государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа № 38 имени кавалера ордена Отечественной войны А.С. Бетева города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области

Рассмотрена на заседании МО учителей эстетического цикла, ОБЖ и физической культуры Протокол № 1 от «27» августа 2020 г.	**Проверена** Заместителем директора по УВР_____ Гуськова О.В. «28» августа 2020 г.	**Утверждаю** Директор ГБОУ СОШ № 38 г.о. Сызрань _____ Буртаева О.В. Приказ № 236-од от 31.08.2020г

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа военно-патриотического объединения «Патриот»

Возраст обучающихся: **10-16 лет**

Срок реализации программы: **1 год**

Разработчик: Закирова Ирина Петровна
педагог дополнительного образования

Сызрань, 2020г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Военно-патриотического объединения «Патриот» направлена на:

- духовно-нравственное воспитание;
- получение начальных знаний в области обороны;
- реализацию военно-игровых проектов;
- занятие военно-прикладными видами спорта.

В Самарской области насчитывается более 130 военно-патриотических и военно-спортивных объединений, имеется стойкая тенденция к увеличению подобных детских и молодежных объединений. Однако при этом вырисовывается и ряд проблем, порою весьма острых:

- данные объединения имеют свою специфику, работают по своим программам, и отсутствие единого стандарта знаний, умений и навыков (ЗУН) для курсантов создает определенные трудности при проведении муниципальных, межмуниципальных и областных мероприятий, сказывается на качестве их проведения;

- отсутствие единого стандарта ЗУН для военно-патриотических объединений – это и отсутствие единых программ подготовки новых кадров и повышения квалификации уже работающих специалистов;

- разнообразие программ выражается и в неравномерности материально-технического оснащения ВПО, в настоящее время отсутствует стандартизированный список оснащения для общественных объединений, занимающихся военно-патриотическим воспитанием молодежи;

- отнюдь не все авторские программы руководителей ВПК обеспечивают качественную допризывную подготовку курсантов по обязательным и актуальным вопросам и темам, появляются и предлагаются к реализации «псевдопрограммы» по военно-патриотическому воспитанию, где громкие и красивые названия заменяют сам смысл допризывной подготовки молодежи;

- отсутствие единого стандарта ЗУН курсантов ВПК делает практически невозможными контроль за деятельностью объединений и сравнительный анализ работы ВПК и ВСК, проведение итоговых оценочных акций и мероприятий как внутри самих объединений, так и на муниципальном, межмуниципальном и

областном уровнях;

- отсутствие единообразной базовой программы тормозит численный рост военно-патриотических объединений, так как даже при желании развивать данное направление патриотического воспитания власти муниципальных объединений не всегда могут оценить объем необходимых затрат и уже имеющиеся ресурсы, а руководителям – новичкам трудно сориентироваться во всем многообразии предлагаемых программ и выделить материал первостепенной важности;

- изменившиеся условия прохождения срочной службы в армии повлияли на социальный заказ к содержанию допризывной подготовки молодежи, предъявляемый военно-патриотическим объединениям: программы объединений должны, прежде всего, включать в себя обязательный объем знаний, умений и навыков, которые помогут новобранцу преодолеть трудности армейской жизни, и только во вторую очередь - реализовывать творческие наработки автора.

Для решения обозначенных проблем разработана комплексная дополнительная образовательная программа «Патриот», направленная на духовно-нравственное воспитание детей и подростков и их подготовки к дальнейшей службе в армии.

Цель:

Подготовить физически и морально-психологически подготовленную личность, обладающую положительной мотивацией к прохождению военной службы.

Развитие у молодёжи духовно-нравственных и социальных ценностей, формирование профессионально значимых знаний, умений, навыков и качеств, необходимых защитникам Родины.

Задачи:

Организационные:

- создать механизм, обеспечивающий становление и эффективное функционирование системы военно-патриотического воспитания детей и подростков;

Учебные:

- повысить мотивацию обучающихся к военной службе в современных условиях;

- получить обучающимися начальные знания в области обороны и основ военной службы;
- познакомить со структурой и составом ВС РФ, назначением видов и родов войск, боевыми традициями ВС РФ, порядком прохождения военной службы;
- изучить основы ведения боевых действий и обязанности солдата в бою, уметь выполнять действия солдата в различных видах боя;
- изучить боевые свойства и материальную часть стрелкового оружия, правила его сбережения и хранения, меры безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб;
- получить знания о действиях при выполнении приемов и правил стрельбы из автомата и метании ручных гранат и практически выполнить стрельбу из автомата боевыми патронами;
- знать поражающие факторы оружия массового поражения, способы защиты от него и сигналы оповещения, уметь пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- уметь ориентироваться на местности различными способами и определять расстояния;
- твердо знать порядок и правила оказания первой медицинской помощи, уметь правильно оказать первую помощь себе и товарищу;
- изучить общие обязанности военнослужащих, обязанности солдата и должностных лиц суточного наряда, порядок выполнения приказа, требования воинской дисциплины, правила воинской вежливости и воинского приветствия;
- знать обязанности солдата перед построением и в строю, уметь четко и правильно выполнять строевые приемы и действия, как без оружия, так и с оружием;
- улучшение состояния здоровья обучающихся, готовых к дальнейшему призыву на военную службу;
- освоить и совершенствовать дисциплины общей и специальной физической подготовки.

Воспитательные:

- воспитывать у молодых людей патриотизм, гражданское сознание, верность Отечеству, готовность к выполнению конституционных обязанностей, чувство любви к Родине;
- формировать осознанное стремление обучающихся к здоровому образу жизни;
- воспитывать уважительное отношение к героической истории нашего государства, его вооруженным силам;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни и активном отдыхе;
- воспитывать самостоятельность;
- воспитывать сознательную дисциплину и культуру поведения;
- формировать эмоционально-ценностное отношение к окружающей действительности;
- воспитывать дисциплинированность, силу воли, умение концентрироваться на выполнение поставленной цели.

Развивающие:

- развивать интерес к военной и государственной службе, к социально значимой деятельности;
- развивать познавательные интересы;
- развивать навыки самообслуживания;
- развивать и поддерживать хорошую физическую форму;
- развивать позитивные личностные качества: организаторские способности, ответственность, смелость, коммуникативность и др.

