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 22. | День проведения военного парада на Красной площади в городе Москве в ознаменование двадцать четвёртой годовщины Великой Октябрьской социалистической революции | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 23. | День начала контрнаступления советских войск против немецко-фашистских войск в битве под Москвой | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 24. | День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 25. | День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Курской битве | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 26. | День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 27. | День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941—1945 годов | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 28. | Святыни Родного края | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| Рязанская область в годы Великой Отечественной войны 1941-1945 годов (4 часа) | | | | | |
| 29. | Рязанцы на фронтах войны | | 2 | беседа | опрос |
| 30. | Рязанская область - часть тыла Красной Армии | | 2 | беседа | опрос |
| 31. | Рязань – столица ВДВ | | 2 | беседа | опрос |
| 32. | Рязань – город воинской доблести | | 2 | беседа | опрос |
| 2. Воинские ритуалы (10 часов) | | | | | |
| 33. | Военная присяга и порядок приведения к военной присяге | | 4 | рассказ | опрос |

| | | | | | |
|--|--|--|---|---------------------|------------------------------|
| | | | | | |
| | Воинские ритуалы | | | | |
| 34. | Сущность и содержание воинских ритуалов | | 2 | беседа | Контрольные вопросы |
| 35. | История развития воинских ритуалов | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 36. | Воинские ритуалы в Вооруженных Силах Российской Федерации | | 2 | рассказ | Контрольные вопросы |
| 3. Строевые приемы и движение без оружия (8 часов) | | | | | |
| 37. | Строевая стойка | | 2 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 38. | Повороты на месте и в движении | | 2 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 39. | Движение строевым шагом | | 4 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 4. Тактическая и военно-медицинская подготовка (14 часов) | | | | | |
| 40. | Ориентирование на местности без карты и движение по заданному азимуту (8 часов) | | | | |
| 41. | Ориентирование на местности без карты. Сущность ориентирования. | | 2 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 42. | Определение направлений на стороны горизонта по компасу, небесным светилам, признакам местных предметов. | | 2 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 43. | Определение своего местоположения относительно окружающих местных предметов. | | 2 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 44. | Выбор ориентиров. Целеуказание от ориентира, по азимуту и дальности до цели. | | 2 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 45. | Личная гигиена военнослужащих | | 2 | беседа | опрос |
| 46. | Средства индивидуального медицинского оснащения военнослужащих и правила пользования ими | | 2 | беседа | опрос |
| 47. | Оказание первой помощи при ранениях и кровотечениях | | 2 | беседа | опрос |
| 5. Огневая подготовка (6 часов) | | | | | |

| | | | | | |
|---|---|--|---|---------------------|------------------------------|
| 48. | Стрелковое оружие: назначение, устройство, требования безопасности | | 2 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 49. | Основы и правила стрельбы из стрельбе стрелкового оружия. | | 2 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 50. | Приемы и способы ведения огня из стрелкового оружия. | | 2 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 6. Основы безопасности личности, общества и государства (20 часов) | | | | | |
| 51. | Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (10 часов) | | | | |
| 52. | Защита населения и действия при землетрясения | | 2 | беседа | Контрольные вопросы |
| 53. | Защита населения при угрозе и в ходе оползней, селей и обвалов | | 2 | беседа | Контрольные вопросы |
| 54. | Защита населения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей. | | 2 | беседа | Контрольные вопросы |
| 55. | Защита населения и действия при угрозе и во время наводнения | | 2 | беседа | Контрольные вопросы |
| 56. | Защита населения и профилактика лесных и торфяных пожаров. | | 2 | беседа | Контрольные вопросы |
| Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них | | | | | |
| 57. | Транспортные аварии (катастрофы): основные виды аварий и основы защиты от них. | | 2 | беседа | опрос |
| 58. | Пожары, взрывы, угроза взрывов: основные явления и основы защиты от них. | | 2 | беседа | опрос |
| 59. | Аварии на электроэнергетических системах: основные виды аварий и основы защиты от них. | | 2 | беседа | опрос |
| 60. | Терроризм, экстремизм – сущность и угрозы безопасности личности и общества. | | 4 | беседа | опрос |
| 7. Физическая подготовка (16 часов) | | | | | |
| 61. | Ознакомление со способами ускоренного передвижения в различных условиях местности. | | 2 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 62. | Ускоренное передвижение. Обучение технике бега на короткие, средние и длинные дистанции. | | 4 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 63. | Преодоление препятствий. Обучение выполнению приемов преодоления препятствий по условиям Общевоинского контрольного упражнения. | | 2 | Практическая работа | Проверка практических знаний |

| | | | | | |
|--|----------------------------------|--|------------|---------------------|------------------------------|
| 64. | Сдача норм комплекса ГТО. | | 6 | беседа | опрос |
| 65. | Приемы рукопашного боя. | | 2 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| 8. Практические занятия (8 часов) | | | | | |
| 66. | Размещение и быт военнослужащих. | | 4 | беседа | опрос |
| 67. | На площади Победы: Пост № 1. | | 4 | Практическая работа | Проверка практических знаний |
| | Итого: | | 144 | | опрос |

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- укрепление физического и психологического здоровья детей;
- воспитание уважения и любви к Родине и ее истокам, традициям, государственной символике РФ, Вооруженных сил РФ и Юнармии;
- участие в военно–спортивных и патриотических мероприятиях, проводимых по планам Движения «Юнармия»;
- получение базовых знаний по военно-прикладным дисциплинам, основам военной службы.

