

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ЧЕБАКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА

Директор школы: \_\_\_\_\_ Твeрждаю  
Приказ № 108/01/2024 от 08.08.2024 г. Е.Е. Сухов



Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа

«Служить Отечеству – честь имею»

Составил Морозов А.А.

Педагог дополнительного образования

п. Чебаково  
2024 г.

## Пояснительная записка

В Национальной доктрине развития образования в Российской Федерации в качестве приоритетной выдвинута задача воспитания гражданина: «Система образования призвана обеспечить ... воспитание патриотов России, граждан правового, демократического, социального государства, уважающих права и свободы личности и обладающих высокой нравственностью ...».

«Защита Отечества, - говорится в Конституции РФ, - есть священный долг и обязанность каждого гражданина России». Вот почему патриотическое воспитание является одним из приоритетных в формировании у молодежи патриотического сознания, готовности к выполнению гражданского долга, важнейших конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

В работе по патриотическому воспитанию подрастающего поколения в Ярославском регионе большое внимание уделяется развитию деятельности отрядов правоохранительной направленности. В настоящее время во многих муниципальных образованиях области созданы и функционируют отряды данной направленности.

Отряды правоохранительной направленности являются добровольным детско-юношеским объединением и создаются в целях профилактики правонарушений среди несовершеннолетних, совершенствования нравственного воспитания, повышения правосознания детей и подростков, воспитания у них чувства социальной ответственности, профессиональной ориентации, широкого привлечения детей и подростков к организации правовой пропаганды среди обучающихся общеобразовательных организаций.

Все вышеизложенное подтверждает актуальность, общественную значимость, педагогическую целесообразность поставленной задачи и диктует необходимость создания дополнительной образовательной программы, которая поможет формированию позитивного отношения обучающихся к службе в органах внутренних дел, положительной мотивации несовершеннолетних относительно обучения в ведомственных образовательных организациях МВД России, создать условия для правового и гражданского обучения и воспитания обучающихся.

Данная программа разработана на основе опыта работы, а также материально-технического оснащения школы, может выступать как в качестве образовательного компонента деятельности детского общественного объединения, так и в качестве компонента деятельности организаций основного или дополнительного образования детей, кроме этого программа дополняет и усиливает подготовку по учебным предметам «основы безопасности жизнедеятельности», «география»

**Цель программы:** профилактика правонарушений среди обучающихся подросткового возраста

### **Задачи:**

- сформировать у обучающихся основы коммуникативной и социальной компетентностей;
- сформировать у обучающихся специальные навыки в области правовой, строевой, огневой, медицинской подготовки и навыки выживания в природной среде;
- сформировать у обучающихся потребность в ведении здорового и безопасного образа жизни.

Программа адресована обучающимся 5-11 классов и рассчитана на 3 года обучения. Занятия проводятся 1-2 раза в неделю. Продолжительность занятия может быть 2 часа, что составляет 68 часа в год (соответственно).

Набор в объединение ведется на принципах добровольности, с учетом интересов детей к предмету, без специальной подготовки.

**Целевая группа:** обучающиеся 5-11 класса образовательных организаций

Учебные занятия в объединении проходят **в форме** беседы, встречи с интересными людьми, выставки, защиты проектов, игры, конкурса, конференции, лекции, похода, праздника, семинара, группового занятия с элементами тренинга, творческой мастерской, творческого отчета, фестиваля, экскурсии, ярмарки.

### **Планируемые результаты реализации программы**

Обучающиеся научатся:

- работать с нормативными документами, регламентирующими деятельность правоохранительных органов РФ; нормативными документами, регламентирующими защиту прав и законных интересов несовершеннолетних, ответственность несовершеннолетних за преступления и административные правонарушения;
- знать строевой устав вооруженных сил Российской Федерации, обязанности военнослужащих перед построением и в строю;
- пользоваться и применять в повседневной жизни основные правила безопасного поведения, здорового образа жизни;
- применять меры безопасности при обращении с различными видами оружия;
- обращаться с огнестрельным оружием; (владеть приемами стрельбы из пневматической винтовки);
- оказать первую медицинскую помощь;
- ориентироваться на местности с помощью карты и компаса, обустроить бивак;
- делать осознанный выбор стратегий поведения, позволяющих поддерживать собственное здоровье и сохранять здоровье окружающих людей.

*Получат возможность научиться пользоваться*

- *навыками походной и маршевой подготовки;*
- *навыками личной гигиены;*
- *навыками коммуникации;*
- *навыками работы в команде.*

### **Формы контроля результатов реализации программы**

- соревнования, конкурсы, контрольные упражнения на выявление уровня освоения навыков;
- тесты, викторины на выявление уровня знаний обучающихся;
- анкеты удовлетворённости обучающихся содержанием и качеством реализации программы.

### **Особенности реализации программы**

– Программа обеспечивает непрерывность образовательного процесса - каникулярные периоды используются для проведения профильных лагерей: областных «Снежный десант», «Служить Отечеству – честь имею», а также школьных. В рамках программ лагерей проводится мониторинг освоения обучающимися учебных модулей программы в виде рейтинга личных зачетов.

## Учебно-тематический план

Предметы обучения	Количество часов по годам обучения		
	1-й год	2-й год	3-й год
Правовая подготовка	10	5	5
Общефизическая подготовка	10	8	8
Строевая подготовка	12	12	12
Огневая подготовка	12	14	14
Медицинская подготовка	12	12	12
Навыки выживания в природной среде	12	17	17
<b>Всего часов</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>68</b>

## Учебно-тематический план 1-ый год обучения

№	Модуль, тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1</b>	<b>Модуль «Правовая подготовка»</b>	<b>10</b>		
1.1	Государственно - правовое устройство Российской Федерации	2	1	1
1.2	Сущность, назначение и система права	1	1	
1.3	Правоохранительные органы и правоохранительная деятельность. Место МВД России в системе правоохранительных органов	1		1
1.4	Организация, задачи, принципы и правовые основы деятельности полиции Российской Федерации	1	1	0,5
1.5	Административное правонарушение: понятие, признаки, состав	1	0,5	
1.6	Административные правонарушения, посягающие на права граждан, здоровье населения, общественную нравственность	1	0,5	0,5
1.7	Административные правонарушения в области предпринимательства и охраны собственности	1	0,5	0,5
1.8	Административные правонарушения, посягающие на общественный порядок и общественную безопасность	1	0,5	0,5
1.9	Административные правонарушения против порядка управления	1	0,5	0,5
<b>2</b>	<b>Модуль «Общефизическая подготовка»</b>	<b>10</b>		
2.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влияние физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности	1	1	
2.2	Самоконтроль, предупреждение спортивного травматизма	1	1	
2.3	Общеразвивающие, подготовительные и специальные упражнения	2		2
2.4	Удары руками, ногами, защита от ударов	2		2
2.5	Развитие силовой выносливости.	2		2
2.6	Развитие скоростно-силовых качеств.	2		2
<b>3</b>	<b>Модуль «Строевая подготовка»</b>	<b>12</b>		
3.1	Строй и управление им	4		4
3.2	Строевые приёмы на месте	4		4
3.3	Строевые приёмы в движении	4		4
<b>4</b>	<b>Модуль «Огневая подготовка»</b>	<b>12</b>		
4.1	Из истории создания и развития огнестрельного оружия.	<b>1</b>	<b>1</b>	
4.2	Назначение, боевые свойства и устройство АК-74. Сборка и разборка автомата АК-74	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>4</b>

4.3	Порядок организации стрельб. Приемы и правила стрельбы из пневматической винтовки	1	0,5	0,5
4.4	Изготовка для стрельбы. Правила прицеливания.	1	0,5	0,5
4.5	Выполнение упражнений	4		4
<b>5</b>	<b>Модуль «Медицинская подготовка»</b>	<b>12</b>		
5.1	Краткие основы анатомии и физиологии человека. Общие понятия о первой помощи. Признаки жизни и смерти человека и способы их определения	2	1	1
5.2	Первая помощь при ранениях и кровотечениях	4	1	3
5.3	Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах. Травматический шок. Способы предупреждения шока. Синдром длительного сдавления	4	1	3
5.4	Способы иммобилизации при травмах конечностей	2	1	1
<b>6</b>	<b>Навыки выживания в природной среде</b>	<b>12</b>		
6.1	Топография и ориентирование	4	1	3
6.2	Групповое, личное и специальное снаряжение	4	1	3
6.3	Организация быта. Бивак. Привалы и ночлеги	4	1	3
	<b>Итого</b>	<b>68</b>		

## Содержание программы 1 год обучения

### Модуль «Правовая подготовка»

#### **Государственно-правовое устройство Российской Федерации**

Конституция Российской Федерации как базовый закон общества и государства. Основы конституционного строя. Федеративное устройство России. Система органов государственной власти.

#### **Сущность, назначение и система права**

Понятие и признаки права. Сущность и назначение и признаки права. Виды правовых норм. Структура нормы права. Система права. Основные отрасли Российского законодательства. Законы и подзаконные нормативные акты.

Конституционные права, свободы и обязанности граждан Российской Федерации. Правовой статус иностранных граждан и лиц без гражданства в России.

Органы внутренних дел в механизме защиты прав и свобод человека и гражданина.

#### **Правоохранительные органы и правоохранительная деятельность. Место МВД России в системе правоохранительных органов**

Правоохранительные органы Российской Федерации, их правоохранительная деятельность.

Задачи, функции, основные черты правоохранительных органов Российской Федерации.

Место МВД России в системе правоохранительных органов Российской Федерации.

Правовые основы организации МВД России. Структура и основные задачи МВД России. Функции МВД России.

#### **Организация, задачи, принципы и правовые основы деятельности полиции Российской Федерации**

Задачи и функции органов внутренних дел. Система органов внутренних дел.

Правовое регулирование деятельности органов внутренних дел. Правовое положение Министерства внутренних дел России. Правовое положение территориальных органов МВД России.

Правовое положение, задачи, обязанности и права полиции. Задачи и правовые основы деятельности органов внутренних дел. Принципы деятельности органов внутренних дел.

#### **Административное правонарушение: понятие, признаки, состав**

Понятие административного правонарушения. Состав административного правонарушения и его основные элементы. Отличие административного правонарушения от преступления и дисциплинарного проступка. Формы вины. Квалификация административных правонарушений. Основания квалификации. Требования к квалификации административных правонарушений. Законодательство об административных правонарушениях.

## **Административные правонарушения, посягающие на права граждан, здоровье населения, общественную нравственность**

Административные правонарушения, посягающие на права граждан: Неисполнение родителями или иными законными представителями несовершеннолетних обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних (ст. 5.35 КоАП РФ). Клевета (ст. 5.60 КоАП РФ). Оскорбление (ст. 5.61 КоАП РФ).

Административные правонарушения, посягающие на здоровье населения и общественную нравственность: Незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов и незаконные приобретение, хранение, перевозка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества (ст. 6.8 КоАП РФ). Потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача (ст. 6.9 КоАП РФ). Пропаганда наркотических средств, психотропных веществ или их прекурсоров, растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры, и их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры (ст. 6.13 КоАП РФ). Вовлечение несовершеннолетнего в употребление пива и напитков, изготавливаемых на его основе, спиртных напитков или одурманивающих веществ (ст. 6.10 КоАП РФ). Занятие проституцией (ст. 6.11 КоАП РФ).

## **Административные правонарушения в области предпринимательской деятельности и охраны собственности**

Административные правонарушения в области предпринимательской деятельности: Осуществление предпринимательской деятельности без государственной регистрации или без специального разрешения (лицензии) (ст. 14.1 КоАП РФ). Обман потребителей (ст. 14.7 КоАП РФ). Нарушение правил продажи отдельных видов товаров (ст. 14.15 КоАП РФ). Нарушение правил продажи этилового спирта, алкогольной и спиртосодержащей продукции, а также пива и напитков, изготавливаемых на его основе (ст. 14.16 КоАП РФ).

Административные правонарушения в области охраны собственности: Уничтожение или повреждение чужого имущества (ст. 7.17 КоАП РФ). Мелкое хищение (ст. 7.27 КоАП РФ).

## **Административные правонарушения, посягающие на общественный порядок и общественную безопасность**

Административные правонарушения, посягающие на общественный порядок: Мелкое хулиганство (ст. 20.1 КоАП РФ). Нарушение установленного порядка организации либо проведения собрания, митинга, демонстрации, шествия или пикетирования (ст. 20.2 КоАП РФ). Пропаганда или публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики (ст. 20.3 КоАП РФ). Распитие пива и напитков, изготавливаемых на его основе, алкогольной и спиртосодержащей продукции либо потребление наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах

(ст. 20.20 КоАП РФ). Появление в общественных местах в состоянии опьянения (ст. 20.21 КоАП РФ). Появление в состоянии опьянения несовершеннолетних, а равно распитие ими пива и напитков, изготавливаемых на его основе, алкогольной и спиртосодержащей продукции, потребление ими наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах (ст. 20.22 КоАП РФ). Неуплата административного штрафа либо самовольное оставление места отбывания административного ареста (ст. 20.25 КоАП РФ).

Административные правонарушения, посягающие на общественную безопасность: Нарушение правил производства, продажи, хранения или учета оружия и патронов к нему, порядка выдачи свидетельства о прохождении подготовки и проверки знания правил безопасного обращения с оружием и наличия навыков безопасного обращения с оружием или медицинских заключений об отсутствии противопоказаний к владению оружием (ст. 20.8 КоАП РФ). Незаконное изготовление, продажа или передача пневматического оружия (ст. 20.10 КоАП РФ). Пересылка оружия, нарушение правил перевозки, транспортирования или использования оружия и патронов к нему (ст. 20.12 КоАП РФ). Стрельба из оружия в не отведенных для этого местах (ст. 20.13 КоАП РФ). Незаконная частная детективная или охранная деятельность (ст. 20.16 КоАП РФ).

