

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение –  
средняя общеобразовательная школа №1 имени младшего сержанта  
Айдарова Рустама Руслановича с.Кизляр Моздокского района  
Республики Северная Осетия –Алания**

**Дополнительная общеобразовательная обще-  
развивающая программа  
социально-гуманитарной направленности  
«Юные друзья пограничников»  
для учащихся 12-16 лет  
срок реализации программы 4 года**

с.Кизляр  
2023

## Пояснительная записка

Направленность программы	<b>социально-педагогическая</b>
Уровень программы	<b>углубленный.</b>
Адреса программы	Программа «Юные друзья пограничников» ориентированная учащихся 12-16 лет, не имеющего явных физических и психических отклонений, желающих получить те или иные военные знания, умения и навыки. Состав группы постоянный, допускается разновозрастной состав.
Наполняемость группы	15-25 чел.
Объем и срок Реализации программы	<b>Программа рассчитана на 4 года , по 34 недель , 612 часов ( 18 часов)</b>
Актуальность	<p>В России особую актуальность приобрёл вопрос патриотического воспитания молодёжи.</p> <p>Программа патриотического и гражданского воспитания всё чаще определяется как одна из приоритетных в современной молодёжной политике.</p> <p>Патриотическое воспитание неразрывно связано с подготовкой молодежи к защите Отечества. Защищая Родину, человек сталкивается с различными нестандартными ситуациями.</p> <p>Разрешение этих ситуаций предполагает наличие комплекса моральных, нравственных, волевых, физических и профессиональных качеств личности. Содержание программы в целом отражает государственную образовательную политику, имеет военно-профессиональную ориентацию – является элементом организационных и педагогических мероприятий, направленных на формирование у воспитанников готовности к овладению военно-учетными специальностями, призыву на военную службу.</p> <p>Программа дает начальные профильные знания в области воздушно-десантной подготовки; расширяет знания и формирует умения учащихся по целому ряду предметов (истории, географии, физической культуре, ОБЖ), формирует высокие нравственные и психологические качества, помогает обучающимся в построении и системы службу, обучению в военных образовательных учреждениях профессионального образования по соответствующим специальностям и поступлению на военную службу по контракту. Военно-профессиональная ориентация является важным элементом обязательной и добровольной подготовки граждан военной службе и их военно-патриотического воспитания.</p> <p>Программа дает возможность получить общую начальную военную подготовку.</p>
Отличительные черты	Программа «Юные друзья пограничников» является преемственной программы «Юнармия». Структура учебного плана программы «Юные друзья пограничников» первого года аналогична 2,3, 4 годами, но

	<p>Раскрытие тем более углубленное и практические задания более сложного уровня .Учащиеся могут приступить к обучению по Данной программе ,без предварительного обучения по программе Юнармия.</p> <p>- Программа интегрирует образовательные области: история, обществознание, физическая культура, основы безопасности жизнедеятельности начальная военная подготовка, Образовательная программа разработана на 4года обучения и включает два раздела:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Учебный раздел</b></li> </ul> <p>-Тактическая подготовка;</p> <p>-Огневая подготовка;</p> <p>-Уставы ВС РФ;</p> <p>-Строевая подготовка;</p> <p>-История ВС Российской Федерации;</p> <p>-Медико-санитарная подготовка;</p> <p>-Международное гуманитарное право;</p> <p>-Специальная физическая подготовка;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Практико-прикладной раздел</b></li> </ul> <p>-Участие в соревнованиях, конкурсах различного уровня;</p> <p>-Подготовка и проведение показательных выступлений;</p> <p>-Участие в учебно-тренировочных сборах ,слётах, полевых выходах, военно-спортивных играх на местности,тактических учениях;</p> <p>-Образовательные экскурсии; участие в мероприятиях гражданско-патриотического направления различного уровня;</p> <p>-Участие в социально-благотворительных проектах.</p>
<p>Формы организации образовательного процесса</p>	<p>Форма обучения :очная.</p> <p>Форма проведения занятий: групповые, индивидуальные.</p>
<p>Режим занятий</p>	<p>Продолжительность одного занятия 40минут,при спаренном Занятии предусматривается 10-минутный перерыв.</p>
<p>Формы и технологии Реализации образовательной программы</p>	<p><b>Здоровье сберегающие технологии</b> -это система работы образовательного пространства по сохранению и развитию здоровья всех участников - взрослых и детей. Огромное значение в работе детского объединения имеет обучение здоровому образу жизни, активной жизни, активной жизненной позиции, приема само регуляции и закалывания, психорегулирующей тренировке и двигательным навыкам на основе учета индивидуальных законов развития.</p> <p><b>Технологии личностно-ориентированного обучения.</b> В центре внимания- личность подростка, который должен реализовать свои возможности. Содержание, методы и приемы личностно-ориентированных технологий обучения направлены, прежде всего, на то чтобы раскрыть и использовать субъективный опыт каждого учащегося, помочь становлению личности путем</p>