Методические:

- разработать и внедрить систему ежегодного мониторинга состояния здоровья, физического и морального развития молодого человека;
- разработку и внедрение в образовательных учреждениях программ здорового образа жизни;
- внедрять новые формы военно-патриотической работы, в том числе проводить «армейские недели», организовывать встречи с воинами в воинских частях и суворовских училищах;

- создание и модернизация военно-патриотических подпрограмм и медиа-программ, имеющих целью героизацию образа защитника Отечества;
- внедрять в учебный процесс современные обучающие технологии, игровые методы (пейнтбол, мультимедийные тиры);

Направленность программы военно-патриотическая, она направлена на формирование патриотического сознания, социальной активности, гражданской ответственности, преданного служения своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины, укрепление силы духа, стойкости характера, подготовка к жизни в экстремальных условиях, а также на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.

Выполнение программы приведёт к совершенствованию и развитию системы, обеспечивающей целенаправленное формирование у молодежи высокой социальной активности, гражданственности и патриотизма, чувства гордости и верности своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей. Реализация программы предполагает повышение общего культурно-образовательного уровня детей и подростков, «отрыв от улицы» и допризывную подготовка юношей, организацию досуговых и спортивных мероприятий, создание единого и сплоченного коллектива, способного оценивать и принимать правильные решения.

Основные методы реализации Программы:

- Подготовка, оборудование и использование помещений для проведения теоретических занятий (лекции и семинары);
- Проведение спортивных мероприятий внутреннего значения и участие в спортивных мероприятиях городского масштаба;
- Организация походов по местам боевой славы;
- Организованное посещение музеев;
- Проведение встреч с ветеранами Великой Отечественной войны, Афганской и Чеченской кампаний;
- Участие в торжественных мероприятиях и праздниках

- Пропаганда здорового образа жизни.
- Посещение воинских частей, сборы для старшеклассников в качестве подготовки к воинской службе.

Продолжительность занятий: 1 год обучения- 2 раза в неделю по 2 часа 144 часа в год

Прогнозируемые результаты

В результате широкого внедрения программы ожидаются следующие результаты:

Организационные:

- укрепление основы системы военно-патриотического воспитания в Самарской области: будут приведены к единообразию нормативно-правовая и организационно-методическая базы деятельности ВПК, система контроля и оценки их деятельности;
- возможность четко классифицировать военно-патриотические объединения;
- увеличение общей численности военно-патриотических объединений и муниципальных образований области, вовлеченных в процесс военно-патриотического воспитания;
- создание координационного центра, задачей которого будет на начальном этапе внедрения программы: кооперация материально-технических средств и иных ресурсов, которыми располагают военно-патриотические объединения для решения общих задач, в дальнейшем – материально-техническое обеспечение деятельности военно-патриотических объединений.

Учебные:

- сформированное правильное представление у кадетов о роли государства в области обороны, о Вооруженных силах страны и воинской службе;
- повышение уровня функциональной и физической подготовки воспитанников, что, в свою очередь, скажется на качестве допризывной подготовки в целом;

- освоение обучающимися единого стандарта ЗУН, формирование профессионально значимых качеств и готовность к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, особенно в процессе военной службы;
- развитие общего кругозора, мыслительных операций, памяти, внимания;
- развитие навыков самообслуживания;
- развитие позитивных личностных качеств: организаторских способностей, ответственности, смелости, коммуникативности и формирование потребности к самообразованию, самоопределению, самореализации, умения адекватной самооценки.

Воспитательные:

- повышение уровня знаний о героической истории Российского государства, и его вооруженных сил;
- осознание обучающимися необходимости в здоровом образе жизни и активном отдыхе;
- сформированный опыт служения Отечеству, основанный на чувстве Родины, проявлениях деятельной любви к ней и готовности в случае необходимости беззаветно ее созидать и защищать;
- сознательное применение требований дисциплины и культуры поведения.

Формы контроля и диагностики результатов

Контроль за освоением ЗУН.

1 этап — предварительный контроль для определения начальной подготовленности обучающегося, который проводится на первых занятиях. Данный контроль может проводиться в форме анкетирования и сдачи нормативов по общей физической подготовке.

2 этап — текущий контроль проводится для определения уровня усвоения содержания программы. Формы контроля: наблюдение, индивидуальные задания, участие в соревнованиях.

Итоговый контроль - диагностирование уровня качества образованности и развития, обучающихся в соответствии с поставленной целью, т.е. анализ знаний,

умений и навыков на итоговом занятии. Итоговые занятия могут проводится в форме обычного занятия, зачета, сдачи нормативов, соревнования и полевого выхода. Нормативы по военной подготовке сдаются всеми обучающимися. Проверка производится в соответствии с требованиями «Сборника нормативов по боевой подготовке для сухопутных войск» книга 1 (для мотострелковых, танковых и разведывательных подразделений) 1990 года (СНБП-90). Курса стрельбы из стрелкового оружия, танков и боевых машин КС-2000 и Наставления по физической подготовке и спорту в Вооруженных Силах Российской Федерации НФП-200 1.

Проверка проводится по следующим упражнениям:

1. Тактическая подготовка (СНБП-90) — нормативы №№: 1,4, 5, 7, 10. 11, 12, 13,14,15,16,17,18,19.20,21,23,24,25.26,27,29;

2. Огневая подготовка (СНБП-90) — нормативы №№ 1, 2, 3,4, *5*, 6, 13, 14, 16.

3. Выполнение упражнений стрельб: начальные упражнения стрельб (КС-2000)
-2 и 3; упражнения учебных стрельб (КС-2000) — № 1, 2, 3; спортивные упражнения стрельб — ВП-1 и АК-1; упражнения в метании ручных гранат (КС-2000) — 1, 2, 3. 4; стрельба из пневматической винтовки — согласно приложению УЧі 3 данной программы.

4. Разведывательная подготовка (СНБП-90) — нормативы №№ 1, 2, 3, 4.

5. РХБ защита (защита от оружия массового поражения — по СНБП-90) нормативы №№1,2,4,6,7,8,10,11,14,15.

6. Инженерная подготовка (СНБП-90) — нормативы №№ 1, 4.

7. Военная топография (СНБП-90) — нормативы №№ 1, 2, 3, 6, 7, 10, 13.

8. Военно-медицинская подготовка (СНБП-90) — нормативы № 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. 8;

9. Физическая подготовка (НФП-2001): для юношей — упражнения 3, 9, 12, 17, 28, 29, 32, 33, 34, 43, 44, 47, 50, 53, 57; для девушек — 17, 28, 43, 44, 46, 53, 57;

10. Строевая подготовка — согласно требованиям Строевого устава ВС РФ, методики проверки и оценки строевой подготовки.