#### **Административные правонарушения против порядка управления**

Самоуправство (ст. 19.1 КоАП РФ). Неповиновение законному распоряжению сотрудника полиции, военнослужащего, сотрудника органов по контролю за оборотом наркотических средств и психотропных веществ, сотрудника органов федеральной службы безопасности, сотрудника органов, уполномоченных на осуществление функций по контролю и надзору в сфере миграции, либо сотрудника органа или учреждения уголовно-исполнительной системы (ст. 19.3 КоАП РФ).

Заведомо ложный вызов специализированных служб (ст. 19.13 КоАП РФ). Проживание гражданина Российской Федерации без удостоверения личности гражданина (паспорта) или без регистрации (ст. 19.15 КоАП РФ). Умышленная порча удостоверения личности гражданина (паспорта) либо утрата удостоверения личности гражданина (паспорта) по небрежности (ст. 19.16 КоАП РФ). Невыполнение лицом, освобожденным из мест отбывания лишения свободы, обязанностей, установленных в отношении его судом в соответствии с федеральным законом (ст. 19.24 КоАП РФ).

## **Модуль «Общезафизическая подготовка»**

### **Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влияние физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности**

Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Совершенствование функций организма человека под воздействием занятий спортом.

#### **Самоконтроль, предупреждение спортивного травматизма**

Самоконтроль. Значение и содержание самоконтроля контроля при занятиях спортом. Понятие о здоровом образе жизни. Необходимость чередования труда и спортивных занятий. Режим питания.

#### **Общеразвивающие, подготовительные и специальные упражнения**

Разминочные упражнения для верхнего плечевого пояса, рук, спины, ног. Упражнения для развития силы, ловкости, выносливости, координации. Акробатические упражнения, группировки, перекааты, кувырки вперед, назад, с прыжка, через плечо, перевороты, «колесо». Специально-подготовительные упражнения: страховки и само страховки ( группировки, перекааты, падения вперед, назад, на бок, через партнера, стоящего на четвереньках, через руку партнера) элементарные технические действия (стойки, дистанции, захваты, передвижения, выведение из равновесия, подготовки к броскам - подвороты), перевороты из упора -на мост и обратно

**Примечание:** Общеразвивающие, подготовительные и специальные упражнения выполняются на каждом занятии в подготовительной части.

#### **Удары руками, ногами, защита от ударов**

Болевые точки и уязвимые места на теле человека, стойки, передвижения, ударные поверхности руки, ноги. Прямые удары кулаком в голову (левой и правой рукой). Защита-блок разноимённой рукой снаружи вовнутрь на месте и с уходом от ударов. Боковой удар кулаком: в голову, живот. Защита-блок разноимённой рукой изнутри наружу на месте и уходом от удара.

Удары кулаком снизу в живот. Защита разноимённой рукой сверху вниз на месте и с уходом от удара. Удары рукой сверху в голову. Защита разноимённой рукой снизу вверх на месте и с уходом от ударов. Удары наотмашь рукой в голову. Защита двумя руками на месте и с уходом от ударов. Прямой удар ногой в пах. Защита двумя руками на месте и с уходом от ударов.

#### **Развитие силовой выносливости.**

**Общая силовая выносливость** -способность к длительной и эффективной двигательной активности, вовлекающей в работу большинство мышечных групп; предъявляющая достаточно внушительные требования к дыхательной, сердечно-сосудистой и центральной нервной системам.

Бег 30 м, 60 м, 300 м, 500 м, 1000 м; бег на длинные дистанции: девочки 1500 м, мальчики 2000 м; бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности (кросс) на дистанции от 2,5 до 5 км с преодолением естественных и искусственных препятствий. Прыжки через препятствия. Бег «в гору». Марш-броски и однодневные походы. Бег с изменением скорости, темпа и продолжительности бега в различных условиях местности. Смешанное передвижение с чередованием ходьбы, бега. Ходьба на лыжах на дистанции от 3 до 5 км. Плавание различными способами на дистанции до 300 м. Лазание по канату на скорость. Эстафеты: встречные, с преодолением препятствий, с прыжками, по кругу и т.д.

### **Примерный комплекс упражнений, ориентированный на развитие силовой выносливости:**

Методические указания: упражнения выполнять на месте или в движении в медленном, среднем и быстром темпе с повторением от 20-25 до 70-100 раз, или в течение 30-50 секунд.

Приседания в классическом варианте (на двух ногах).

Присесть и встать на одной ноге у гимнастической стенки, другая вперед. При приседании угол в коленном суставе до 90°.

Присесть на одной ноге, другая вперед, встать с последующим отталкиванием.

Смена положения ног прыжком в широком выпаде вперед, сохраняя длину выпада.

Стоя на толчковой ноге, маховой опереться о рейку гимнастической стенки на высоте таза. Прыгать вверх, отталкиваясь передней частью стопы.

Стоя правой ногой на полу, левая - на опоре 25-40 см, подпрыгивание вверх, отталкиваясь левой ногой.

Стоя одной ногой на опоре 30-50 см, вторая нога на полу. Подпрыгивание вверх со сменой положения ног.

Повторные прыжки вверх из глубокого приседа.

Бег на месте, высоко поднимая бедро.

Бег в наклоне с опорой, подъем бедра до груди.

Бег с продвижением вперед, высоко поднимая бедро.

Прыжки поочередно с ноги на ногу на 50-100 м.

Партнеры лежат на спине упираясь ступнями ног друг в друга. «Велосипедный бег» с сопротивлением партнеров.

### **Развитие скоростно-силовых качеств.**

Скоростно-силовые качества – это способность человека к проявлению предельно возможных усилий в кратчайший промежуток времени при сохранении оптимальной амплитуды движений.

### **Упражнения, ориентированные на развитие скоростно-силовых качеств:**

- упражнения с преодолением веса собственного тела,
- упражнения с дополнительными отягощениями (пояс и т.п.),
- упражнения с использованием сопротивления внешней среды,

–упражнения с преодолением внешнего сопротивления (блоки, резина, бинты).

### ***Упражнения для развития силы***

Упражнения на перекладине: подтягивание - мальчики на высокой, девочки на низкой. Брусья: сгибание, разгибание рук в упоре. Поднимание туловища из положения лежа. Сгибание и разгибание рук в упорах. Приседание на одной и двух ногах. Упражнения с отягощениями. Перетягивание каната.

Подтягивание, поднимание ног из положения в висе на натянутых верёвочных перилах. Конкурсы на натянутых верёвочных перилах, «Рукоход».

### ***Параметры упражнений, направленных на развитие скоростно-силовых качеств***

С помощью данных упражнений увеличиваются сила мышц, быстрота движений.

Для всех упражнений используются две-три серии повторений. Во время отдыха занимающиеся выполняют ходьбу, упражнения дыхательные и на расслабление.

Упражнения	Число повторений в одной серии	Интервал отдыха между сериями,
1. Отталкивание обеими руками от опоры высотой 30-40 см	16-18	20-30
2. Выпрыгивание из полуприседа с гантелями в руках (вес 3-6 кг)	16-18	20-30
3. Прыжки в длину с ноги на ногу	16-18	20-30
4. Прыжки вверх с подтягиванием коленей к груди	16-18	20-30
5. Прыжки на одной ноге, подтягивая толчковую ногу	16-18	20-30
6. Отталкивание одной рукой от опоры высотой 1,0-1,2 м	15-16	30-40
7. Выпрыгивание из и.п. стоя толчковой ногой на опоре высотой 30-40 см	15-16	30-40
8. Поточные прыжки в длину с места	15-20	30-40
9. Выпрыгивание из приседа	15-20	30-40
10. Прыжки через барьеры, высотой 30-40 см	15-20	30-40

## *Модуль «Строевая подготовка»*

### **Строй и управление им.**

Строевой устав. Строи отделения. Развёрнутый строй. Строи взвода. Развёрнутый строй. Походный строй.

### **Строевые приёмы на месте.**

Повороты, выполнение воинского приветствия, выход из строя и вход в строй. Одиночные строевые приёмы. Подход к начальнику и отход от него.

### **Строевые приёмы в движении.**

Правила строевого шага. Повороты, выполнение воинского приветствия. Прохождение торжественным маршем в составе взвода. Прохождение торжественным маршем со строевой песней.

### **Практические занятия**

Отработка выполнения команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно», «Разойдись», выполнение поворотов на месте в целом, остановка по команде «Стой!».

Движение строевым шагом по разделениям; движение строевым шагом в целом; отработка поворотов в движении, выполнение воинского приветствия в движении.

Обработка перестроения в две и одну шеренги; движение в составе подразделения походным и строевым шагом.

Выполнение выхода из строя; выполнение воинского приветствия на месте в головном уборе; выполнение подхода к начальнику.

Прохождение торжественным маршем; прохождение с песней.

## *Модуль «Огневая подготовка»*

### **Из истории создания и развития огнестрельного оружия.**

Общие сведения из истории создания и развития огнестрельного оружия. Виды вооружения, используемые подразделениями органов внутренних дел МВД России. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.

### **Назначение, боевые свойства и устройство АК-74.**

#### **Сборка и разборка автомата АК-74**

Назначение и боевые свойства АКС-74; АКС-74У. Устройство, назначение частей и механизмов (принадлежности для чистки автомата (пенал, шомпол), магазин, ствольная коробка, ударно-спусковой механизм, ствол с дульным тормозом - компенсатором, прицельные приспособления). Взаимодействие частей и механизмов автомата. Порядок приведения автомата к нормальному бою. Чистка и смазка АК 74 (периодичность и порядок). Порядок неполной разборки и сборки автомата. Порядок снаряжение магазина.

### **Практические занятия**

Выполнение неполной разборки и сборки автомата. Снаряжение магазина автомата 30-ю патронами.

## **Порядок организации стрельб. Приемы и правила стрельбы из пневматической винтовки**

Требования к организации и проведению стрельб. Права и обязанности лиц, организующих и обслуживающих стрельбы. (Пневматическая винтовка)

### **Практические занятия**

Отработка действий на стрельбище.

### **Изготовка для стрельбы. Правила прицеливания.**

Способы удержания оружия одной рукой, двумя руками. Прицеливание. Понятие ровной мушки. Обработка спускового крючка. Дыхание при прицеливании. Производство выстрела. Удержание оружия после выстрела. Изготовки: принятие положений для стрельбы стоя с одной руки; с двух рук, с колена, лежа с упора и из-за укрытия.

### **Практические занятия**

Отработка изготовки для стрельбы лежа различными способами.

Отработка удержания ровной мушки на командирском ящике; отработка навыков прицеливания.

### **Выполнение упражнений.**

## *Модуль «Медицинская подготовка»*

### **Краткие основы анатомии и физиологии человека. Общие понятия о первой помощи. Признаки жизни и смерти человека и способы их определения**

Анатомия и физиология как науки. Строение человеческого организма, органы движения, их функции характеристика. Системы организма человека: дыхательная, сердечно-сосудистая, нервная, пищеварительная, органы выделения. Их краткая характеристика.

Признаки жизни и смерти человека (сознание, дыхание, пульс, реакция зрачка на свет, явные признаки смерти). Способы их определения. Понятия о клинической и биологической смерти.

### **Первая помощь при ранениях и кровотечениях**

Понятия о ранениях. Классификация ран, их характеристика. Раневая инфекция, асептика и антисептика. Виды кровотечений и их характеристика. Способы остановки кровотечений из ран головы, верхних и нижних конечностей, носового кровотечения, кровотечений из желудочно-кишечного тракта. Остановка кровотечения с помощью подручных средств. Правила наложения кровоостанавливающего жгута. Запрещенные места. Первая помощь при подозрении на внутреннее кровотечение.

Индивидуальный перевязочный пакет. Правила наложения повязок. Типовые повязки. Способы их наложения. Особенности наложения повязок на различные части тела.

### **Практические занятия**

Обучение пальцевому прижатию артерии на плече, бедре, шее, обучение технике наложения жгута, использованию подручных средств

(одежды, бинтов, платков, ремней и т.д.) для остановки кровотечения. Обучение технике наложения давящей повязки.

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

**Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах. Способы иммобилизации. Травматический шок. Способы предупреждения шока. Синдром длительного сдавления.**

Понятие о травмах. Последовательность действий при осмотре пострадавших. Правила снятия одежды и обуви с пострадавших. Определение и признаки ушиба вывиха, растяжения, разрыва связок, перелома. Первая помощь при ушибах, вывихах. Классификация переломов. Возможные осложнения при переломах, первая помощь. Способы иммобилизации. Травматический шок. Причины шока, классификация и основные признаки. Помощь пострадавшим, находящимся в состоянии шока.

Синдром длительного сдавления, первая помощь.

**Способы иммобилизации при травмах конечностей**

Общие понятия о иммобилизации. Особенности иммобилизации при повреждениях конечностей. Правила транспортной иммобилизации. Иммобилизация при повреждениях предплечья, плеча, бедра, голени.

**Практические занятия**

Обучение способам иммобилизации поврежденной части тела с помощью подручных средств и шин из картона.

### *Модуль «Навыки выживания в природной среде»*

**Топография и ориентирование**

Топографическая и спортивная карта

Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и зарамочное оформление. Генерализация топографической карты. Какие карты лучше использовать при проведении походов. Условные знаки топографических карт.

Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивных карт, виды спортивных карт: масштабные, внес масштабные, линейные и площадные. Условные знаки: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть и сооружения на ней, растительный покров, местные предметы.

Изображение рельефа на топографических и спортивных картах. Отдельные типы рельефа: пойменный, мелкосопочник, овражно-балочный. Тщательное изображение различных форм рельефа на спортивных картах. Влияние рельефа на пути движения. Построение профиля маршрута.