	<p>Организации познавательной деятельности.</p> <p><b>Технология развивающего обучения</b> является дополнением лично-ориентированного обучения. Его цель-создание условий для развития психологических особенностей: способностей, интересов, личностных качеств и отношений Между людьми; при котором учитываются и используются закономерности развития, уровень и особенности индивидуума.</p> <p><b>Технология сотрудничества</b> -это технология совместной развивающей деятельности взрослых и детей, скрепленной взаимопониманием ,проникновением в духовный мир друг друга, совместным анализом хода и результата этой деятельности.</p> <p><b>Игровые технологии</b></p> <p>В основу положена игра как вид деятельности. Эта технология используется для обеспечения наибольшей активности обучающихся и достижения высокого уровня освоения содержания программы.</p> <p><b>Формы обучения и виды занятий.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Учебно-тренировочное занятие .Содержание учебного материала должно соответствовать обучающей и воспитательной задаче.</li> <li>• Тематические экскурсии. Могут являться разновидностью занятий либо культурно -досуговым мероприятием.</li> <li>• Дискуссии, ролевые игры по тематике программы.</li> <li>• Совместная деятельность педагога и обучающихся. Участие всовместномтруде,например,всубботникеилиработахподдержанияматериальнойбазы,чтопредполагаетиспользование педагогом личного примера как метода решения воспитательной задачи.</li> <li>• Досуговые,массовыемероприятия,соревнования,посвященные различнымисторическимпамятнымдатам.</li> </ul> <p>Выездныеформызанятий- экскурсии,профильныелагеря,экспедиции,соревнования.</p>
Цель	Развитие у подростков 12-16летгражданственности, Патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие у молодежи активной гражданско - патриотической позиции, готовности к участию в общественно- политической жизни страны и в государственной деятельности;</li> <li>- изучение истории страны и военно-исторического наследияОтечества,развитиекраеведения,расширениезнанийобисторииивыдающихся людях«малой»Родины;</li> <li>- формирование положительной мотивации у молодых людей к прохождению военной службы и подготовка к службе в ВС,</li> </ul>

	<p>непосредственно пограничных войсках в частях специального назначения.</p>
<p>Ожидаемые результаты</p>	<p><b>1год</b></p> <p><b>Личностные</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, формированию мотивации к учению и познанию,</li> </ul> <p><b>Предметные</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Знание общевоинских уставов, Истории ВС РФ, основы правовых знаний, знания основа архивно-поисковой деятельности социального проектирования.</li> <li>- Понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;</li> </ul> <p><b>предметные</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение слушать и вести диалог, излагать своё мнение и анализировать и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;</li> </ul> <p><b>2год</b></p> <p><b>Личностные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформирована гражданская позиция, чувство любви и уважения к Отечеству, чувство гордости за свою Родину, за историческое прошлое многонационального народа России;</li> </ul> <p><b>Предметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимание личной и общественной значимости современной Армии;</li> <li>- знания основ стрелкового, инженерного и другого вооружения, используемого в современной армии;</li> <li>- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.</li> </ul> <p><b>предметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области военно-патриотического воспитания с использованием различных источников информации и информационных технологий</li> </ul> <p><b>3год</b></p> <p><b>Личностные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитание ответственного отношения к выполнению своего гражданского долга.</li> </ul> <p><b>Предметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повышение физической подготовки через различные комплексы упражнений и спортивных игр;</li> </ul>