Личностные изменения обучающихся диагностируются с помощью следующих методик:

- методика «Диагностика личностного роста школьников», авторы П.В. Степанов,

Д.В. Григорьев, И.В. Кулешов;

- социометрическое изучение межличностных отношений в детском коллективе по методике Лутошкина А.Н.;

-диагностика интересов;

- методики для изучения нравственной воспитанности школьников;

- диагностика психического развития (внимание, память, наблюдательность).

Организационно-административный контроль

Выделяются следующие показатели:

1. Количественные:

- количество мероприятий, в которых участвовали представители объединения и достигнутый при этом результат (отдельно на муниципальном, отдельно на межмуниципальном, областном уровне);
- количество мероприятий, в которых представители объединения выступали в качестве организаторов или консультантов, а также количество специалистов клуба. привлеченных к подготовке и проведению мероприятия (отдельно на муниципальном, отдельно на межмуниципальном, областном уровне);
- степень использования программы для ВПК и наличие необходимой нормативно-правовой базы у конкретного объединения;
- количество курсантов объединения, рост численности членов объединения:
- арсенал использования форм, методов и средств военно-патриотического воспитания;
- количество самостоятельно проведенных военно-полевых лагерей и учебно-тренировочных сборов;
- взаимосвязь мероприятий военно-патриотического направления, проводимых объединением, с другими направлениями патриотического воспитания;

- наличие шефских связей с воинскими частями и ветеранскими общественными организациями и количество проведенных совместно мероприятий.

2. Качественные:

- уровень подготовленности и результативности работы по военно-патриотическому воспитанию;
- процент мероприятий военно-патриотического объединения системного, комплексного, долговременного, инновационного характера;
- степень готовности военно-патриотического объединения к целенаправленной самореализации в качестве субъекта военно-патриотического воспитания;
- отношение участников мероприятий по военно-патриотическому воспитанию к результатам их проведения.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

2.1.ВОЕННАЯ ТОПОГРАФИЯ

№ п.п.	Темы. Разделы	Кол-во часов		
		всего	т	п
1.	Ориентирование на местности без карты и движение по заданному азимуту	18		
	ИТОГО	**18**		

№ п.п.	РАЗДЕЛ. ТЕМА	Кол-во часов		
		всего	т	п
1.	Работа с картой на местности	18		
	ИТОГО	**18**		

№ п.п.	РАЗДЕЛ. ТЕМА	Кол-во часов		
		всего	т	п
1.	Работа с картой на местности	18		
	ИТОГО	**18**		

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

Практика: Ориентирование на местности без карты. Выбор и использование ориентиров при определении и указании своего местонахождения и обнаруженных целей. Особенности ориентирования ночью, в горах, в лесу и зимой. Определение направлений на стороны горизонта по компасу, небесным светилам, местным предметам.

Определение азимута на местные предметы и направлений по заданным азимутам.

Движение по азимуту днем. Порядок обхода препятствий.

Движение по азимуту ночью. Порядок обхода препятствий. Определение направлений на стороны горизонта ночью по небесным светилам.

Тема 1. Работа с картой на местности

Теория: Топографические карты. Условные знаки.

Практика: Чтение карты, определение расстояний, направлений, своего местоположения и положения обнаруженных целей. Составление карточек и схем. Нанесение на карту (схему) результатов разведки.

Тема 1. Работа с картой на местности

Теория: Топографические карты. Условные знаки.

Практика: Чтение карты, определение расстояний, направлений, своего местоположения и положения обнаруженных целей.

Составление карточек и схем. Нанесение на карту (схему) результатов разведки.

МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА

№ п.п.	**Темы. Разделы**	**Кол-во часов**		
		всего	**т**	**п**
1.	Гигиена	5	**5**	
2.	Оказание первой медицинской помощи	8	**4**	**4**
3.	Средства индивидуального медицинского обеспечения	5	**2**	**3**
	ИТОГО	**18**	**11**	**7**

№ п.п.	**Темы. Разделы**	**Кол-во часов**		
		всего	**т**	**п**
1.	Оказание первой медицинской помощи	8	**4**	**4**
2.	Средства индивидуального медицинского обеспечения	5	**5**	
3.	Розыск раненных на поле боя. Вынос и вывоз	5	**5**	

	раненных с поля боя			
	ИТОГО	**18**	**14**	**4**

№ п.п.	Темы. Разделы	Кол-во часов		
		всего	**т**	**п**
1.	Оказание первой медицинской помощи	14	**2**	**12**
2.	Средства индивидуального медицинского обеспечения	2	**2**	
3.	Розыск раненных на поле боя. Вынос и вывоз раненных с поля боя	2	**2**	
	ИТОГО	**18**	**6**	**12**

Тема 1. Гигиена

Теория: Личная и коллективная гигиена. Выполнение правил гигиены в полевых условиях. Предупреждение инфекционных заболеваний.

Тема 2. Оказание первой медицинской помощи

Теория: Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя дли иммобилизации переломов костей.

Признаки клинической и биологической смерти. Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

Практика: Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, живот, верхние и нижние конечности.

Тема 3. Средства индивидуального медицинского обеспечения

Теория: Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка индивидуальная (АИ-1М), пакет перевязочный индивидуальный (ППИ и АВ-3).

Практика: Предназначение, порядок и правила пользования.

Тема 1. Оказание первой медицинской помощи

Теория: Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения.

Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя дли иммобилизации переломов костей.

Оказание первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях. Ожоги, причины возникновения, признаки и классификация. Отморожения, переохлаждения, ознобления и замерзание: причины, признаки, классификация.

Первая помощь при утоплении, солнечном и тепловом ударе. Оказание первой медицинской помощи при отравлении техническими жидкостями и поражении электрическим током. Меры безопасности при работе с ядовитыми жидкостями и электрическим током.

Практика: Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, живот, верхние и нижние конечности.

Тема 2. Средства индивидуального медицинского обеспечения

Теория: Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка индивидуальная (АИР-3), аптечка войсковая (АВ), пакет перевязочный индивидуальный (ППИ и АВ-3).

Тема 3. Розыск раненных на поле боя. Вынос и вывоз раненных с поля боя

Теория: Розыск раненых в зависимости от характера обстановки и местности днем и ночью. Укрытие и маскировка раненых на поле боя и оказание им первой медицинской помощи.

Практика: Приемы и способы переноски раненных с помощью подручным материалов.

Тема 1. Оказание первой медицинской помощи

Теория: Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения.

Меры безопасности при работе с ядовитыми жидкостями и электрическим током.

Практика: Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, живот, верхние и нижние конечности.

Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя дли иммобилизации переломов костей.

Оказание первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях. Ожоги, причины возникновения, признаки и классификация. Отморожения, переохлаждения, ознобления и замерзание: причины, признаки, классификация.