**Практические занятия**

Упражнения на запоминание условных знаков. Изучение элементов рельефа по моделям и на местности. Определение по горизонталям различных форм рельефа. Выбор путей движения группы с учетом основных форм и элементов рельефа.

## Компас. Работа с компасом

Компас, правила пользования им. Ориентирование карты и компаса. Азимут, снятие азимута с карты. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры. Взятие азимута на предмет.

### **Практические занятия**

Упражнения по определению азимута, снятие азимута с карты. Тренировка на прохождение азимутальных отрезков, прохождение через контрольные пункты по азимуту без использования карты. Упражнения и соревнования на прохождение азимутальных дистанций в ограниченном коридоре.

### **Групповое, личное и специальное снаряжение**

Требования к снаряжению; прочность, легкость, безопасность и удобство в эксплуатации, гигиеничность, эстетичность. Групповое и личное снаряжение. Типы рюкзаков: спортивные (беговые), походные, их назначение, преимущества и недостатки. Укладка рюкзака.

Типы палаток: беговые, походные, др., их назначение, преимущества и недостатки. Установка и снятие палатки.

Эксплуатация, ремонт и хранение группового снаряжения.

Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода. Сушка и ремонт одежды и обуви в походе.

Кухонное оборудование для летних и зимних условий: таганки, тросики, кань, топоры и пилы, чехлы к ним. Заточка и разводка пилы, усовершенствование пил и топоров для похода. Ремонтный набор.

Специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабины, репшнуры и др.

### **Практические занятия**

Комплектование личного и общественного снаряжения. Подгонка личного снаряжения. Изготовление, усовершенствование и ремонт снаряжения.

Укладка рюкзака. Установка палатки.

### **Организация быта. Бивак. Привалы и ночлеги**

Требования к месту бивака:

— жизнеобеспечение — наличие питьевой воды, дров;  
— безопасность — удаленность от населенных пунктов, расположение на высоких берегах рек, отсутствие на территории бивака сухих и гнилых деревьев;

— комфортность — продуваемость поляны, освещенность утренним солнцем, красивая панорама.

Организация бивака в безлесной зоне, в горах.

Установка палатки в различных условиях.

Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания. Разведение костра в сырую погоду, при сильном ветре, в сильном тумане.

Хранение кухонных и костровых принадлежностей, топора, пилы.

Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды.

Правила работы дежурных по кухне.

**Практические занятия**

Выбор места бивака. Самостоятельная работа по развертыванию и свертыванию лагеря. Установка палаток в различных условиях. Заготовка дров — работа с пилой и топором.

## Учебно-тематический план 2-ой год обучения

№	Модуль, тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>Инвариантный блок</b>				
<b>1</b>	<b>Модуль «Правовая подготовка»</b>	<b>5</b>		
1.1	Основы законодательства Российской Федерации.	0,5	0,5	0
1.2.	Уголовный закон: понятие, структура, действие УК РФ во времени, в пространстве, по кругу лиц	0,5	0,5	0
1.3	Понятие преступления и его состав	0	0	0
1.4	Неоконченное преступление, соучастие в преступлении, обстоятельства, исключающие преступные деяния	1	1	0
1.5	Преступления против личности	1	1	0
1.6	Преступления против общественной безопасности и общественного порядка	1	1	0
1.7	Преступления против здоровья населения и общественной нравственности	0,5	0,5	0
1.8	Доказательства и доказывание в уголовном судопроизводстве	0,5	0,5	0
<b>2</b>	<b>Модуль «Общефизическая подготовка»</b>	<b>8</b>		
2.1	Применение сотрудниками полиции физической силы и боевых приёмов борьбы	1	1	0
2.2	Общеразвивающие, подготовительные и специальные упражнения	2	0	2
2.3	Освобождение от захватов и обхватов	1	0	1
2.4	Развитие силовой выносливости	2	0	2
2.5	Развитие скоростно-силовых качеств	2	0	2
<b>3</b>	<b>Модуль «Строевая подготовка»</b>	<b>12</b>		
3.1	Строй и управление им	4	0	4
3.2	Строевые приёмы на месте	4	0	4
3.3	Строевые приёмы в движении	4	0	4
<b>4</b>	<b>Модуль «Огневая подготовка»</b>	<b>14</b>		
4.1	Нормативная база огневой подготовки	1	1	0
4.2	Явление выстрела	2	1	1
4.3	Назначение, боевые свойства и устройство ПМ	4	1	3
4.4	Выполнение упражнений	7	1	6
<b>5</b>	<b>Модуль «Медицинская подготовка»</b>	<b>12</b>		
5.1	Основы анатомии и физиологии человека	2	2	0
5.2.	Сердечно-легочная реанимация	2	0,5	1,5
5.3	Первая помощь при переломах черепа и повреждениях головного мозга	4	1	3
5.4	Первая помощь при повреждениях грудной клетки и живота, повреждениях позвоночника и таза	4	1	3
<b>8</b>	<b>Навыки выживания в природной среде</b>	<b>17</b>		
8.1	Топография и ориентирование	6	1	5
8.2	Экстремальные ситуации в природной среде.	6	1	5
8.3	Организация быта в экстремальных ситуациях	5	1	4
	<b>Итого</b>	<b>68</b>		

## Содержание программы 2 год обучения

### Модуль «Правовая подготовка»

#### **Основы законодательства Российской Федерации.**

История развития российского законодательства. Классификация и основное предназначение нормативно-правовых актов Российской Федерации. .

#### **Уголовный закон: понятие, структура, действие УК РФ во времени, в пространстве, по кругу лиц**

Уголовное право как отрасль права. Предмет и метод уголовного права.

Система российского уголовного законодательства. Его деление на Общую и Особенную части. Характеристика системы норм Общей и Особенной части уголовного права.

Действие уголовного закона во времени. Общий принцип действия уголовных законов во времени. Обратная сила уголовного закона. Определение времени совершения преступления. Порядок опубликования, вступления в силу и прекращения действия уголовных законов.

Действие уголовного закона в пространстве. УК РФ о принципах действия уголовного закона в пространстве. Понятие территориального принципа и принципа гражданства. Понятие территории государства и места совершения преступления. Ответственность иностранных граждан и лиц без гражданства за преступления, совершенные на территории РФ и за границей.

Выдача лиц, совершивших преступление (экстрадиция).

#### **Понятие преступления и его состав**

Понятие преступления и его определение в действующем законодательстве. Признаки преступления, их содержание и значение установления при квалификации преступных деяний. Отличие преступления от административных и дисциплинарных правонарушений. Понятие состава преступления, его основные виды. Категории преступлений.

#### **Неоконченное преступление. Соучастие в преступлении Обстоятельства, исключают преступность деяния.**

Понятие и виды стадий совершения преступления. Понятие приготовления к преступлению. Уголовная ответственность за приготовление к преступлению. Понятие покушения на совершение преступления и его виды. Оконченное преступление: характеристика и признаки. Добровольный отказ от совершения преступления. Соучастие в преступлении, его объективные и субъективные признаки. Формы соучастия, их характеристика. Ответственность соучастников.

Понятия и виды обстоятельств, исключающих общественную опасность и противоправность деяния. Необходимая оборона. Условия ее правомерности. Превышение пределов необходимой обороны. Крайняя необходимость. Понятие и отличие от необходимой обороны.

Задержание лица, совершившего преступление как обстоятельство, исключающее общественную опасность деяния. Правомерность задержания

лица, совершившего преступление. Другие виды обстоятельства, исключают преступность деяния.

### **Преступления против личности**

Преступления против жизни: Убийство (ст. 105 УК РФ). Убийство матери новорожденного ребенка (ст. 106 УК РФ). Убийство, совершенное в состоянии аффекта (ст. 107 УК РФ). Убийство, совершенное при превышении пределов необходимой обороны либо при превышении мер, необходимых для задержания лица, совершившего преступление (ст. 108 УК РФ). Причинение смерти по неосторожности (ст. 109 УК РФ). Доведение до самоубийства (ст. 110 УК РФ).

Преступления против здоровья. Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью (ст. 111 УК РФ). Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью (ст. 112 УК РФ). Умышленное причинение легкого вреда здоровью (ст. 115 УК РФ). Побои (ст. 116 УК РФ). Истязание (ст. 117 УК РФ).

Преступления, ставящие в опасность жизнь и здоровье человека: Угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью (ст. 119 УК РФ). Оставление в опасности (ст. 125 УК РФ). Преступления против свободы личности: Похищение человека (ст. 126 УК РФ). Незаконное лишение свободы (ст. 127 УК РФ). Преступления против половой неприкосновенности и половой свободы личности. Изнасилование (ст. 131 УК РФ). Насильственные действия сексуального характера (ст. 132 УК РФ). Половое сношение и иные действия сексуального характера с лицом, не достигшим шестнадцатилетнего возраста (ст. 134 УК РФ). Развратные действия (ст. 135 УК РФ).

Преступления против семьи и несовершеннолетних: Вовлечение несовершеннолетнего в совершение преступления (ст. 150 УК РФ). Вовлечение несовершеннолетнего в совершение антиобщественных действий (ст. 151 УК РФ). Розничная продажа несовершеннолетним алкогольной продукции (ст. 151.1 УК РФ). Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего (ст. 156 УК РФ).

### **Преступления против общественной безопасности и общественного порядка**

Преступления против общественной безопасности. Террористический акт (ст. 205 УК РФ). Публичные призывы к осуществлению террористической деятельности или публичное оправдание терроризма (ст. 205.2 УК РФ). Захват заложника (ст. 206 УК РФ). Заведомо ложное сообщение об акте терроризма (ст. 207 УК РФ). Бандитизм (ст. 209 УК РФ).

Незаконные приобретение, передача, сбыт, хранение, перевозка или ношение оружия, его основных частей, боеприпасов, взрывчатых веществ и взрывных устройств (ст. 222 УК РФ). Незаконное изготовление оружия (ст. 223 УК РФ). Небрежное хранение огнестрельного оружия (ст. 224 УК РФ). Хищение либо вымогательство оружия, боеприпасов, взрывчатых веществ и взрывных устройств (ст. 226 УК РФ). Преступления против общественного порядка: Массовые беспорядки (ст. 212 УК РФ). Хулиганство (ст. 213 УК РФ).

РФ). Вандализм (ст. 214 УК РФ).

### **Преступления против здоровья населения и общественной нравственности**

Преступления против здоровья населения. Незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, а также незаконные приобретение, хранение, перевозка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества (ст. 228 УК РФ). Незаконные производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, а также незаконные сбыт или пересылка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества (ст. 228.1 УК РФ).

Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ, а также растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества (ст. 229 УК РФ). Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ (ст. 230 УК РФ). Незаконное культивирование растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры (ст. 231 УК РФ). Организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ (ст. 232 УК РФ).

Преступления против общественной нравственности. Вовлечение в занятие проституцией (ст. 240 УК РФ). Организация занятия проституцией (ст. 241 УК РФ). Незаконное распространение порнографических материалов или предметов (ст. 242 УК РФ). Изготовление или оборот материалов или предметов с порнографическими изображениями несовершеннолетних (ст. 242.1 УК РФ). Надругательство над телами умерших и местами их захоронения (ст. 244 УК РФ).

### **Доказательства и доказывание в уголовном судопроизводстве**

Понятие и значение доказательств в уголовном судопроизводстве. Обстоятельства, подлежащие доказыванию по уголовному делу. Свойства доказательств: допустимость, относимость, достоверность, достаточность. Классификация доказательств. Виды доказательств. Понятие процесса доказывания. Его этапы: сбор, проверка, оценка материалов, полученных в ходе оперативно-розыскных мероприятий. Предмет и пределы доказывания. Обязанность доказывания.

Производство неотложных следственных действий. Осмотр: понятие и виды, порядок производства. Обыск. Понятие, порядок и основания производства. Выемка. Понятие, порядок и основания производства. Понятие допроса как следственного действия. Общие условия производства допроса.

## *Модуль «Общезыическая подготовка»*

### **Применение сотрудниками полиции физической силы и боевых приемов борьбы**

Правовые основы применения физического воздействия и боевых приемов борьбы полицейским в процессе служебной деятельности. Действия сотрудников полиции при неповиновении и оказании сопротивления.

#### **Общеразвивающие, подготовительные и специальные упражнения**

Ходьба со строевыми элементами, на носках, пятках, внутренней и внешней стороне стопы. Упражнения в ходьбе, на месте, упражнения на развитие координации, гибкости, силы, в парах. Беговые упражнения: бег с ускорением, со сменой направления движения, бег на различные дистанции. Силовое комплексное упражнение (СКУ). Силовые упражнения (в том числе с использованием гантелей, гирь, штанги, перекладины, брусьев). Самостраховка при падении: на спину, на бок, вперед. Кувырки вперед, назад, через плечо, через партнера. Имитация ударов руками и ногами в движении.

**Примечание:** Общеразвивающие, подготовительные и специальные упражнения выполняются на каждом занятии в подготовительной части.

#### **Освобождение от захватов и обхватов**

Освобождение от захватов спереди двумя руками за одну руку сверху с переходом на задержание и сопровождение. Освобождение от захвата спереди кистей рук сверху с переходом на задержание и сопровождение. Освобождение от захвата спереди кистей рук снизу с переходом на задержание и сопровождение.

Освобождение от обхвата спереди за корпус с руками с переходом на задержание и сопровождение. Освобождение от захвата спереди за шею двумя прямыми руками с переходом на задержание и сопровождение. Освобождение от захвата спереди за корпус без рук с переходом на задержание и сопровождение. Освобождение от захвата сзади за корпус без рук с переходом на задержание и сопровождение. Освобождение от обхвата сзади за корпус без рук с переходом на задержание и сопровождение.