	<p>- изучение основ нормативных документов военной подготовки</p> <p>- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, знание материальной части технических характеристик автомата, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из пневматической винтовки и автомата, снаряжению магазина патронами, ит.д.);</p> <p><b>предметные результаты:</b></p> <p>- формирование коммуникативной компетентности в общении сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, творческой и других видах деятельности.</p> <p>- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной боевой обстановке с учетом индивидуальных возможностей.</p> <p><b>4 год</b></p> <p><b>Личностные результаты:</b></p> <p>- воспитание ответственного отношения к выполнению своего гражданского долга.</p> <p><b>Предметные результаты:</b></p> <p>Повышение физической подготовки через различные комплексы упражнений и спортивных игр;</p> <p>- изучение основ нормативных документов военной подготовки</p> <p>- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, знание материальной части и технических характеристик автомата, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из пневматической винтовки и автомата, снаряжению магазина патронами, ит.д.);</p> <p><b>предметные результаты:</b></p> <p>- формирование коммуникативной компетентности в общении сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, творческой и других видах деятельности.</p> <p>- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной боевой обстановке с учетом индивидуальных возможностей.</p>
<p>Форма контроля</p>	<p><i>Промежуточная аттестация</i> - в форме зачета, зачетных соревнований, тактических учений.</p> <p><i>Промежуточная аттестация в форме итогового контроля</i> – в форме опросов и оценки действий на тактических учениях, а так же при практических действиях с оружием.</p>

## Учебный план 1 год обучения

№ п/ п	Название раздела , темы	Количество часов			Формы Аттестации контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
	<b>Раздел</b>				
1.	История ВС РФ	7	7	-	Устный опрос
2.	Уставы ВС РФ	5	5	-	Устный опрос
3.	Огневая подготовка	12	5	7	наблюдение
4.	Строевая подготовка	15	1	14	наблюдение
5.	Тактическая подготовка	18	8	10	Наблюдение, опрос
6.	Специальная физическая подготовк	17	1	16	наблюдение
7.	Медико –санитарная подготовка	10	6	4	Наблюдение, опрос
8.	Социально-благотворительные и художественные проекты	6	2	4	Наблюдение, опрос
9.	Участие в конкурсах, соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, полевых выходах, экскурсиях и др.мероприятиях	18		18	
10.	Промежуточная аттестация в форме итога в контроля				Зачет: сдача норм ГТО
	<b>Итого по разделу</b>	<b>108</b>	<b>35</b>	<b>73</b>	

### Содержание 1-го года обучения

<b>1.История ВС РФ –7 час.</b>	
Тема 1-2. Военно-историческое прошлое России	<b>Теория.</b> Ратная история древней и средневековой Руси. Боевые традиции армии и флота Российской империи. Великие полководцы и флотоводцы. Государственная и военная символика России. Служба в армии как почётная обязанность гражданина России
Тема 3. ПОГРАНИЧНИК – это Звучит гордо	<b>Теория.</b> Понятие юный друг пограничника. Права и обязанности
Тема 4.. Государственные Символы РФ .Флаг ,герб Гимн РФ.	<b>Теория.</b> Эволюция государственных символов РФ. возникновения государственных символов

Государственные символы РОС АЛАНИИ	республики: флаг, герб .
Тема5-6. Век русской воинской славы	<b>Теория.</b> Дни воинской славы России.
Тема7. Азбука юного пограничника	<b>Теория.</b> История пограничной охраны России .Понятия:застава, столб пограничный, часовой, вышка пограничная, униформа пограничная, КСП(контрольно-следовая полоса)
<b>2.Уставы ВСРФ-5час.</b>	
Тема1–2. Законодательство РФ в области обороны и военной службы	<b>Теория</b> Закон РФ о воинской обязанности и военной службе. Подготовка граждан к военной службе. Закон РФ о статусе военнослужащих. Общие положения. Права военнослужащих, граждан, уволенных с военной службы и членов их семей.
Тема3. Общевойские Уставы – свод законов регламентирующих жизнь и быт ВС РФ.	<b>Теория</b> Воинские Уставы, история их создания. Значение воинских Уставов в жизни и деятельности военнослужащих. Воинские звания и знаки различия.
Тема4. Военная присяга и Боевое знамя воинской части. Военнослужащие и взаимоотношения Между ними.	<b>Теория</b> Военная присяга и порядок ее принятия. Боевое знамя воинской части. Сбережение Боевого знамени.
Тема5. Виды и рода ВС РФ	<b>Теория.</b> Состав, назначение, структур и оснащение ВС РФ. Перспективы развития Вооруженных сил РФ .Реформы армии на современном этапе .Виды воинских специальностей .Командир, пограничник ,артиллерист, летчик, моряк, т.д.
<b>3.Огневаяподготовка–12 час.</b>	
Тема 1. История и виды российского стрелкового оружия	<b>Теория.</b> История зарождения и развития стрелкового оружия .История оружия:оружиедревнихлюдей.Оружиесреднихвеков.Оружие 18в.–первой половины19в.Оружие времен ВОВ. Оружие на современном этапе.
Тема 2 – 3.Введение в курс «Огневая подготовка»	<b>Теория</b> Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Правила поведения в тире и на линии огня .Явление выстрела и его периоды. Начальная скорость пули и ее влияние на стрельбу. Отдача оружия и угол вылета. Полет пули в воздухе. Влияние условий стрельбы на полёт пули. Наводка и её элементы. Приёмы стрельбы .Изготовка к