Первая помощь при радиационных поражениях, поражениях отравляющими и сильнодействующими ядовитыми веществами.

Тема 2. Средства индивидуального медицинского обеспечения

Теория: Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка индивидуальная (АИ-1М и АИР-3), аптечка войсковая (АВ), пакет перевязочный индивидуальный (ППИ и АВ-3), пакет противохимический индивидуальный (ИПП-10 и ИПП-11). Предназначение, порядок и правила пользования.

Тема 3. Розыск раненных на поле боя. Вынос и вывоз раненных с поля боя

Теория: Розыск раненых в зависимости от характера обстановки и местности днем и ночью. Укрытие и маскировка раненых на поле боя и оказание им первой медицинской помощи.

Порядок вызова санитара. Приемы и способы переноски раненных с помощью подручным материалов. Эвакуация раненых с учетом характера ранения и вида транспорта.

ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА

№ п.п.	Разделы. Темы	Кол-во часов		
		всего	т	п
1.	Инструктаж по ТБ	1		
2.	Материальная часть стрелкового оружия	4		
3.	Основы и правила стрельбы	4		
4.	Стрелковые тренировки	5		
	ИТОГО	**14**		

№ п.п.	Разделы. Темы	Кол-во часов		
		всего	т	п
1	Инструктаж по ТБ. Материальная часть стрелкового оружия	4		
2	Основы и правила стрельбы	5		
3	Стрелковые тренировки	5		
	ИТОГО	**14**		

№ п.п.	Разделы. Темы	Кол-во часов		
		всего	т	п
1	Инструктаж по ТБ. Материальная часть стрелкового оружия	4		
2	Основы и правила стрельбы	5		
3	Стрелковые тренировки	5		
	ИТОГО	**14**		

Тема 1. Инструктаж по ТБ

Теория: Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Меры безопасности при проведении стрельб в тире и на войсковом стрельбище.

Тема 2. Материальная часть стрелкового оружия

Теория: Назначение и боевые свойства автомата и ручного пулемета Калашникова. Общее устройство, принцип работы автоматики и порядок неполной разборки и сборки оружия.

Назначение и устройство частей и механизмов автомата. Устройство патрона. Особенности устройства ручного пулемета.

Положение частей и механизмов до заряжания и работа их при заряжании и выстреле (стрельбе).

Принадлежность к автомату. Порядок чистки и смазки автомата. Порядок хранения автомата.

Осмотр и подготовка автомата и патронов к стрельбе. Возможные задержки и неисправности автомата при стрельбе.

Назначение, характеристика и общее устройство бинокля. Поле зрения, шкала и цена ее делений. Подготовка бинокля к работе. Порядок наблюдения и измерения горизонтальных и вертикальных углов для определения дальности. Уход за биноклем и его сбережение.

Назначение и боевые свойства ручных наступательных, оборонительных и противотанковых гранат. Устройство гранат и запалов к ним. Меры безопасности при обращении с ручными гранатами. Подготовка ручных гранат к броску. Работа частей и механизмов гранаты.

Назначение и боевые свойства реактивных противотанковых и штурмовых гранат. Устройство и работа частей и механизмов. Меры безопасности при обращении с гранатами.

Практика: Способы их устранения неисправности автомата.

Тема 3. Основы и правила стрельбы

Теория: Явление выстрела, начальная скорость пули. Отдача оружия и угол вылета пули. Образование траектории, и ее элементы. Прямой выстрел: прикрытое, поражаемое и мертвое пространство, и их практическое значение.

Нормальные (табличные) условия стрельбы. Влияние внешних условий на полет пули. Пробивное (убойное) действие пули.

Практика: Меткость стрельбы, выбор цели. Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе с места по неподвижным (появляющимся) и движущимся целям днем и ночью. Влияние на стрельбу угла места цели, ветра и температуры воздуха, определение и учет поправок на них. Корректирование стрельбы.

Способы определения расстояний до цели. Определение расстояний при помощи угловых величин. Решение задач.

Тема 4. Стрелковые тренировки

Практика: Меры безопасности на занятиях по огневой подготовке.
Практическая стрельба из пневматической винтовки.

Снаряжение магазина патронами и заряжание автомата. Изготовка к стрельбе и производство стрельбы (установка прицела и переводчика, прикладка, прицеливание, спуск курка, удержание автомата) из положения, лежа с руки и с упора. Прекращение стрельбы, разряжение и осмотр автомата после стрельбы. Особенности изготовки к стрельбе в горах. Изготовки для стрельбы с колена, стоя, с коротких остановок и с ходу по наземным и воздушным целям.

Совершенствование знаний по устройству частей и механизмов автомата Калашникова. Устранение задержек и неисправностей в автомате Калашникова во время стрельбы. Совершенствование знаний и умений по обслуживанию и уходу за автоматом Калашникова.

Выработка навыков в однообразии прицеливания.
Разведка целей, определение дальностей и целеуказание различными способами. Определение установки прицела и точки прицеливания по высоте и боковому направлению. Решение огневых задач при стрельбе с места, с коротких остановок и с ходу с учетом поправок на угол места цели, ветер и температуру воздуха. Корректирование стрельбы.

Метание ручных гранат на дальность и меткость с места (из окопа).
Выполнение 2-го (3-го) начального упражнения стрельб (из автомата).

Тема 1.Инструктаж по ТБ

Теория: Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Меры безопасности при проведении стрельб в тире и на войсковом стрельбище.

Тема 2. Материальная часть стрелкового оружия

Теория: Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип действия вооружения мотострелкового взвода: РПК74, ПКМ, СВД, РПГ, подствольный гранатомет ГП-25, вооружение БМП и БТР.

Назначение и общее устройство ночных стрелковых прицелов. Подготовка прицела к работе. Осмотр и выверка ночного прицела.

Назначение, характеристика и общее устройство оптических прицелов и биноклей. Поле зрения, шкала и цена ее делений. Подготовка прицела (бинокля) к работе. Порядок наблюдения и измерения горизонтальных и вертикальных углов.

Практика: Обращение с прицелом и аккумуляторами. Уход за прицелом (биноклем) и его сбережение. Осмотр и подготовка оружия к стрельбе. Проверка боя (выверка прицела) и приведение оружия к нормальному бою.

Тема 3. Основы и правила стрельбы

Теория: Действительность стрельбы. Вероятность попадания и поражения цели. Определение необходимого количества боеприпасов на поражение цели. Пробивное (убойное) действие пули.