#### **Развитие силовой выносливости**

**Общая силовая выносливость** - способность к длительной и эффективной двигательной активности, вовлекающей в работу большинство мышечных групп; предъявляющая достаточно внушительные требования к дыхательной, сердечно-сосудистой и центральной нервной системам.

Бег 30 м, 60 м, 300 м, 500 м, 1000 м; бег на длинные дистанции: девочки 1500 м, мальчики 2000 м; бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности (кросс) на дистанции от 2,5 до 5 км с преодолением естественных и искусственных препятствий. Прыжки через препятствия. Бег «в гору». Марш-броски и однодневные походы. Бег с изменением скорости, темпа и продолжительности бега в различных условиях местности. Смешанное передвижение с чередованием ходьбы, бега. Ходьба на лыжах на дистанции от 3 до 5 км. Плавание различными способами на дистанции до

300 м. Лазание по канату на скорость. Эстафеты: встречные, с преодолением препятствий, с прыжками, по кругу и т.д.

**Примерный комплекс упражнений, ориентированный на развитие силовой выносливости:**

Методические указания: упражнения выполнять на месте или в движении в медленном, среднем и быстром темпе с повторением от 20-25 до 70-100 раз, или в течение 30-50 секунд.

Приседания в классическом варианте (на двух ногах).

Присесть и встать на одной ноге у гимнастической стенки, другая вперед. При приседании угол в коленном суставе до 90°.

Присесть на одной ноге, другая вперед, встать с последующим отталкиванием.

Смена положения ног прыжком в широком выпаде вперед, сохраняя длину выпада.

Стоя на толчковой ноге, маховой опереться о рейку гимнастической стенки на высоте таза. Прыгать вверх, отталкиваясь передней частью стопы.

Стоя правой ногой на полу, левая - на опоре 25-40 см, подпрыгивание вверх, отталкиваясь левой ногой.

Стоя одной ногой на опоре 30-50 см, вторая нога на полу. Подпрыгивание вверх со сменой положения ног.

Повторные прыжки вверх из глубокого приседа.

Бег на месте, высоко поднимая бедро.

Бег в наклоне с опорой, подъем бедра до груди.

Бег с продвижением вперед, высоко поднимая бедро.

Прыжки поочередно с ноги на ногу на 50-100 м.

Партнеры лежат на спине, упираясь ступнями ног друг в друга. «Велосипедный бег» с сопротивлением партнеров.

**Развитие скоростно-силовых качеств**

Скоростно-силовые качества – это способность человека к проявлению предельно возможных усилий в кратчайший промежуток времени при сохранении оптимальной амплитуды движений.

**Упражнения, ориентированные на развитие скоростно-силовых качеств:**

\*упражнения с преодолением веса собственного тела,

\*упражнения с дополнительными отягощениями (пояс и т.п.),

\*упражнения с использованием сопротивления внешней среды,

\*упражнения с преодолением внешнего сопротивления (блоки, резина, бинты).

**Упражнения для развития силы**

Упражнения на перекладине: подтягивание - мальчики на высокой, девочки - на низкой. Брусья: сгибание, разгибание рук в упоре. Поднимание туловища из положения лежа. Сгибание и разгибание рук в упорах. Приседание на одной и двух ногах. Упражнения с отягощениями. Перетягивание каната.

Подтягивание, поднятие ног из положения в висе на натянутых верёвочных перилах. Конкурсы на натянутых верёвочных перилах, «Рукоход».

***Параметры упражнений, направленных на развитие скоростно-силовых качеств***

С помощью данных упражнений увеличиваются сила мышц, быстрота движений.

Для всех упражнений используются две-три серии повторений. Во время отдыха занимающиеся выполняют ходьбу, упражнения дыхательные и на расслабление.

Упражнения	Число повторений в одной серии	Интервал отдыха между сериями,
1. Отталкивание обеими руками от опоры высотой 30-40 см	16-18	20-30
2. Выпрыгивание из полуприседа с гантелями в руках (вес 3-6 кг)	16-18	20-30
3. Прыжки в длину с ноги на ногу	16-18	20-30
4. Прыжки вверх с подтягиванием коленей к груди	16-18	20-30
5. Прыжки на одной ноге, подтягивая толчковую ногу	16-18	20-30
6. Отталкивание одной рукой от опоры высотой 1,0-1,2 м	15-16	30-40
7. Выпрыгивание из и.п. стоя толчковой ногой на опоре высотой 30-40 см	15-16	30-40
8. Поточные прыжки в длину с места	15-20	30-40
9. Выпрыгивание из приседа	15-20	30-40
10. Прыжки через барьеры, высотой 30-40 см	15-20	30-40

***Модуль «Строевая подготовка»***

**Строй и управление им.**

Строй отделения. Развёрнутый строй. Строй взвода. Развёрнутый строй. Походный строй.

**Строевые приёмы на месте.**

Повороты, выполнение воинского приветствия, выход из строя и вход в строй. Одиночные строевые приёмы. Подход к начальнику и отход от него.

**Строевые приёмы в движении.**

Повороты, выполнение воинского приветствия. Прохождение торжественным маршем в составе взвода. Прохождение торжественным маршем со строевой песней.

**Практические занятия**

Отработка выполнения команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно», «Разойдись», выполнение поворотов на месте в целом, остановка по команде «Стой!».

Движение строевым шагом по подразделениям; движение строевым шагом в целом; отработка поворотов в движении, выполнение воинского приветствия в движении.

Обработка перестроения в две и одну шеренги; движение в составе подразделения походным и строевым шагом.

Выполнение выхода из строя; выполнение воинского приветствия на месте в головном уборе; выполнение подхода к начальнику.

Прохождение торжественным маршем; прохождение с песней.

### *Модуль «Огневая подготовка»*

#### **Нормативная база огневой подготовки**

Классификация оружия согласно Федеральному закону «Об оружии». Требования приказов МВД России по учету, хранению и сбережению оружия и боеприпасов. Порядок выдачи оружия, боеприпасов и спецсредств для постоянного ношения. Порядок получения, закрепления, учета и хранения оружия в ОВД. Содержание ст. 222-226 УК РФ.

#### **Явление выстрела**

Устройство патрона; процесс производства выстрела; работа пороховых газов. Рассеивание пуль при стрельбе. Траектория движения пули после покидания канала ствола; влияние прикладки стрелка; влияние внешних факторов (ветер, изменение влажности, давления, температуры); деривация.

Расчет и вынос точки прицеливания. Определение средней точки попадания.

#### **Практические занятия**

Отработка навыка определения точки попадания.

#### **Назначение, боевые свойства, устройство 9 мм ПМ**

Назначение, боевые свойства и устройство ПМ. Устройство, назначение частей и механизмов ПМ. Взаимодействия частей и механизмов ПМ. Порядок приведения ПМ к нормальному бою. Чистка и смазка ПМ (периодичность и порядок).

#### **Выполнение упражнений.**

Сборка-разборка ПМ, Стрельба из пневматической винтовки

### *Модуль «Медицинская подготовка»*

#### **Основы анатомии и физиологии человека**

Сердечно-сосудистая система. Сердце и его функции, круги кровообращения. Магистральные кровеносные сосуды. Основные понятия о полостях тела человека. Органы дыхания, значение их для жизни

деятельности организма, физиология акта дыхания. Основные понятия об органах пищеварения, выделения, нервной системы человека.

### **Сердечно-легочная реанимация**

Причины остановки сердца. Реанимационные мероприятия при оказании первой помощи. Освобождение дыхательных путей. Методы искусственного дыхания (искусственная вентиляция легких). Непрямой массаж сердца. Техника оживления одним или двумя спасателями. Ошибки при поведении реанимационных мероприятий. Особенности проведения реанимации детей и подростков.

### **Первая помощь при переломах черепа и повреждениях головного мозга**

Основные признаки и особенности первой помощи при сотрясении и ушибе головного мозга, перелома костей черепа.

### **Первая помощь при повреждениях грудной клетки и живота, переломах позвоночника и таза**

Открытое и закрытое повреждение грудной клетки и живота, распознавание, особенности транспортировки и оказание первой помощи. Последовательность мер оказания первой помощи при наличии у пострадавшего перелома позвоночника. Способы извлечения пострадавших с переломами позвоночника из транспорта. Распознавания и особенности оказания помощи пострадавших с переломами костей таза.

## *Модуль «Навыки выживания в природной среде»*

### **Топография и ориентирование**

#### **Измерение расстояний**

Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, обычной нитки.

Измерение среднего шага. Счет шагов при движении шагом, бегом на местности различной проходимости. Глазомерный способ измерения расстояния, необходимость постоянной тренировки глазомера. Определение пройденного расстояния по времени движения.

Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага.

#### **Практические занятия**

Измерение длины шага, построение графика перевода числа шагов в метры. Упражнения по отработке автоматизма при счете шагов, измерение различных отрезков на карте и на местности. Прохождение и пробегание отрезков различной длины. Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, определению ширины реки, оврага.

#### **Способы ориентирования**

Ориентирование в походе с помощью топографической карты, не дающей полной информации о местности. Определение своего местонахождения при наличии сходной (параллельной) ситуации. Движение в походе при использовании кроки и схем участков маршрута.

Ориентирование при условии отсутствия видимости. Организация разведок в походе, опрос местных жителей, уточнение у них имеющихся карт и схем.

Движение по легенде — подробному описанию пути.

Особенности ориентирования в различных природных условиях: в горах, в тундре, на воде.

Ориентирование при использовании спортивной карты, определение точки своего стояния и выбор пути движения.

### **Практические занятия**

Упражнения по определению точки своего местонахождения на местности при помощи карты. Участие в соревнованиях по ориентированию.

### **Экстремальные ситуации в природной среде**

Причины возникновения экстремальных ситуаций в природной среде.

Опасности : субъективные и объективные.

Субъективные опасности: недостаточная физическая, техническая, морально-волевая подготовка участников похода, недисциплинированность, слабая предпоходная подготовка (нехватка продуктов, недостаток сведений о районе похода, неточный картографический материал, некачественное снаряжение), переоценка сил группы и недооценка встречающихся препятствий, пренебрежение страховкой и ослабление внимания на простых участках маршрута, недостаточный самоконтроль и взаимный контроль при низких температурах и ветре, неумение оказать правильную первую доврачебную помощь, небрежное обращение с огнем и горячей пищей.

Объективные опасности: резкое изменение погоды, все технически сложные участки, гипоксия (горная болезнь), солнечные ожоги в горах и на снегу, ядовитые животные и насекомые, стихийные бедствия.

Меры по исключению субъективных и преодолению объективных опасностей.

Факторы выживания в природных условиях. Стрессоры выживания.

Что надо знать о себе, чтобы выжить.

Страх и способы его преодоления.

Внимание, память и мышление – необходимые факторы выживания.

Ощущение и восприятие действительности. Воображение и элементы выживания.

Влияние характера на поведение в условиях выживания. Психологический климат в группе – определяющий фактор адекватных действий.

### **Организация быта в экстремальных ситуациях**

Организация ночлегов в летний период. Изготовление тентов, навесов, шалашей.

Организация ночлегов в зимний период. Устройство пещер, траншей, иглу.

Использование костров для обогрева при организации ночлегов в экстремальных ситуациях.

Способы добывания огня без спичек.

Организация питания в экстремальных условиях. Охота и рыбалка. Использование в пищу дикорастущих растений.

Приготовление пищи в экстремальных условиях.

### **Практические занятия**

Строительство временных укрытий. Подготовка и разжигание костра типа «нодья». Добывание огня без спичек. Приготовление пищи в экстремальных ситуациях.

## Учебно-тематический план 3-ий год обучения

№	Модуль, тема	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
<b>Инвариантный блок</b>				
<b>1</b>	<b>Модуль «Правовая подготовка»</b>	<b>5</b>		
1.1	Общие начала семейного права. Семейные правоотношения. Права и обязанности родителей и детей	1	1	0
1.2	Государственная система профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав	0,5	0,5	0
1.3	Гражданско-правовой статус несовершеннолетних	0,5	0,5	0
1.4	Основания и порядок лишения родительских прав. Восстановление в родительских правах	0,5	0,5	0
1.5	Особенности административной ответственности несовершеннолетних. Производство по делам об административных правонарушениях несовершеннолетних	0,5	0,5	0
1.6	Законодательство субъектов РФ в сфере защиты прав и законных интересов несовершеннолетних. Кодексы (законы) субъектов РФ об административных правонарушениях	1	1	0
1.7	Предупреждение групповой и повторной преступности среди несовершеннолетних. Организация профилактической работы с несовершеннолетними, входящими в состав групп антиобщественной направленности, в том числе экстремистской направленности	1	1	0
<b>2</b>	<b>Модуль «Общезащитная подготовка»</b>	<b>8</b>		
2.1	Общеразвивающие, подготовительные и специальные упражнения	2	0	2
2.2	Защита от угрозы оружием и обезоруживание	1	0,5	0,5
2.3	Болевые и удушающие приемы на лежащем противнике. Задержание и сопровождение болевыми приемами	1	0,5	0,5
2.4	Развитие силовой выносливости	2	0	2
2.5	Развитие скоростно-силовых качеств	2	0	2
<b>3</b>	<b>Модуль «Строевая подготовка»</b>	<b>12</b>		
3.1	Строй и управление им	4	0	4
3.2	Строевые приёмы на месте	4	0	4
3.3	Строевые приёмы в движении	4	0	4
<b>4</b>	<b>Модуль «Огневая подготовка»</b>	<b>14</b>		
4.1	Выполнение упражнений по сборке и разборке автомата и стрельбы из различных видов оружия	14	2	12
<b>5</b>	<b>Модуль «Медицинская подготовка»</b>	<b>12</b>		
5.1	Первая помощь при несчастных случаях и	5	1	4

	внезапных заболеваниях: обморок, тепловой и солнечный удар, асфиксия, отравление, укусы, ожоги и обморожения, электротравма.			
5.2	Первая помощь при неотложных состояниях	3	0	3
5.3	Способы реанимации	2	0	2
5.4	Приемы транспортировки пострадавшего	2	0	2
<b>8</b>	<b>Навыки выживания в природной среде</b>	<b>17</b>		
8.1	Топография и ориентирование	5	0	5
8.2	Основные правила поведения в экстремальных ситуациях	2	1	1
8.3	Организация быта в экстремальных ситуациях	10	2	8
	<b>Итого</b>	<b>68</b>		

## Содержание программы 3 год обучения

### Модуль «Правовая подготовка»

#### **Общие начала семейного права. Семейные правоотношения. Права и обязанности родителей и детей**

Защита семьи государством. Равноправие граждан в семейных отношениях. Порядок и условия заключения брака. Недействительность брака. Семейные правоотношения. Права и обязанности супругов. Обязанности супругов по взаимному содержанию. Прекращение брака. Порядок расторжения брака.