Проверка результативности реализации программы осуществляется при проведении соревнований по планам регионального и городского отделений Движения «Юнармия», в соревнованиях по отдельным видам спорта и военного многоборья и участия юнармейцев МБУДО ДЮОЦ «Звезда» в соревнованиях других образовательных учреждений и военно-патриотических объединений.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для реализации программы необходимо наличие:

- учебного класса с учебными пособиями по огневой подготовке, военной топографии, защите от оружия массового поражения, военно-медицинской подготовке;
- спортивного зала с тренировочным оборудованием;
- тира для стрельбы из пневматического оружия;
- макетов огнестрельного оружия;
- средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;
- пневматического оружия;
- сумок медицинских;
- компьютеров;
- мультимедийной аппаратуры.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога

1. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы».
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный Закон от 13 марта 1995 года № 32-ФЗ (ред. от 30.12.2012) «О днях воинской славы и памятных датах России».
4. Указ Президента Российской Федерации от 22 января 2006 года № 37 «Вопросы увековечения памяти погибших при защите Отечества».
5. ВДВ: вчера, сегодня, завтра. Е.Н. Подколзин, В.Ф. Тюрин, Ф.Д. Кузьменко, А.Н. Бобылев, Е.Н. Коротаев. Шахты, Русский медведь, 1993.
6. Выживание в экстремальных условиях. – М., ИПЦ «Русский раритет», 1993.
7. Первая помощь при повреждениях и несчастных случаях. Под ред. проф. В.А. Полякова. – М., Медицина, 1990.
8. Основы рукопашного боя. Г.А. Бурцев, С.Г. Малашенков, В.В. Смирнов, З.С. Сямиулин. – М., Военное издательство, 1992.
9. Беспятова Н. К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации / Н. К. Беспятова, Д. Е. Яковлев. –М.: Айрис-пресс, 2006. – 192 с.
10. Борщев И.Л. Учебное пособие по военно- патриотическому воспитанию и основам военной службы. Краснодар, 2005.
11. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания гражданина России. - М.: Просвещение, 2010.
12. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе».
13. Федеральный закон «Об обороне».
14. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс.: учебник для общеобразовательных учреждений/ С.Н. Вангородский, М.И. Кузнецов, В.Н. Латчук, В.В. Марков. - М.: Дрофа, 2009.
15. Основы медицинских знаний учащихся» / под. ред. М.И. Гоголева. М.: Просвещение, 1991.
16. Общевоинские уставы ВС РФ.

Список литературы для учащихся

1. Абражкина Л. Опыт организации гражданско-патриотического воспитания и подготовки учащихся в МОУ Свердловской области//Л. Абражкина // Вестник регионального образования. - 2007. - № 3-4.-С. 165-167.
2. Быков А.К. Взаимодействие семьи и школы в патриотическом воспитании учащихся / А. К. Быков // Воспитание школьников. - 2011. - № 4. - С. 13-18.
3. Васильева С.В. /Программа патриотического воспитания «Мы этой памяти верны...» С. В. Васильева . - 2011. - № 10. - С. 16-23.
4. Гладилина И. Технология гражданско-патриотического воспитания в ОУ/И. Гладилина// Воспитание школьников.-2007.- № 9.-С. 2-10.
5. Гранская О. Методические разработки к программе «Учись у героев Отчизну любить»/ О. Гранская // Школьное планирование. - 2011. - № 2. - С. 16-29.
6. Думаревская А.В. Мысли вслух: программа гражданско-патриотического воспитания/А. В. Думаревская // Классный руководитель. - 2013. - № 8. - С. 75-79.
7. Игнаткина М. Приобщение к культуре народа - основа патриотического воспитания школьников/ М. Игнаткина// Воспитание школьников. – 2007. - № 10.-С. 7-9.
8. Колесникова О.Н. Подиум - дискуссия о гражданственности/О. Н. Колесникова // Справочник классного руководителя . -2007 - .№ 11.-С. 34-40.
9. Кочнев А.М. Программа работы военно-патриотического клуба «Щит» для учащихся 8-11 классов /А. М. Кочнев // Справочник классного руководителя. - 2013. - № 11. - С. 4-13.
10. Кузнецова Л.П. Программа по патриотическому воспитанию «Стань

гражданином» / Л. П. Кузнецова // Классный руководитель-2012. - № 7. - С. 7-15, 20-26.

11. Семенова О.В. Программа гражданско-патриотического воспитания учащихся «Мы патриоты» / О. В. Семенова // Классный руководитель. - 2013. - № 1. - С. 22-32.

12. Трофимук С.Е. Воспитание гражданственности - шаг на пути становления нравственной личности / С. - 2012. - № 1. - С. 21-23.