Закон рассеивания снарядов (гранат, пуль). Причины рассеивания и меры, уменьшающие рассеивание

Практика: Кучность и меткость стрельбы, способы ее повышения.

Определение положения средней точки попадания.

Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе с коротких остановок и с ходу по появляющимся и движущимся целям днем и ночью. Влияние на стрельбу баллистических и метеорологических условий. Особенности учета поправок в горах. Корректирование стрельбы.

Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе по воздушным целям с места и коротких остановок. Влияние на стрельбу баллистических и метеорологических условий. Корректирование стрельбы. Решение огневых задач.

Тема 4. Стрелковые тренировки

Практика: Проводятся в соответствии с требованиями Курса стрельб из стрелкового оружия, боевых машин и танков Сухопутных войск, а также Методики огневой подготовки мотострелковых подразделений, Сборника нормативов по боевой подготовке.

Направлены на тренировку (обучение) действиям при вооружении; разведку целей, определение дальностей и целеуказание; выполнение приемов и правил стрельбы с места, с коротких остановок и с ходу по наземным (появляющимся и движущимся) и воздушным целям; практическую стрельбу из пневматической винтовки; совершенствовании знаний материальной части вооружения; решение огневых задач по основам и правилам стрельбы, выверку прицелов и приведение оружия к нормальному бою, метание ручных гранат на дальность и точность.
Выполнение 2-го (3-го) начального упражнения стрельб из автомата; упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия.

Тема 1. Инструктаж по ТБ

Теория: Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.
Меры безопасности при проведении стрельб в тире и на войсковом стрельбище.

Тема 2. Материальная часть стрелкового оружия

Теория: Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип действия вооружения мотострелкового взвода: РПК74, ПКМ, СВД, РПГ, подствольный гранатомет ГП-25, вооружение БМП и БТР.

Практика: Назначение и общее устройство ночных стрелковых прицелов. Подготовка прицела к работе. Осмотр и выверка ночного прицела. Обращение с прицелом и аккумуляторами. Уход за прицелом и его сбережение.

Назначение, характеристика и общее устройство оптических прицелов и биноклей. Поле зрения, шкала и цена ее делений. Подготовка прицела (бинокля) к работе. Порядок наблюдения и измерения горизонтальных и вертикальных углов. Уход за прицелом (биноклем) и его сбережение.

Осмотр и подготовка оружия к стрельбе. Проверка боя (выверка прицела) и приведение оружия к нормальному бою.

Тема 3. Основы и правила стрельбы

Теория: Действительность стрельбы. Закон рассеивания снарядов (гранат, пуль). Причины рассеивания и меры, уменьшающие рассеивание.

Практика: Вероятность попадания и поражения цели. Определение необходимого количества боеприпасов на поражение цели. Пробивное (убойное) действие пули. Кучность и меткость стрельбы, способы ее повышения. Определение положения средней точки попадания. Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе с коротких остановок и с ходу по появляющимся и движущимся целям днем и ночью. Влияние на стрельбу баллистических и метеорологических условий. Особенности учета поправок в горах. Корректирование стрельбы.

Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе по воздушным целям с места и коротких остановок. Влияние на стрельбу баллистических и метеорологических условий. Корректирование стрельбы. Решение огневых задач.

Тема 4. Стрелковые тренировки

Практика: Проводятся в соответствии с требованиями Курса стрельб из стрелкового оружия, боевых машин и танков Сухопутных войск, а также Методики огневой подготовки мотострелковых подразделений, Сборника нормативов по боевой подготовке.

Направлены на тренировку (обучение) действиям при вооружении; разведку целей, определение дальностей и целеуказание; выполнение приемов и правил стрельбы с места, с коротких остановок и с ходу по наземным (появляющимся и движущимся) и воздушным целям; практическую стрельбу из пневматической винтовки; совершенствовании знаний материальной части вооружения; решение огневых задач по основам и правилам стрельбы, выверку прицелов и приведение оружия к нормальному бою, метание ручных гранат на дальность и точность.

Выполнение 2-го (3-го) начального упражнения стрельб из автомата; упражнений учебных стрельб из стрелкового оружия.

РАЗВЕДЫВАТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА

№ п.п.	РАЗДЕЛ. ТЕМА	Кол-во часов		
		всего	т	п
1	Инструктаж по ТБ. Организация и тактика действий вооруженных сил стран вероятного противника	4		
2	Действия наблюдателя при ведении разведки	4		
3	Действия солдата в составе дозорного отделения	4		
	ИТОГО	12		

№ п.п.	РАЗДЕЛ. ТЕМА	Кол-во часов		
		всего	т	п
1	Инструктаж по ТБ. Организация и тактика действий вооруженных сил стран вероятного противника.	4		
2	Разведывательные признаки	4		
3	Действия наблюдателя при ведении разведки	4		
		12		

№ п.п.	РАЗДЕЛ. ТЕМА	Кол-во часов		
		всего	т	п
1	Инструктаж по ТБ. Организация и тактика действий вооруженных сил стран вероятного противника.	4		
2	Разведывательные признаки	4		
3	Действия наблюдателя при ведении разведки	4		
	ИТОГО	12		

Тема 1. Инструктаж по ТБ. Организация и тактика действий вооруженных сил стран вероятного противника

Теория: Техника безопасности. Организация и тактика действий вооруженных сил стран вероятного противника.

Тема 2. Действия наблюдателя при ведении разведки

Практика: Выбор места для наблюдательного поста, его оборудование и маскировка днем. Изучение наблюдателем местности, местных предметов и противника. Составление схемы местности. Обнаружение целей, нанесение данных на схему и доклад о результатах наблюдения.

Тема 3. Действия солдата в составе дозорного отделения

*Практика:*Построение походного порядка дозорного отделения. Действия при осмотре опушки леса, населенного пункта, при прохождении теснин, мостов и других узких мест, при встрече водной преграды, заминированных и зараженных участков. Действия при встрече с противником.

Тема 1. Инструктаж по ТБ. Организация и тактика действий вооруженных сил стран вероятного противника.

Теория: Организация и тактика действий вооруженных сил стран вероятного противника.

Тема 2. Разведывательные признаки

Теория: Разведывательные признаки расположения противника на местности и подготовки его к боевым действиям

Тема 3. Действия наблюдателя при ведении разведки

*Практика:*Выбор, занятие и маскировка места для наблюдения. Изучение наблюдателем местности, местных предметов и противника. Составление схемы местности. Обнаружение целей, нанесение данных на схему и доклад о результатах наблюдения.

Тема 1. Инструктаж по ТБ. Организация и тактика действий вооруженных сил стран вероятного противника

Теория: Организация и тактика действий вооруженных сил стран вероятного противника.