Основания возникновения прав и обязанностей родителей и детей. Защита родительских прав. Установление отцовства в судебном порядке. Алиментные обязанности родителей и детей. Взыскание алиментов на детей, помещенных в детские учреждения. Порядок уплаты или взыскания алиментов. Порядок усыновления, удочерения.

#### **Государственная система профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Организация деятельности комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав**

Нормативные правовые акты, регулирующие деятельность органов профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних: органы опеки и попечительства, органы управления социальной защитой, специализированные учреждения для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, органы по делам, органы управления образования

Задачи комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, порядок их образования и состав. Компетенция и порядок функционирования комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав. Порядок подготовки и рассмотрения материалов, подведомственных комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав. Меры воздействия, применяемые комиссией к несовершеннолетним правонарушителям, родителям и лицам, их заменяющим. Порядок и сроки обжалования постановлений комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав.

#### **Гражданско-правовой статус несовершеннолетних**

Особенности правового положения несовершеннолетних в сфере гражданского законодательства. Несовершеннолетний как субъект гражданско-правовых отношений. Право собственности несовершеннолетнего. Договор купли продажи. Договор дарения.

Наследственное право. Наследование по завещанию. Наследование по закону. Первоочередность наследования детьми (в том числе усыновлёнными) являющимися наследниками по закону.

Право несовершеннолетних или нетрудоспособных детей наследодателя (в том числе усыновленных) на обязательную долю в наследстве. Размер обязательной доли несовершеннолетнего в наследстве. Принятие наследства.

Назначение хранителя или опекуна наследственного имущества.

## **Основания и порядок лишения родительских прав. Восстановление в родительских правах**

Порядок лишения родительских прав. Последствия лишения родительских прав. Ограничение родительских прав. Последствия ограничения родительских прав. Отобрание ребенка при непосредственной угрозе жизни ребенка или его здоровью. Восстановление в родительских правах.

## **Содержание, формы, виды и этапы профилактики правонарушений. Общая и индивидуальная профилактика преступлений и правонарушений несовершеннолетних**

Содержание предупредительной деятельности, ее виды и этапы. Субъекты и объекты предупредительной деятельности в России. Концепция и создание модели государственной системы предупреждения безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в России,

Цели и задачи подразделений по делам несовершеннолетних, связанные с профилактикой противоправного поведения несовершеннолетних. Методы общей и индивидуальной профилактики.

Понятие индивидуальной профилактики. Категории лиц, подлежащих индивидуальному профилактическому воздействию со стороны инспекторов по делам несовершеннолетних. Виды профилактического учета таких лиц и методы воздействия на них. Основания и порядок постановки на учет несовершеннолетних правонарушителей. Основания и порядок снятия с учета несовершеннолетних правонарушителей, их назначение и задачи.

Специальные учебно-воспитательные учреждения закрытого типа, их назначение и задачи. Основания, порядок подготовки и направления материалов для помещения несовершеннолетних, не подлежащих уголовной ответственности.

## **Законодательство субъектов РФ в сфере защиты прав и законных интересов несовершеннолетних. Кодексы (законы) субъектов РФ об административных правонарушениях**

Законы субъектов в сфере защиты прав несовершеннолетних. Региональные программы по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Кодексы (законы) субъектов РФ об административных правонарушениях.

## **Организация деятельности служб и подразделений органов внутренних дел по профилактике пьянства, наркомании и токсикомании среди несовершеннолетних**

Проблема распространения пьянства, алкоголизма и наркомании в современных условиях, их социологические характеристики. Причины, приводящие к пьянству, алкоголизму и наркомании.

Тактика выявления и устранения причин и условий распространения пьянства, алкоголизма и наркомании среди несовершеннолетних.

Административно-правовые и гражданско-правовые меры борьбы с пьянством, наркоманией и токсикоманией.

## **Профилактика семейного неблагополучия**

Неблагоприятные условия внешней среды, формирующие личность несовершеннолетнего правонарушителя (на примерах неблагополучных семей и школ).

Алгоритм выявления, профилактики и устранения семейного неблагополучия.

Основы психологии в работе с семьями, имеющими проблемы межличностного общения.

## **Организация работы с отдельными категориями несовершеннолетних правонарушителей**

Особенности осуществления профилактической работы с подростками, совершившими преступления (обвиняемыми в совершении преступлений, в отношении которых избрана мера пресечения, не связанная с лишением свободы; осужденными к мерам наказания, не связанным с изоляцией от общества; освобожденным от уголовной ответственности и наказания по нереабилитирующим обстоятельствам).

Организация работы с несовершеннолетними, доставленными в органы внутренних дел.

## **Предупреждение групповой и повторной преступности среди несовершеннолетних. Организация профилактической работы с несовершеннолетними, входящими в состав групп антиобщественной направленности, в том числе экстремисткой направленности**

Основные вопросы организации деятельности по выявлению групп несовершеннолетних антиобщественной направленности поведения, проведению с ними работы по разобщению или переориентации.

Методы разобщения групп антиобщественной направленности, в том числе экстремисткой направленности. Характеристика существующих религиозных и иных формирований, сект, вовлекающих в свою деятельность несовершеннолетних. Методика работы по выявлению лидеров антиобщественных подростковых формирований и взрослых лиц, вовлекающих несовершеннолетних в противоправную деятельность. Основные приемы переориентации или изоляции данных лиц. Порядок подготовки материалов для решения вопроса о привлечении взрослых лиц к ответственности в соответствии с действующим законодательством.

## ***Модуль «Общезащитная подготовка»***

### **Общеразвивающие, подготовительные и специальные упражнения**

Разминочные упражнения для верхнего плечевого пояса, рук, спины, ног. Упражнения для развития силы, ловкости, выносливости, координации. Акробатические упражнения, группировки, перекувырки, кувырки вперед, назад, с прыжка, через плечо, перевороты, «колесо». Специально-подготовительные упражнения: страховки и самостраховки ( группировки, перекувырки, падения вперед, назад, на бок, через партнера, стоящего на четвереньках, через руку партнера) элементарные технические действия (стойки, дистанции, захваты,

передвижения, выведение из равновесия, подготовки к броскам - подвороты), перевороты из упора -на мост и обратно

Ходьба со строевыми элементами, на носках, пятках, внутренней и внешней стороне стопы. Упражнения в ходьбе, на месте, упражнения на развитие координации, гибкости, силы, в парах. Беговые упражнения: бег с ускорением, со сменой направления движения, бег на различные дистанции. Силовое комплексное упражнение (СКУ). Силовые упражнения (в том числе с использованием гантелей, гирь, штанги, перекладины, брусьев). Самостраховка при падении: на спину, на бок, вперед. Кувырки вперед, назад, через плечо, через партнера. Имитация ударов руками и ногами в движении.

**Примечание:** Общеразвивающие, подготовительные и специальные упражнения выполняются на каждом занятии в подготовительной части.

### **Защита от нападения с оружием и обезоруживание**

Защита от удара ножа тычком в грудь или живот, обезоруживание с переходом на задержание и сопровождение. Защита от удара ножом сверху в голову, обезоруживание с переходом на задержание и сопровождение. Защита от удара ножом сбоку в шею или живот, обезоруживание с переходом на задержание и сопровождение. Защита от удара ножом снизу в живот, обезоруживание с переходом на задержание и сопровождение. Защита от удара ножом наотмашь, обезоруживание с переходом на задержание и сопровождение.

Обезоруживание при угрозе пистолетом в упор в живот, задержание и сопровождение. Обезоруживание при угрозе пистолетом в спину в упор, задержание и сопровождение. Предотвращение попытки завладения пистолетом спереди, задержание и сопровождение. Предотвращение попытки завладения пистолетом сзади, задержание и сопровождение.

### **Болевые и удушающие приемы на лежащем противнике. Задержание и сопровождение болевыми приемами**

Плечом и предплечьем сзади (стоя, сидя, лежа). Воротом одежды спереди, сзади (лежа, сидя). Рычаг локтя через бедро. Рычаг руки внутрь. Загиб руки за спину. Оказание помощи после проведения удушающего приема.

Загиб руки за спину при подходе сзади. Загиб руки за спину «рывком». Загиб руки за спину «замком». Загиб руки за спину «нырком». Рычаг руки через предплечье. Рычаг руки вовнутрь с последующим загибом руки за спину и сопровождением. Рычаг руки наружу. Рычаг руки вовнутрь. Рычаг руки наружу с последующим загибом руки за спину и сопровождением.

### **Развитие силовой выносливости**

**Общая силовая выносливость** -способность к длительной и эффективной двигательной активности, вовлекающей в работу большинство мышечных групп; предъявляющая достаточно внушительные требования к дыхательной, сердечно-сосудистой и центральной нервной системам.

Бег 30 м, 60 м, 300 м, 500 м, 1000 м; бег на длинные дистанции: девочки 1500 м, мальчики 2000 м; бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности (кросс) на дистанции от 2,5 до 5 км с преодолением естественных и искусственных препятствий. Прыжки через препятствия. Бег «в гору». Марш-броски и однодневные походы. Бег с изменением скорости, темпа и продолжительности бега в различных условиях местности. Смешанное передвижение с чередованием ходьбы, бега. Ходьба на лыжах на дистанции от 3 до 5 км. Плавание различными способами на дистанции до 300 м. Лазание по канату на скорость. Эстафеты: встречные, с преодолением препятствий, с прыжками, по кругу и т.д.

### **Примерный комплекс упражнений, ориентированный на развитие силовой выносливости:**

Методические указания: упражнения выполнять на месте или в движении в медленном, среднем и быстром темпе с повторением от 20-25 до 70-100 раз, или в течение 30-50 секунд.

Приседания в классическом варианте (на двух ногах).

Присесть и встать на одной ноге у гимнастической стенки, другая вперед. При приседании угол в коленном суставе до 90°.

Присесть на одной ноге, другая вперед, встать с последующим отталкиванием.

Смена положения ног прыжком в широком выпаде вперед, сохраняя длину выпада.

Стоя на толчковой ноге, маховой опереться о рейку гимнастической стенки на высоте таза. Прыгать вверх, отталкиваясь передней частью стопы.

Стоя правой ногой на полу, левая - на опоре 25-40 см, подпрыгивание вверх, отталкиваясь левой ногой.

Стоя одной ногой на опоре 30-50 см, вторая нога на полу. Подпрыгивание вверх со сменой положения ног.

Повторные прыжки вверх из глубокого приседа.

Бег на месте, высоко поднимая бедро.

Бег в наклоне с опорой, подъем бедра до груди.

Бег с продвижением вперед, высоко поднимая бедро.

Прыжки поочередно с ноги на ногу на 50-100 м.

Партнеры лежат на спине, упираясь ступнями ног друг в друга.

«Велосипедный бег» с сопротивлением партнеров.

### **Развитие скоростно-силовых качеств**

Скоростно-силовые качества – это способность человека к проявлению предельно возможных усилий в кратчайший промежуток времени при сохранении оптимальной амплитуды движений.

### **Упражнения, ориентированные на развитие скоростно-силовых качеств:**

\*упражнения с преодолением веса собственного тела,

\*упражнения с дополнительными отягощениями (пояс и т.п.),

\*упражнения с использованием сопротивления внешней среды,

\*упражнения с преодолением внешнего сопротивления (блоки, резина, бинты).

### **Упражнения для развития силы**

Упражнения на перекладине: подтягивание - мальчики на высокой, девочки на низкой. Брусья: сгибание, разгибание рук в упоре. Поднимание туловища из положения лежа. Сгибание и разгибание рук в упорах. Приседание на одной и двух ногах. Упражнения с отягощениями. Перетягивание каната.

Подтягивание, поднимание ног из положения в висе на натянутых верёвочных перилах. Конкурсы на натянутых верёвочных перилах, «Рукоход».

### **Параметры упражнений, направленных на развитие скоростно-силовых качеств**

С помощью данных упражнений увеличиваются сила мышц, быстрота движений .

Для всех упражнений используются две-три серии повторений. Во время отдыха занимающиеся выполняют ходьбу, упражнения дыхательные и на расслабление.

Упражнения	Число повторений в одной серии	Интервал отдыха между сериями,
1. Отталкивание обеими руками от опоры высотой 30-40 см	16-18	20-30
2. Выпрыгивание из полуприседа с гантелями в руках (вес 3-6 кг)	16-18	20-30
3. Прыжки в длину с ноги на ногу	16-18	20-30
4. Прыжки вверх с подтягиванием коленей к груди	16-18	20-30
5. Прыжки на одной ноге, подтягивая толчковую ногу	16-18	20-30
6. Отталкивание одной рукой от опоры высотой 1,0-1,2 м	15-16	30-40
7. Выпрыгивание из и.п. стоя толчковой ногой на опоре высотой 30-40 см	15-16	30-40
8. Поточные прыжки в длину с места	15-20	30-40
9. Выпрыгивание из приседа	15-20	30-40
10. Прыжки через барьеры, высотой 30-40 см	15-20	30-40

## **Модуль «Строевая подготовка»**

### **Строй и управление им.**

Строй отделения. Развёрнутый строй. Строй взвода. Развёрнутый строй. Походный строй.

#### **Строевые приёмы на месте.**

Повороты, выполнение воинского приветствия, выход из строя и вход в строй. Одиночные строевые приёмы. Подход к начальнику и отход от него.

#### **Строевые приёмы в движении.**

Повороты, выполнение воинского приветствия. Прохождение торжественным маршем в составе взвода. Прохождение торжественным маршем со строевой песней.

#### **Практические занятия**

Отработка выполнения команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно», «Разойдись», выполнение поворотов на месте в целом, остановка по команде «Стой!».

Движение строевым шагом по разделениям; движение строевым шагом в целом; отработка поворотов в движении, выполнение воинского приветствия в движении.

Обработка перестроения в две и одну шеренги; движение в составе подразделения походным и строевым шагом.

Выполнение выхода из строя; выполнение воинского приветствия на месте в головном уборе; выполнение подхода к начальнику.

Прохождение торжественным маршем; прохождение с песней.

### *Модуль «Огневая подготовка»*

#### **Выполнение упражнений.**

Меры безопасности при проведении стрельб.

#### **Практические занятия**

Отработка выполнения команд на стрельбище, изготровки при ведении огня, способов ведения огня и прицеливания. Выполнение практических стрельб из пневматической винтовки.

### *Модуль «Медицинская подготовка»*

**Первая помощь при несчастных случаях и внезапных заболеваниях: обморок, тепловой и солнечный удар, асфиксия, отравление, укусы, ожоги и обморожения, электротравма.**

Первая помощь при несчастных случаях и внезапных заболеваниях. Обморок, причины его возникновения, доврачебная помощь при обмороке. Первая помощь при тепловом и солнечном ударе. Асфиксия, ее причины и признаки. Первая помощь при асфиксии (утопление, удушье, нарушении дыхания в результате попадания инородного тела в дыхательные пути). Отравление, его виды и причины возникновения. Признаки отравления токсическими веществами: газами (выхлопными, взрывными, угарными), жидкостями (кислоты, щелочи), алкоголем, пищевыми продуктами. Первая помощь при укусах змей, пчел, бешеных животных. Ожоги и их классификация.

Доврачебная помощь при ожогах. Обморожение, его степени. Доврачебная помощь при обморожении и общем замерзании. Электротравма (поражение электрическим током, молнией). Доврачебная помощь при электротравме.

### **Первая помощь при неотложных состояниях**

Неотложные состояния. Эпилепсия, комы различной этиологии, обморок, коллапс, ИБС – способы диагностики и доврачебная помощь.

### **Способы реанимации**

Понятие клинической и биологической смерти, признаки наступления и методы их определения. Причины остановки сердца, понятие о фибрилляции. Непрямой массаж сердца, искусственное дыхание и способы их проведения. Правила искусственного дыхания. Осложнения при проведении реанимационных мероприятий.

### **Практические занятия**

Отработка проверки признаков клинической смерти и сердечно-легочной реанимации на роботе-тренажере и других обучающихся в одиночку, в парах, в тройках.

### **Приемы транспортировки пострадавшего**

Переноска пострадавшего при травмах различной локализации. Организация транспортировки и переноска пострадавшего в зависимости от характера и места получения травмы, его состояния, количества участников, оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках, переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте, на плащ-палатке. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

### **Практические занятия**

Изготовление носилок, волокуш, отработка навыков транспортировки пострадавшего группой в 5 и более человек без использования подручных средств и на плащ-палатке, транспортировка пострадавшего вчетвером, переноска пострадавшего сидя вдвоем и втроем, способы переноски пострадавшего в одиночку при травмах различной локализации.

## ***Модуль «Навыки выживания в природной среде»***

### **Топография и ориентирование**

Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки

Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Определение сторон горизонта при помощи местных предметов, созданных природой и людьми, по растительности.

Причины, приводящие к потере ориентировки. Порядок действий в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной, параллельной ситуации на карте, попытка найти опорные ориентиры и подтвердить свои предположения. Необходимость выхода на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование

троп, идущих в нужном направлении, движение по генеральному азимуту. Движение вдоль ручьев, рек, выход к жилью.

Поведение членов группы, необходимость жесткой дисциплины и отсутствия паники.

Действия отдельного члена группы в случае потери им ориентировки. Основная задача — движение по тропам и дорогам до выхода к населенным пунктам, стремление как можно меньше срезать тропинки, идти по азимуту..

### **Практические занятия**

Упражнения по определению своего местонахождения на различных картах. Определение сторон горизонта по местным предметам, небесным светилам.

Ориентирование в сложных условиях

Особенности ориентирования в сложных условиях. Предварительный подбор картографического материала, изучение маршрута. Ориентирование на участках при отсутствии крупномасштабных карт. Разведка, маркировка пути движения. Движение при потере видимости. Глазомер в горах. Оценка пройденного пути по времени движения.

### **Практические занятия**

Прохождение маршрута с использованием крупномасштабных карт, азимутальных участков, участков с измерением пройденного расстояния.

Топографическая съемка, корректировка карты

Маршрутная глазомерная съемка. Кроки. Методы маршрутной глазомерной съемки в походах и на соревнованиях. Способы съемки ситуации: способ засечек, способ перпендикуляров, полярный способ.

Походная мензула и другие инструменты для съемок. Последовательность работы. Техника измерения углов и расстояний. Временный масштаб. Рисовка ситуации. Чистое вычерчивание. Досъемка на растянутой копии топокарты.

### **Практические занятия**

Выполнение маршрутной глазомерной съемки (побригадно), чистовое вычерчивание кроки. Корректировка участка карты на местности. Копирование карт и вычерчивание оригиналов. Копирование оригиналов расчлененных карт.

### **Основные правила поведения в экстремальных ситуациях**

Первоочередные действия человека или группы при попадании в экстремальную ситуацию в природной среде.

Порядок действий при попадании в экстремальную ситуацию в природной среде:

определение состояния здоровья членов группы, имеющегося снаряжения, продуктов питания;

принятие решения о порядке действий – выход к населенному пункту или ожидание помощи на месте;

определение направления выхода;

ориентирование;

выход к населенному пункту;

сооружение временного жилища;  
способы добычи огня;  
обеспечение питанием и водой;  
поиск и приготовление пищи;  
подача сигналов бедствия.

Практические занятия

Отработка приёмов действий при попадании в экстремальную ситуацию в природной среде.

**Организация быта в экстремальных ситуациях**

Способы добычи пищи и воды.

Охота и рыбалка. Изготовление самодельных приспособлений для рыбалки и охоты. Съедобные растения. Способы добывания и очистки воды.

Практические занятия

Изготовление самодельных приспособлений для рыбалки и охоты.  
Поиск съедобных растений.

## Профильный школьный лагерь в каникулярное время

### ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

<b>Название</b>	<i>Программа школьного оздоровительного лагеря «Служу Отечеству – честь имею».</i>
<b>Тематика</b>	Организация каникулярного досуга детей в целях укрепления их физического и нравственного здоровья.
<b>Наименование организации</b>	Муниципальное общеобразовательное учреждение Чебаковская средняя школа
<b>Адрес организации</b>	Пос. Чебаково, ул. Школьная д. 5
<b>Телефон</b>	4-46-60
<b>Ф.И.О. руководителя организации</b>	Сухов Евгений Евгеньевич, директор
<b>Разработчик программы</b>	Морозов А.А., заместитель директора по учебно-воспитательной работе, учитель ОБЖ
<b>Нормативно-правовое обеспечение</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Конституция РФ;</li> <li>2. Трудовой Кодекс РФ</li> <li>3. Конвенция ООН о правах ребенка</li> <li>4. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ</li> <li>5. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 № 124-ФЗ;</li> <li>6. Федеральный Закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.1999 № 52-ФЗ;</li> <li>7. Федеральный Закон «О защите прав потребителей» от 07.02.1992 № 2300-1;</li> <li>8. Постановление Правительства Ярославской области «О порядке организации отдыха и оздоровления детей, проживающих в Ярославской области»</li> <li>9. Указ Президента Российской Федерации «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы» от 1 июня 2012 года № 761</li> <li>10. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы» (утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 г. №1493)</li> <li>11. Устав образовательного учреждения;</li> <li>12. Положение о детском оздоровительном лагере;</li> <li>13. Правила внутреннего распорядка в детском оздоровительном лагере.</li> </ol>

<p><b>Концепция программы</b></p>	<p>В основе концепции детского оздоровительного лагеря «Служить Отечеству – честь имею» – эффективно построенная воспитательная система по самореализации личности ребенка через включение его в различные виды активной деятельности с целью воспитания в нем чувства патриотизма, формирования гражданского самосознания, развития практических навыков поведения в экстремальных ситуациях, походах, ответственности за судьбу Родины, формирования уважения к историко-культурному наследию своей страны.</p> <p>Программа построена на основе интеграции досуговой деятельности спортивно-оздоровительной, военно-патриотической и духовно-нравственной направленности.</p> <p><b>Концепция основана на следующих идеях:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Идея первичности личности по отношению к обществу (А.Маслоу, Д. Грин).</li> <li>• Идея совместной деятельности взрослых и детей в процессе воспитания (В.Сухомлинский).</li> <li>• Идея развития личности в процессе деятельности (В. Бехтерев, И. Блонский, Л.С. Выготский).</li> <li>• идея формирования педагогической среды, способствующей самореализации личности (Н. Ф. Талызина, В. А. Ясвин);</li> <li>• идея повышения эффективности дополнительного образования через развитие творческого потенциала учащихся (А. И. Щетинская).</li> </ul>
<p><b>Цель программы</b></p>	<p>Создание благоприятных условий для полноценного отдыха, оздоровления и социализации детей, развития стержневых качеств личности гражданина и патриота через включение в активную общественно значимую и лично привлекательную деятельность военно-патриотической направленности.</p>
<p><b>Задачи программы</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обеспечить комплекс условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья детей и подростков в осенний период.</li> <li>2. Создать условия для самореализации детей и подростков в различных видах активной деятельности посредством вовлечения в туристско-краеведческие военно-патриотические игры, соревнования и проекты.</li> <li>3. Способствовать формированию ответственного отношения к истории родной страны, к ее культурному наследию, к обычаям и традициям народов, населяющих Российскую Федерацию через</li> </ol>

	<p>реализацию детско-взрослых социальных проектов и акций.</p> <p>4. Способствовать воспитанию у детей и подростков командного духа, атмосферы взаимовыручки и товарищества, приобретению навыков военного и походного дела через организацию КТД и военно-прикладных игр патриотического содержания.</p> <p>5. Организовать сотрудничество детей и взрослых на основе соуправления.</p> <p>6. Создать условия для активного занятия физическими упражнениями, спортом и туризмом.</p>
<p><b>Принципы программы</b></p>	<p>1. <b>Принцип самореализации детей</b> в условиях лагеря предусматривает: осознание ими целей и перспектив предполагаемых видов деятельности; добровольность включения подростков в ту или иную деятельность, создание ситуации успеха; поощрение достигнутого.</p> <p>2. <b>Принцип включенности подростков в социально значимые отношения</b> предусматривает: обеспечение гарантии свободного выбора деятельности и права на информацию; создание возможностей переключения с одного вида деятельности на другой в рамках смены или дня.</p> <p>3. <b>Принцип взаимосвязи педагогического управления и детского самоуправления</b> предусматривает: приобретение опыта организации коллективной деятельности и самоорганизации в ней; защиту каждого члена коллектива от негативных проявлений и вредных привычек, создание ситуаций, требующих принятия коллективного решения; формирование чувства ответственности за принятое решение, за свои поступки и действия.</p> <p>4. <b>Принцип сочетания оздоровительных, развивающих, воспитательных и развлекательных мероприятий</b> предусматривает: режим дня, обеспечивающий разумное сочетание всех видов деятельности, взаимосвязь всех мероприятий в рамках тематического дня.</p> <p>5. <b>Принцип гуманизации отношений</b> (построение отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху)</p> <p>6. <b>Принцип дифференциации воспитания</b> (отбор содержания, форм и методов воспитания в соотношении с индивидуально-психологическими особенностями детей).</p> <p>7. <b>Принцип сопричастности</b> («этого достигли ребята,</p>

	<p>это им нужно – значит, это доступно и нужно мне»);</p> <p>8. <b>Принцип личной ответственности</b> («я отвечаю за последствия своей деятельности для других людей и для природы»).</p> <p>9. <b>Принцип уважения и доверия.</b></p> <p>10. <b>Принцип безопасности</b></p>
<p><b>Механизм реализации программы</b></p>	<p>1. <b>Подготовительный период</b> (формирование пакета документов, разработка программы, создание условий для реализации программы, разработка маршрутов экскурсий, программ творческих мастерских, спортивных объединений, установление внешних связей, согласование плана с учреждениями культуры и дополнительного образования, приобретение необходимого инвентаря, проведение инструктивных совещаний с сотрудниками лагеря и т.д.)</p> <p>2. <b>Основной период</b> (работа над проектами, поисково-исследовательская деятельность, деятельность мастерских, творческих и спортивных объединений, изучение культуры и истории своей страны, турниры, соревнования, экскурсии, ключевые мероприятия событийного характера).</p> <p>3. <b>Заключительный период</b> (рефлексивно-аналитический). Подведение итогов работы. Диагностика. Рефлексия и анализ.</p>
<p><b>Методическое обеспечение программы</b></p>	<p>В основе реализации программы лежит деятельностный подход.</p> <p>Основными методами организации деятельности являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Коллективная творческая деятельность (КТД)</li> <li>• Игра (сюжетно-ролевые, спортивные, интеллектуально-познавательные)</li> <li>• Моделирование ситуаций</li> <li>• Театрализация (реализуется через костюмирование, обряды, ритуалы)</li> <li>• Проектная деятельность</li> <li>• Творческие мастерские</li> <li>• Состязательность (распространяется на все сферы деятельности)</li> </ul>
<p><b>Основные направления</b></p>	<p><b>Военно-патриотическое:</b> организация проектной деятельности социально-значимой и патриотической направленности, экскурсионная деятельность, организация деятельности народных творческих мастерских «Боевые традиции», телегазета «Повесть временных лет», «Я живу в</p>