Тема 2. Разведывательные признаки

Теория: Разведывательные признаки расположения противника на местности и подготовки его к боевым действиям.

Тема 3. Действия наблюдателя при ведении разведки

*Практика:*Выбор, занятие и маскировка места для наблюдения ночью. Изучение наблюдателем местности, местных предметов и противника с использованием приборов ночного видения и средств искусственного освещения местности. Определение характера действий противника по звуковым (шумовым) признакам. Доклад о результатах наблюдения.

СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА

№		Кол-во часов

п.п.		всего	т	п
1.	Строевые приемы и движение без оружия	6		
2.	Строевые приемы и движение с оружием	6		
	ИТОГО	**12**		

№ п.п.	РАЗДЕЛ. ТЕМА	Кол-во часов		
		всего	т	п
1.	Строевые приемы и движение без оружия	6		
2.	Строевые приемы и движение с оружием	6		
	ИТОГО	**12**		

№ п.п.	РАЗДЕЛ. ТЕМА	Кол-во часов		
		всего	т	п
1.	Строевые приемы и движение без оружия	6		
2.	Строевые приемы и движение с оружием	6		
	ИТОГО	**12**		

Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия

Теория: Строи, команды и обязанности солдата перед построением и в строю.

Практика: Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправится», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)». Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой и походный шаг. Повороты в движении. Отдание воинской чести на месте и в движении. Выход военнослужащего из строя и подход к начальнику. Возвращение в строй. Тренировка в выполнении строевых приемов без оружия.

Тема 2. Строевые приемы и движение с оружием

Практика: Строевая стойка с оружием и выполнение приемов с оружием на месте.

Повороты и движение с оружием. Отдание воинской чести с оружием на месте и в движении. Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй с оружием.

Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия

*Практика:*Тренировки в выполнении строевых приемов без оружия.

Тема 2. Строевые приемы и движение с оружием

Практика: Тренировки в выполнении строевых приемов с оружием.

Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия

Практика: Тренировки в выполнении строевых приемов без оружия.

Тема 2. Строевые приемы и движение с оружием

Практика: Тренировки в выполнении строевых приемов с оружием.

ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

№ п.п.	Разделы. Темы	Кол-во часов		
		всего	т	п
1	Основы общевойскового боя	4	4	
2	Организация и вооружение мотострелковой роты	3	3	
3	Вооружение и боевая техника	4	4	
4	Действия солдата в бою.	5		5
5	Борьба с танками и бронированными машинами	4	1	3
6	Борьба со средствами воздушного нападения	4	1	3
	ИТОГО	**24**	**13**	**11**

№ п.п.	Разделы. Темы	Кол-во часов		
		всего	т	п
1	Отделение в обороне	10	2	6
2	Отделение в наступлении	10	2	6
3	Отделение в походном охранении	10	2	6
	ИТОГО	**24**	**6**	**18**

№ п.п.	Разделы. Темы	Кол-во часов		
		всего	т	п
1	Отделение в обороне	10	2	6
2	Отделение в наступлении	10	2	6
3	Отделение в разведке	10	2	6
		24	**6**	**18**

Тема 1. Основы общевойскового боя

*Теория:*Виды боевых действий и характеристика современного общевойскового боя. Удары, огонь и маневр, виды огня и маневра. Значение ядерного, высокоточного и зажигательного оружия в бою. Обязанности солдата в бою. Экипировка солдата.

Тема 2. Организация и вооружение мотострелковой роты

*Теория:*Организация и вооружение мотострелковой роты на БМП . Организация и вооружение танковой роты.Предназначение и боевые задачи мотострелкового отделения и взвода, основы их боевого применения и боевые возможности. Походный, предбоевой и боевой порядок взвода.

Тема 3. Вооружение и боевая техника

*Теория:*Ознакомление с назначением и боевыми свойствами стрелкового оружия. Ознакомление с назначением и боевыми свойствами вооружения и боевой техники мотострелкового полка.

Тема 4. Действия солдата в бою

*Практика:*Тактико-строевое действие днем. Передвижение на поле боя: выбор укрытия, путей движения и способов передвижения (в рост, пригнувшись, перебежками и переползанием).

Использование местности и местных предметов для защиты от огня и наблюдения за противником. Выбор места для стрельбы, скрытное занятие огневой позиции, самоокапывание и маскировка. Понятие об ориентирах и порядок их назначения. Определение расположения целей по отношению к ориентирам и местным предметам, целеуказание различными способами. Доклад об обнаруженных целях.

Отражение атаки противника. Действия при нахождении под артиллерийским (минометным) обстрелом, нанесении ядерного удара, налете авиации противника. Уничтожение атакующих танков и пехоты противника перед передним краем и ворвавшегося в траншею. Смена огневой позиции (места для стрельбы). Самопомощь при ранении.

Подготовка наступлению: пополнение запасов боеприпасов, заряжание оружия, снаряжение гранат, выбор пути движения в атаку, наблюдение за сигналами командира и действия по ним. Выскакивание из траншеи. Развертывание отделения в боевой порядок и перестроения. Движение в атаку: преодоление минно-взрывных заграждений и различных препятствий, поражение открытых целей противника огнем на ходу, использование огня соседа, забрасывание противника гранатами. Бой в траншее, ходе сообщения, воронке: взаимовыручка и помощь соседу, уничтожение противника огнем в упор и в рукопашном бою.

Наступление в глубине обороны противника. Продвижение в глубину обороны противника с применением различных способов передвижения. Осуществление маневра, обеспечение атаки огнем и атака объекта во фланг или тыл.

Подготовка к пешему маршу. Совершение 15 км марша в пешем порядке.

Расположение на месте. Организация охранения и отдыха личного состава, устройство укрытий, самостоятельное приготовление пищи из рационов питания. Действия в сторожевом охранении, патруле и секрете.

Тема 5. Борьба с танками и бронированными машинами

*Теория:*Боевая характеристика танков и бронированных машин вероятного противника, их уязвимые места. Приемы и средства борьбы с танками и бронированными машинами противника.

Практика: Установка противотанковых мин.

Тема 6. Борьба со средствами воздушного нападения

*Теория:*Боевая характеристика и тактика действий самолетов и боевых вертолетов противника, их силуэты и опознавательные знаки. Правила ведения огня по воздушным целям.

*Практика:*Тренировка в применении оружия для борьбы с низколетящими самолетами, вертолетами и воздушным десантом противника. Использование защитных свойств местности, местных предметов и фортификационных сооружений для защит от налетов самолетов и боевых вертолетов противника.