	<p>России», поисковая деятельность «Памятные места поселения», «Летопись родного края». Организация КТД «Тропа спецназа».</p> <p><b>Спортивно-оздоровительное:</b> организация оздоровления детей посредством занятий спортом, закаливания, развития навыков гигиены, организации полноценного рационального питания, приобщения их к здоровому образу жизни; вовлечение детей в активную спортивно-оздоровительную деятельность; отработка навыков туристической техники, организация работы спортивных объединений, туристического кружка.</p> <p><b>Содержательно-досуговое:</b> организация кружковой работы; организация массовых мероприятий (праздники, игры, конкурсы).</p> <p><b>Спортивно-оздоровительная и содержательно-досуговая деятельность имеют военно-патриотическую направленность.</b></p>
<p><b>Ожидаемые результаты.</b>  <b>Критерии результативности</b></p>	<p><b>Воспитанник с заложенными основами</b> гражданско-патриотического самосознания:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знающий и уважающий историю своей страны (может безошибочно ответить на вопросы викторины по истории доблестных подвигов народа).</li> <li>2. Способный самореализоваться в личностно-значимой деятельности: <ul style="list-style-type: none"> <li>• разработать и провести экскурсию (в музее, по городу)</li> <li>• подготовить и провести викторину по военно-историческим темам</li> <li>• подготовить и провести станцию в игре «Тропа спецназа»</li> <li>• пройти все этапы военно-спортивных игр, командных тренингов (самостоятельно или с помощью товарищей)</li> <li>• сдать нормативы ГТО, адаптированные для определенного возраста: бег с препятствиями, отжимание, подтягивание, метание гранаты и пр.</li> <li>• подготовить репортаж для телегазеты, оформить страницы летописи</li> <li>• изготовить поделки, рисунки в различных техниках для летописи племен.</li> <li>• организовать подвижные игры и состязания для друзей, для младших школьников</li> <li>• стать участником детского театра (готовить</li> </ul> </li> </ol>

	<p>декорации, костюмы, быть актером, оформителем).</p> <p>3. Умеющий оказывать доврачебную помощь пострадавшему; ориентироваться по компасу и топографической карте; применять на практике технику вязания узлов, пользоваться СИЗ, владеть первоначальными сведениями по огневой подготовке</p> <p>4. владеющий навыками сотрудничества и взаимодействия (проявляющий их в КТД, командных играх и деятельности кружков и клубов)</p> <p>5. выполняющий правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни.</p>
<b>Сроки реализации</b>	Краткосрочная программа. Программа рассчитана на 5 дней.
<b>Категория участников программы</b>	<p>Программа универсальна, так как может использоваться для работы с детьми из различных социальных групп, разного возраста, уровня развития и состояния здоровья.</p> <p>Возраст участников программы: 11-17 лет.</p>
<b>Кадровое обеспечение программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Начальник лагеря</li> <li>2. Воспитатели</li> <li>3. Инструктор по физической культуре</li> <li>4. Педагоги дополнительного образования, руководители мастерских и студий</li> <li>5. Музыкальный руководитель</li> <li>6. Медицинский работник</li> </ol>
<b>Материально-технические условия реализации программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учебные комнаты с необходимым набором оборудования</li> <li>2. Комнаты отдыха</li> <li>3. Спортивный зал</li> <li>4. Открытая спортивная площадка</li> <li>5. Актный зал с мультимедийным оборудованием</li> <li>6. Медиатека</li> <li>7. Школьный историко-краеведческий музей</li> <li>8. Столовая</li> </ol>
<b>Социальное партнерство</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Тутаевский филиал ФГКУ УВО ВНГ России по Ярославской области</li> </ol>

## Обоснование актуальности программы.

*Лагерь – это место, где каждый ребенок может состояться как уникальная личность...*

*Лагерь – это большая, умная Игра, которая помогает детям радоваться жизни, праздновать жизнь практически ежедневно.*  
С.А.Шмаков

*Без здоровья и мудрость незавидна, и искусство бледно, и сила вяла, и богатство бесполезно, и слово бессильно»*  
Герофил

*По-настоящему сильным растет тот человек, который силен духом, который умеет любить и уважать свою Родину, своих близких, другого человека.*

Каникулы составляют значительную часть свободного времени детей. Этот период как нельзя более благоприятен для развития их творческого потенциала, совершенствования личностных возможностей, приобщения к национальным ценностям, вхождения в систему социальных связей, воплощения собственных планов, удовлетворения индивидуальных интересов в личностно значимых сферах деятельности.

Для педагогов это время связано с особой ответственностью. Им необходимо решить непростой вопрос: как, с помощью каких форм и методов, организовать каникулярное время так, чтобы дети хорошо отдохнули, поправили здоровье, набрались сил, пополнили свои знания, научились чему-то новому, приобрели новых друзей и при этом находились в поле зрения взрослых. Важно и также, чтобы выбранные формы и методы занятости и отдыха детей были реалистичны с точки зрения условий конкретного образовательного учреждения.

Задача оздоровительного лагеря с дневным пребыванием - не просто создать условия для отдыха ребёнка, а помочь ему реализовать его потребности отдыхать с пользой для себя и социума.

МОУ Чебаковская СШ имеет большой опыт в области патриотического воспитания и гражданского становления личности школьника. В течение нескольких лет успешно реализуются программа кадетских классов. Физическое развитие учащихся является составляющей частью данной программы.

Целостное развитие личности возможно при гармоничном развитии духовного и физического здоровья, что даёт основу для социального здоровья, адаптации личности в обществе и формирования активной

позиции. Именно в период детства и юности закладываются основы здоровья и личности человека, большая часть этого периода приходится на школьный возраст. Значит, на образование ложится ответственность не только за развитие и образование личности, но и за формирование культуры здоровья, здорового образа жизни, а в итоге – за формирование целостной личности с активным созидательным отношением к миру.

Исходя из этого, учитывая традиции и возможности школы (кадровые, материально-технические ресурсы), желания и интересы детей и родителей, в школе была разработана программа по организации деятельности и оздоровления детей в каникулярное время военно-патриотической направленности «Служить Отечеству – честь имею».

Деятельность программы способствует не только укреплению и сохранению здоровья учащихся, но играет важную роль в духовно-нравственном, патриотическом воспитании подрастающего поколения. Одна из воспитательных функций образования направлена на формирование гражданственности, трудолюбия, нравственности, уважения к правам и свободам человека, любви к Родине, к семье, к природе.

Для нас главным является выявление самооценности каждого ребенка. Мы хотим, чтобы в лагере осуществлялось самое широкое приобщение детей к разнообразному историческому и социальному опыту современной жизни, к ценностям общественно значимого досуга, народных, национальных истоков.

Поэтому целеполагание и содержательное наполнение программы осуществляется исходя из вышеназванных стратегических ориентиров.

## **Цель, задачи программы.**

**Цель:** создание благоприятных условий для полноценного отдыха, оздоровления и социализации детей, развития стержневых качеств личности гражданина и патриота через включение в активную общественно значимую и лично привлекательную деятельность военно-патриотической направленности, построенную на основе традиционной воинской культуры и духовного наследия российского казачества.

### **Задачи:**

1. Обеспечить комплекс условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья учащихся кадетских классов в осенний период.
2. Создать условия для самореализации учащихся кадетских классов в различных видах активной деятельности посредством вовлечения в туристско-краеведческие военно-патриотические игры, соревнования и проекты.
3. Способствовать формированию ответственного отношения к истории родной страны, к ее культурному наследию, к обычаям и традициям сибирского казачества через реализацию детско-взрослых социальных проектов и акций.
4. Способствовать воспитанию у учащихся кадетских классов командного духа, атмосферы взаимовыручки и товарищества, приобретению навыков военного и походного дела через организацию коллективно-творческих дел и военно-прикладных игр патриотического содержания.
5. Организовать сотрудничество детей и взрослых на основе соуправления.
6. Создать условия для активного занятия физическими упражнениями, спортом и туризмом.

## **Механизм реализации программы.**

В течение недели в первой половине дня с детьми проводятся занятия по различным дисциплинам военно-спортивной направленности согласно расписанию

Во второй половине дня педагогами-организаторами проводятся различные досуговые мероприятия.

Последний день лагеря предусматривает закрепление приобретенных навыков в течение недели, который будет проходить в форме военно-спортивной игры «Тропа спецназа»

## Содержание программы

Содержание программы реализуется через следующие направления: спортивно-оздоровительное, содержательно-досуговое военно-патриотическое, причем спортивно-оздоровительная и содержательно-досуговая деятельность также имеют военно-патриотическую направленность.

Программа рассчитана на детей 5-11 класс. Лагерь разбивается на 4 взвода по 6-8 человек. Каждый взвод имеет командира, который назначается начальником лагеря.

### **Военно-патриотическое направление. Спортивно-оздоровительное направление:**

**Огневая подготовка:** устройство и назначение автомата Калашникова, сборка-разборка, снаряжение магазина патронами, правила стрельбы из пневматической винтовки, техника безопасности, выполнение учебных стрельб из пневматической винтовки

**Силовая подготовка:** инструктаж по технике безопасности при силовых упражнениях, развитие скоростных навыков: бег 100 метров, челночный бег, подтягивание на перекладине, метание, прыжок в длину с места и т.д.

**Выживание:** костры: виды, сборка, разжигание; виды узлов, техника вязания узлов; определение места для туристического похода, продуктовый запас, разбивка лагеря, установка палатки, кострового оборудования, правила техники безопасности

**Основы медицинских знаний:** правила наложения повязок и жгута, виды повязок: на локоть, коленку, плечо, голову. Виды кровотечений: венозное, артериальное, капиллярное, правила остановки. Правила оказания первой (доврачебной) помощи

**Тактика. СИЗ:** Обязанности солдата в бою. Борьба с танками и бронированными машинами. Борьба со средствами воздушного нападения. Возможности оружия и мотострелкового отделения по борьбе с танками и бронированными машинами. Применение стрелкового вооружения для борьбы с низко летящими самолетами и вертолетами. Правила надевания противогаза

**Ориентирование:** определение сторон горизонта по местным признакам, по компасу, движение по азимуту, составление простейшей топографической карты – плана

**Строевая подготовка:** Строй и его элементы. Развернутый и походный строй. Управление строем. Обязанности солдата перед построением и в строю. Строевая стойка и выполнение команд. Повороты на месте. Движение. Повороты в движении

**Знаки отличия:** Погоны вооруженных сил РФ, шевроны сотрудников МВД и Росгвардии. Игра «Дубль»

**Содержательно-досуговое:**

- организация массовых мероприятий (праздники, игры, конкурсы, шоу – программы, инсценировки)
- организация работы пресс-центра лагеря.

## Условия реализации программы

### Кадровое обеспечение программы:

№	Название	ФИО	Должность	Образование
1	Начальник лагеря		Заместитель директора по учебно-воспитательной работе	Высшее
<b>Воспитатели, преподаватели</b>				
1.	Преподаватель-воспитатель		Учитель	Высшее
2.	Преподаватель-воспитатель		Учитель	Высшее
3.	Преподаватель-воспитатель		Учитель	Высшее
4.	Преподаватель-воспитатель		Учитель	Высшее
5.	Педагог-организатор		Педагог-организатор	Среднее-специальное или высшее

## Распределение преподавателей по занятиям

№	Преподаватель-воспитатель	Название занятия	Примерная тематика
1.		Огневая подготовка	Сборка/разборка АКМ, снаряжение магазина АКМ патронами, прием нормативов
2.		Ориентирование	Ориентирование на местности, прием нормативов
3.		Выживание	Установка палатки, виды костров, вязка узлов, правила поведения в природной среде
4.		ОМЗ	Оказание первой медицинской помощи в различных ситуациях, наложение повязок: чепец, черепашья, сквозное ранение, наложение шины, оказание первой помощи при кровотечении
5.		Силовая подготовка	Принятие норматива КСУ
6.		Стрельба	Принятие норматива по стрельбам
7.		Строевая подготовка	Строй и управление ими. Команды в строю. Перестроение в две, три шеренги, движение в строю с песней, повороты в строю
8.		СИЗ	Принятие нормативов по одеванию противогаза, ОЗК

### **Материально-технические условия реализации программы:**

1. Учебные комнаты с необходимым набором оборудования
2. Комнаты отдыха
3. Спортивный зал
4. Актальный зал с мультимедийным оборудованием
5. Школьный историко-краеведческий музей
6. Столовая
7. Открытая спортивная площадка (хоккейный корт)
8. Школьный двор

### **Оборудование для проведения занятий:**

- Макет АКМ – 3 шт;
- Макет магазина АКМ с учебными патронами – 2 шт
- Пневматическая винтовка – 5 шт
- ПМ – 2 шт
- ОЗК – 2 шт
- Аптечка первой помощи – 3 шт
- Носилки для переноса пострадавшего – 2 шт
- Гранаты 500 гр (для метания) – 4 шт
- Гранаты 700 гр (для метания) – 2 шт
- Палатка туристическая – 1-2 шт
- Туристическое оборудование – 1 комплект
- Канаты и веревки для занятий по туризму
- Набор игр «Дубль»: «Погоны», «Спецтехника, оружие, погоны»
- Учебные плакаты «Строевая подготовка», «Основы медицинских знаний», «Огневая подготовка», «Знаки отличия»

### **Социальное партнерство:**

Тутаевский филиал ФГКУ "УВО ВНГ России по Ярославской области

## Ожидаемые результаты

**Воспитанник с заложенными основами** гражданско-патриотического самосознания:

1. Знающий и уважающий историю своей страны (может безошибочно ответить на вопросы викторины по истории доблестных подвигов народа).
2. Способный самореализоваться в лично-значимой деятельности:
  - подготовить и провести викторину по военно-историческим темам
  - подготовить и провести станцию в игре «Тропа спецназа»
  - пройти все этапы военно-спортивных игр, командных тренингов (самостоятельно или с помощью товарищей)
  - сдать нормативы ГТО, адаптированные для определенного возраста: бег с препятствиями, отжимание, подтягивание, метание гранаты и пр.
  - подготовить репортаж для стенгазеты
  - организовать подвижные игры и состязания для друзей, для младших школьников
3. Умеющий оказывать доврачебную помощь пострадавшему; ориентироваться по компасу и топографической карте; применять на практике технику вязания узлов.
4. Владеющий навыками сотрудничества и взаимодействия (проявляющий их в командных играх и деятельности кружков и клубов)
5. Выполняющий правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни.