Тема 1. Отделение в обороне

*Практика:*Тактико-строевое действие днем. Переход к обороне вне соприкосновения с противником и ведение оборонительного боя. Занятие отделением указанной позиции и ее оборудование (отрывка окопов для стрельбы стоя). Ведение наблюдения, расчистка полосы обзора и обстрела, установка малозаметных препятствий. Действия отделения при нанесении противником ядерного удара и во время огневой подготовки. Уничтожение атакующих танков, бронированных машин и пехоты противника. Смена позиции.

Тема 2. Отделение в наступлении

Практика: Действия отделения при наступлении из положения непосредственного соприкосновения с противником. Занятие исходного положения для наступления и подготовка к атаке. Переход в атаку из траншеи, поражение противника огнем в ходе атаки, преодоление минно-взрывных и других заграждений. Бой в траншее, ходе сообщения: взаимовыручка и помощь соседу, уничтожение противника огнем, гранатой и в рукопашном бою. Овладение объектом атаки.

Подготовка и ведение наступления с ходу. Расположение отделения в указанном месте и маскировка. Боевой приказ и организация взаимодействия. Подготовка личного состава и оружия к бою.

Выдвижение к рубежу перехода в атаку, развертывание в цепь с преодолением минно-взрывных заграждений и участков, обстреливаемых пулеметно-артиллерийским огнем. Атака переднего края обороны противника с использованием огня пулемета и снайпера, овладение первой траншеей и безостановочное продвижение вперед. Использование промежутков в боевых порядках противника в глубине его обороны для маневра, атака объекта во фланг или тыл и овладение объектом атаки. Оказание первой медицинской помощи раненым. Пополнение боеприпасов.

Тема 3. Отделение в походном охранении

*Практика:*Действия дозорного отделения на маршруте движения днем. Построение походного порядка дозорного отделения. Действия при осмотре опушки леса, населенного пункта, при прохождении теснин, мостов и других узких мест, при встрече водной преграды, заминированных и зараженных участков маршрута. Действия при встрече с противником. Доклады о результатах наблюдения и обстановки.

Тактико-строевое, ночью. Действия дозорного отделения ночью. Составление маршрута движения, и привязка их к ориентирам, хорошо видимым ночью. Ориентирование и порядок движения дозорного отделения с соблюдением светомаскировки. Осмотр местности и местных предметов. Действия при обнаружении минированных и зараженных участков маршрута, при встрече с

противником. Порядок доклада, передачи команд и сигналов различными способами.

Тема 1. Отделение в обороне

*Практика:*Переход к обороне в условиях непосредственного соприкосновения с противником и ведение оборонительного боя. Занятие отделением позиции, отрывка и маскировка одиночных окопов под огнем противника и ведение наблюдения. Действия отделения с началом огневой подготовки противника и перехода его в атаку. Отражение атаки пехоты и танков противника перед передним краем. Уничтожение противника, ворвавшегося на позицию отделения, огнем в упор, гранатами и в рукопашном бою.

Тема 2. Отделение в наступлении

*Практика:*Действия отделения при наступлении с ходу днем. Подготовка к наступлению с ходу. Выдвижение к рубежу перехода в атаку и развертывание в цепь. Движение в атаку: поражение противника огнем на ходу, преодоление различных препятствий и заграждений. Бой в траншее, ходе сообщения.
Подготовка и ведение наступления с ходу. Расположение отделения в указанном месте и маскировка. Боевой приказ и организация взаимодействия. Подготовка личного состава и оружия к бою.

Выдвижение к рубежу перехода в атаку и развертывание в цепь с преодолением минно-взрывных заграждений и участков, обстреливаемых пулеметно-артиллерийским огнем. Атака переднего края обороны противника с использованием огня пулемета и снайпера, овладение первой траншеей и безостановочное продвижение вперед. Использование промежутков в боевых порядках противника в глубине его обороны для маневра, атака объекта во фланг или тыл и овладение объектом атаки. Оказание первой медицинской помощи раненым. Пополнение боеприпасов.

Тема 3. Отделение в разведке

Практика: Отделение в засаде днем. Выбор места засады. Расположение отделения в засаде и маскировка. Подготовка к ведению огня. Действия отделения при подходе к месту засады одиночных солдат и групп противника. Захват пленного, документов и образцов вооружения. Отход и доклад о результатах засады.

Отделение в поиске ночью. Выбор, изучение и скрытное выдвижение к объекту поиска. Преодоление заграждений различными способами. Нападение на объект, захват пленного, документов, образцов вооружения. Действия отделения при обнаружении его противником. Отход и вынос раненых. Доклад о результатах поиска.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

№ п.п.		**Кол-во часов**		
		всего	**т**	**п**
1.	Гимнастика	8		8
2.	Рукопашный бой	8		8
3.	Преодоление препятствий	8		8
4.	Ускоренное передвижение	6		6
5.	Лыжная подготовка	8		8
6.	Комплексные занятия	8		8
	ИТОГО	**46**		**46**

№ п.п.	**РАЗДЕЛ. ТЕМА**	**Кол-во часов**		
		всего	**т**	**п**
1.	Гимнастика	8		8
2.	Рукопашный бой	8		8
3.	Преодоление препятствий	8		8
4.	Ускоренное передвижение	6		6
5.	Лыжная подготовка	8		8
6.	Комплексные занятия	8		8
	ИТОГО	**46**		**46**

№	**РАЗДЕЛ. ТЕМА**	**Кол-во часов**

п.п.		всего	т	п
1.	Гимнастика	8		8
2.	Рукопашный бой	8		8
3.	Преодоление препятствий	8		8
4.	Ускоренное передвижение	6		6
5.	Лыжная подготовка	8		8
6.	Комплексные занятия	8		8
	ИТОГО	**46**		**46**

Тема 1. Гимнастика

Практика: Разучивание и тренировка в выполнении 1-го комплекса вольных упражнений, положений наскока и соскока со снаряда и действий у снарядов, упражнений на гимнастической скамейке, стенке, тренажерах, в лазанье по канату (шесту), с тяжестями.

Разучивание и тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание; на брусьях – сгибание и разгибание рук в упоре; в прыжках – прыжок ноги врозь через козла в длину; тренировка в выполнении упражнений с тяжестями и в лазанье по канату (шесту).

Тема 2. Рукопашный бой

Практика: Изготовки к бою без оружия. Передвижения в боевой стойке. Приемы самостраховки.

Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н).

Тема 3. Преодоление препятствий

Практика: Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам. Изучение техники метания гранат с места и в движении. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.

Разучивание приемов и действий при выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий. Изучение техники метания гранат

стоя с места, в движении, с колена и лежа. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.

Тема 4. Ускоренное передвижение

Практика: Начальное обучение технике бега. Техника бега на короткие дистанции, старт, финиш. Техника бега на средние и длинные дистанции.

Техника бега по пересеченной местности.

Тема 5. Лыжная подготовка

Практика: Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Обычный и бесшажный ходы. Передвижение на лыжах до 5 км.

Строевые приемы с лыжами и на лыжах. Одношажный и двухшажный ходы. Передвижение на лыжах до 10 км.

Тема 6. Комплексные занятия

Практика: Общая физическая подготовка: выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание, подъем переворотом, поднимание ног к перекладине, сгибание и разгибание рукв упоре на брусьях; в прыжках – прыжок через козла в длину; на силовых тренажерах; с тяжестями; в лазанье. Тренировка в беге на 100 м и 1 км.

Проверка по упражнениям физической подготовки: марш-бросок на 5 км или лыжный марш на 5 км; метание гранат Ф-1 на дальность; приемы рукопашного боя с автоматом; передвижение на поле боя.

1 год обучения

Тема 1. Гимнастика

Практика: Совершенствование ранее изученных упражнений на перекладине, брусьях, с тяжестями и в лазание.

Тема 2. Рукопашный бой

Практика: Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н). Защита при уколе штыком с уходом влево (вправо).

Тема 3. Преодоление препятствий*:*

Практика: Тренировки в выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий и метании гранаты Ф-1 на дальность.

Тема 4. Ускоренное передвижение

Практика: Тренировка в беге на короткие (100 м) и средние (1 км) дистанции.

Тема 5. Лыжная подготовка

Практика: Боевые приемы на лыжах: перебежки, переползания и преодоление препятствий. Изготовки к стрельбе и метание гранат. Передвижение на лыжах до 5 км.

Тема 6. Комплексные занятия

Практика: Общая физическая подготовка: выполнение упражнений на гимнастических снарядах, с тяжестями, тренировка в беге на короткие и средние дистанции.

2 год обучения

Тема 1. Гимнастика

Практика: Совершенствование ранее изученных упражнений на перекладине, брусьях, с тяжестями и в лазание.

Тема 2. Рукопашный бой

Практика: Приемы нападения и защиты с автоматом (начальный комплекс приемов рукопашного боя РБ-Н). Защита при уколе штыком с уходом влево (вправо).

Тема 3. Преодоление препятствий

Практика: Тренировки в выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий и метании гранаты Ф-1 на дальность.

Тема 4. Ускоренное передвижение

Практика: Тренировка в беге на короткие (100 м) и средние (1 км) дистанции.

Тема 5. Лыжная подготовка

Практика: Боевые приемы на лыжах: перебежки, переползания и преодоление препятствий. Изготовки к стрельбе и метание гранат. Передвижение на лыжах до 5 км.

Тема 6. Комплексные занятия

Практика: Общая физическая подготовка: выполнение упражнений на гимнастических снарядах, с тяжестями, тренировка в беге на короткие и средние дистанции.

ЛИТЕРАТУРА

1. Азбука нравственности. 1, 2, 3, 4-й классы. Методические рекомендации учителям по проведению уроков (поклассные выпуски). / Под ред. Э.П. Козлова. М., 1999.

2. Алексеева Г.Г. Духовно-нравственное и патриотическое воспитание школьника: программа для общеобразовательных школ. Шиханы, 2000.

3. Бурно М. Е. О характерах людей (психотерапевтическая книга). М.: Академический Проект, 2005. 608 с. (Психологические технологии).

4. Галеева Н. И. Модифицированный вариант Терапии творческим самовыражением М. Е. Бурно на интегрированных уроках музыки и психологии как способ формирования целостного восприятия мира, познания себя и других // Психотерапия, 2007. - № 4.

5. Галеева Н.И. Создание творческих видеоклипов//Вопросы ментальной медицины и экологии, Том XIII, 2007. - № 2.

6. Галеева Н.И. Характерологический опросник М. Е. Бурно в учебно-исследовательской деятельности кадет в рамках интеграции психологии и общеобразовательных предметов в кадетском корпусе // Вопросы ментальной медицины и экологии, Том XIV, 2008. - №2.

7. Галеева Н.И. Методики творческого самовыражения М.Е. Бурно в структурно-функциональной модели психолого-педагогической деятельности по адаптации кадет-пятиклассников кадетской школы-интерната// Психотерапия, 2008. - № 11

8. Галеева Н.И. Социокультурная адаптация кадет в кадетской школе-интернате средствами творческого самовыражения // Воспитание школьников, 2009. -№7.

9. Козлов И.Ф. Педагогический опыт А.С. Макаренко. М., 1978.

10. Козлов Э.П. Практикум по основам морали, этики, и обществознанию. Учебное пособие для учащихся 9, 10, 11-го классов общеобразовательных и средних школ, лицеев, гимназий и средних специальных учебных заведений. Ч. I, II, III. М., 2000.

11. Ливчук Д.Г., Потаповская О.М. Духовно-нравственное воспитание детей и молодежи России: комплексное решение проблемы. М., 2002.

12. Никандров Н.Д. Образование на рубеже тысячелетий: вечное и преходящее. Выст. на IX Рожд. чтениях. М., 2001.

13. Пирогов Н.И. Вопросы жизни. Избр. пед. соч. М., 1953.Проблемы гуманизации дополнительного образования детей и формирования нравственных отношений в семье: программы. М., 1995.

14. Практическое руководство по Терапии творческим самовыражением / Под ред. М.Е. Бурно, Е.А. Добролюбовой. - М.: Академический Проект, ОППЛ, 2003. -880 с.: ил.- («Б-ка психологии, психоанализа, психотерапии»).

15. Соловьев И. Хронология по русской истории. М., 1994.

16. Суворина Е.А., Денисенко О.О. Дорога на Родину. Теория и практика внешкольного воспитания в традициях русской культуры. Тверь, 1994.

17. Учебный стандарт образовательной области «Нравственность» (мораль) в книге «Учебные стандарты школ России». Кн.1. Нач. школа, общественно-гуманитарные дисциплины. / Под ред. В.С. Леднева, Н.Д. Никандрова, М.Н. Лазутовой. М., 1998.

ЭП
C=RU, O=ГБОУ СОШ№38
г.о.Сызрань, CN=Буртаева О.В.,
E=school38_szr@samara.edu.ru
00e389e5655961b68c
2021.06.10 15:53:38+04'00'