## Список использованной литературы

1. Воронкова, Л.В. Как организовать воспитательную работу в отряде: Учебное пособие. - М.: Центр педагогического образования, 2007. – 304 с.
2. Григоренко Ю.Н.Кипарис-3: Планирование и организация работы в детском оздоровительном лагере: Уч. пособие по организации детского досуга в лагере и школе.- М.: Педобщество России, 2008. – 160 с.
3. Оздоровление и занятость детей в период каникул // Нормативные документы образовательного учреждения. - 2007.-№12.-С.16-69.
4. Панченко, С. Планирование лагерной смены // Народное образование. - 2008.-№3.-С.212-220.
5. Сысоева М.Е. Дневник воспитателя детского лагеря. - М.: Центр гуманитарной литературы, 2002. – 80 с.
6. Шмаков С.А. Игры учащихся – феномен культуры. М.: Новая школа, 2004.- 240 с.
7. Юзефовичус Т.А.Кипарис-9: Советы бывалого вожатого: Уч. пособие по организации детского досуга в лагере и школе. - М.: Педобщество России, 2005. – 160 с.

### Символика детского оздоровительного лагеря

#### «Служу Отечеству – честь имею»

##### Девиз:

«За Родину, добро и справедливость».

##### Эмблема:

Мальчик и девочка в военной форме на фоне карты России, Российского флага.

##### Речевка:

Человек человеку друг?

Друг.

Человек человеку брат?

Брат.

Если помощь нужна

Мы навалимся дружно.

Мы готовы утешить

И от беды уберечь.

Экспедиция вперед

Нас к открытиям ведет.

##### Законы лагеря:

- Закон добра (не навреди себе, не навреди другому).
- Закон «О:О» (не опаздывать).
- Закон уважения (к старшим, к сверстникам, к малышам).
- Закон вежливости.
- Закон поднятой руки.
- Закон бережного отношения к окружающей природе.
- Закон чистоты (чисто там, где не сорят).
- Закон культуры речи (не сквернословить).
- Закон территории (не покидать без разрешения).

## Распорядок дня

<b>ВРЕМЯ</b>	<b>ЗАНЯТИЕ ДЕТЕЙ</b>
8.45-9.25	Построение. Зарядка
9.30-9.40	Завтрак. Каша, чай, кусочек сыра – вкусно, сыто и красиво
9.45 – 12.40	Занятия по расписанию
12.45-13.00	Обед. Нас столовая зовет, суп отличный и компот.
13.00 – 13.30	Полчаса развлечений. Праздники.
13.35-14.20	Соревнования. Конкурсы. Ждет нас много забав интересных, соревнований, прогулок чудесных.
14.20-14.30	Подведение итогов дня. Дети расходятся по домам

## Расписание работы лагеря

Время	1 отряд	2 отряд	3 отряд	4 отряд
<b>Понедельник</b>				
8.45-9.25	Построение на плацу. Зарядка. Открытие лагеря.			
9.30-9.40	Завтрак Дежурные: отряд «Пламя»			
9.45-10.40	<i>Ориентирование</i>	<i>Стрелевая подготовка</i>	<i>Стрельба</i>	<i>ОМЗ</i>
10.45-11.40	<i>ОМЗ</i>	<i>Ориентирование</i>	<i>Стрелевая подготовка</i>	<i>Стрельба</i>
11.45-12.40	<i>Стрельба</i>	<i>ОМЗ</i>	<i>Ориентирование</i>	<i>Стрелевая подготовка</i>
12.45-13.00	Обед Дежурные: отряд			
13.00-13.30	Развлечения, подготовка к конкурсам и соревнованиям.			
13.35-14.20	Игра «Дубль»			
14.20-14.30	Построение на плацу. Подведение итогов дня			
<b>Вторник</b>				
8.45-9.25	Построение на плацу. Зарядка. Указание на день			
9.30-9.40	Завтрак Дежурные: отряд			
9.45-10.40	<i>Стрелевая подготовка</i>	<i>Стрельба</i>	<i>ОМЗ</i>	<i>Ориентирование</i>
10.45-11.40	<i>Огневая подготовка</i>	<i>Выживание</i>	<i>СИЗ, ОЗК</i>	<i>Силовая подготовка</i>
11.45-12.40	<i>Выживание</i>	<i>Огневая подготовка</i>	<i>Силовая подготовка</i>	<i>СИЗ, ОЗК</i>
12.45-13.00	Обед Дежурные: Отряд			
13.00-13.30	Развлечения, подготовка к конкурсам и соревнованиям.			
13.35-14.20	Творческий «Капустник»			

14.20-14.30	Построение на плацу. Подведение итогов дня			
<b>Среда</b>				
8.45-9.25	Построение на плацу. Зарядка. Указание на день			
9.30-9.40	Завтрак Дежурные: отряд			
9.45-10.40	<i>Силовая подготовка</i>	<i>СИЗ, ОЗК</i>	<i>Огневая подготовка</i>	<i>Выживание</i>
10.45-11.40	<i>СИЗ, ОЗК</i>	<i>Силовая подготовка</i>	<i>Выживание</i>	<i>Огневая подготовка</i>
11.45-12.40	Самоподготовка, практическая подготовка			
12.45-13.00	Обед Дежурные: отряд			
13.00-14.20	Смотр строя и песни			
14.20-14.30	Построение на плацу. Подведение итогов дня			
<b>Четверг</b>				
8.45-9.25	Построение на плацу. Зарядка. Указание на день			
9.30-9.40	Завтрак Дежурные: отряд			
9.45-10.40	Соревнования по пионерболу	Соревнования по пионерболу	Подготовка к соревнованиям	Подготовка к соревнованиям
10.45-11.40	Подготовка к соревнованиям	Подготовка к соревнованиям	Соревнования по пионерболу	Соревнования по пионерболу
11.45-12.40	Подготовка к соревнованиям	Подготовка к соревнованиям	Подготовка к соревнованиям	Подготовка к соревнованиям
12.45-13.00	Обед Дежурные: отряд			
13.00-14.20	Соревнования по ориентированию			
14.20-14.30	Построение на плацу. Подведение итогов дня			
<b>Пятница</b>				
8.45-9.25	Построение на плацу. Зарядка. Указание на день			
9.30-9.40	Завтрак Дежурные: отряд			

10.00- 12.45	Военно-тактическая игра «Тропа спецназа»
12.45- 13.00	Обед Дежурные: отряд
13.00- 14.15	Подведение итогов, награждение победителей, закрытие лагеря
14.20- 16.20	Прощальная дискотека

**Примерная программа**  
**Итоговая игра: «Тропа спецназа»**

**этап «Меткий стрелок»**

**Судья:**

Участвуют четыре человека. Предлагается мишень и пять пуль. Нужно набрать максимальное количество очков

**этап «Знаки отличия»**

**Судья:**

Участвует вся команда. Проверяются знание: погон сотрудников МВД, шевронов сотрудников полиции и Росгвардии

**этап «Оружейная комната»**

**Судья:**

Сборка-разборка АКМ участвует вся команда. Участники по очереди первый разбирает, второй собирает и т.д.

Снаряжение магазина АКМ патронами – участвуют два представителя от команды

**этап «Военно-полевой госпиталь»**

**Судья:**

Участвует вся команда. Предлагается наложить две повязки на выбор судьи: «Чепец», «Черепашью», «На ладонь», «Сквозное ранение» или шину на руку/ногу

Кровотечения, виды, первая помощь при кровотечении

**этап «Бивак»**

**Судья**

Участвует вся команда. Предлагается установить палатку – 3 человека. Собрать пять костров и рассказать о их предназначении и функции – 1 человек. Решить тест «Выживание в природной среде» - 1 человек. Завязать 4 узла (прямой, восьмерку, булинь, штыковой...) – 1 человек

### **этап «Линия огня и газа»**

#### **Судья:**

Участствует вся команда. Предлагается пересечь болото (гать). На другой стороне болота одеть ОЗК – 1 человек и противогазы – 5 человек

### **этап «Точно в цель»**

#### **Судья:**

На данном этапе команде предстоит поразить цели учебными гранатами. Участвует вся команда. Метание гранат в цель (квадрат 3х3 метра) с расстояния 10 метров. Попыток на одного участника – 2 (по 1 гранате каждого вида) Задача – поразить цели учебной гранатой

## Примерная программа «Смотр строя и песни»

### Судьи:

Участвует команда 6 человек

Оценивается внешний вид, поведение в строю во время смотра, действия командира, исполнение песни

Командир строит отряд. *Отряд, в одну шеренгу становись. Равняйся, смирно, по порядку рассчитайсь. Равнение на середину. Товарищ майор отряд «...» на смотр строя и песни в количестве 6 человек построен, командир Иванов.* Приветствие главного судьи. *Здравия желаем товарищ майор.* Командир возвращается к отряду. *Отряд равняйся, смирно, на первый-второй рассчитайсь. В две шеренги стройся, в одну шеренгу стройся. Отряд на первый третий рассчитайсь, в три шеренги стройся. Налево, налево, кругом, направо. За мной по плацу шагом марш.* Марш по плацу. Приветствие судей: *смирно, равнение направо, вольно.* Марш с песней: *отряд песню запевай.* Возвращение на место: *отряд стой*

## Примерная программа «Творческий капустник»

Командам предлагается:

- Подготовить визитную карточку отряда (представление не более 8 минут): название, девиз или кричалка, плакат отряда
- Инсценировать пародию на своего руководителя (не более 10 минут). Оценивается творческий подход, инициатива, логичность

## Примерная программа

### «Личные зачеты»

- **Сборка – разборка АКМ, лучшее время**

**Порядок разборки:** магазин, перезарядка, выстрел, пенал, шомпол, крышка ствольной коробки, возвратный механизм, затворная рама, затвор, газоотводная трубка. **Сборка:** газоотводная трубка, затвор вставляется в затворную раму, затворная рама, крышка ствольной коробки, выстрел, предохранитель, шомпол, пенал, магазин

За скрещенные детали 5 секунд штрафа, за нарушение порядка сборки-разборки 5 секунд штрафа

- **Снаряжения магазина АКМ, лучшее время**

- **Сборка – разборка ПМ, лучшее время**

- **КСУ максимальное количество раз**

Отжимание – количество раз за 30 сек, приседание – количество раз за 30 сек, пресс – количество раз за 30 сек

- **Одевание противогаза, лучшее время**

Противогаз в сумке на плече, сумка застегнута на одну пуговицу. По команде «Газы» делаем вдох, закрываем глаза, одеваем противогаз, встаем по стойке смирно.

За непоследовательность действий 1 сек штрафа, за перекошенный противогаз 2 сек штрафа

- **Одевание ОЗК, лучшее время**

По команде «Плащ в рукава, чулки, перчатки - надеть, газы». Делаем вдох, закрываем глаза, одеваем противогаз, делаем выдох, открываем глаза, далее одеваем перчатки, чулки, плащ.

За непоследовательность действий 1 сек штрафа, за перекошенный противогаз 2 сек штрафа

- **Стрельба, лучший результат**

- **Ориентирование, лучшее время и результат**

Предлагается по карте пройти маршрут и отметить точки, занести

правильную последовательность в нормативный листок и вернуться на место

Штрафное время: истечение времени, неправильное заполнение позиций в бланке

По результатам личных зачетов, победители награждаются грамотами, памятными призами. Присваиваются звания

### **Литература по реализации программы:**

1. Базарный Ф.Д. Основы выживаемости. Методическое пособие. - М., 1995.
2. Верхошанский В.Я. Общефизическая подготовка. Методические рекомендации. - М.: ГЦОЛИФК, 1982,
3. Гуков Л.К. Спортивное единоборство. - Минск, 1997.
4. Колядов А.А. В помощь туристу. - М., 1985.
5. Мухортов Ю.М. Выживаемость в полевых условиях. Методическое пособие для курсантов ВУЗов ФПС РФ. – Голицино, 1997.
6. Ориентирование и топография. Пособие для курсантов ВУЗов. - М.: Воениздат, 1990.
7. Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах. Гражданская оборона. Пособие. - М. : Воениздат, 1990.
8. Смирнов А.Т. и др. Сухопутные войска. Пособие. – М.: Просвещение, 2013г
9. Смирнов А.Т. и др. Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 класс. Учебник – М.: Просвещение, 2017г