	стрельбе. Правила прицеливания и производство выстрела. Прекращение стрельбы.
Тема 4 – 6.Неполная разборка- сборкаАК-74	<b>Теория</b> Назначение ,общее устройство принцип действия <b>Практика</b> Отработка навыков сборки и разборки АК,
Тема7. Снаряжение магазина	<b>Практика.</b> Практическое занятие по правильному снаряжению магазина патронами, на котором отрабатывается скорость снаряжения магазина.
Тема8. Основы и правила стрельбы	<b>Теория</b> Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов пневматической винтовки. Основные элементы техники выполнения выстрела из пневматической винтовки. Изготовка, прицеливание, дыхание, спуск курка. Техника стрельбы с упора и с руки, с опорой на стол или стойку/сидя, стоя ,из положения лежа. Тренировка технике стрельбы без пуль. Тренировка вудержаниивинтовки,прицеливание,нажатиенаспусковойкрючок.Соблюдение режима дыхания.
Тема 9- 12Совершенствован ие техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки.	<b>Практика</b> Тренировка технике стрельбы по мишеням,нарасстояние5 метров, 10 метров из положения сидязастоломсопоройналокоть.Участиевсоревнованияхналичноепервенствосредиучащихсяналичноеи Командное первенство .Анализ соревнований.
<b>4.Строекваяподготовка–15час.</b>	
Тема1. Строеквые приемы и ихэлементы	<b>Теория.</b> Строй, их элементы. Предварительная и исполнительнаякоманды.Обязанностисолдатпередпостроениемивстрою.Ответнаприветствие на месте.
Тема2.	<b>Практика</b> Строеквая стойка. Выполнение команд: «Становись»,«Равняйсь»,«Смирно», «Вольно», «Заправиться»,«Головные уборы снять»,«Головные уборы надеть».
Тема3. Тема4.	<b>Практика</b> Строеквая стойка .Повороты на месте .Перестроение из одной шеренги в две и обратно.
Тема5.	<b>Практика</b> Строеквой шаг.
Тема6. Тема7.	<b>Практика</b> Повороты в движении и направо и налево.
Тема8.	<b>Практика.</b> Повороты кругом в движении

Тема9. Тема10.	<b>Практика</b> Одиночная строевая подготовка. Повороты в движении
Тема11	<b>Практика</b> Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.
Тема12	<b>Практика</b> Выход из строя ,подход к начальнику и возвращение встрой.
Тема13	<b>Практика</b> Подход к начальнику
Тема14	<b>Практика</b> Исполнение строевой песни в строю
Тема15	<b>Практика</b> Элементы строя: вынос знамени ,склонение знамени, смена караула
<b>5.Тактическая подготовка–18час.</b>	
Тема1-4 Основы общевойскового боя	<b>Теория.</b> Основные задачи и составные части вооружённых сил современного государства. Виды современного оружия и военной техники. Воинские подразделения и соединения. Командование войсками. Срочная и контрактная служба. Военные учебные заведения. Будущее российской армии
Тема5-8 Действия солдат в бою	<b>Практика.</b> Отработка тактических действий в составе отделения, взвода, роты. Преодоление препятствий и заграждений в бою.
Тема9–10 Тактическая игра «пейнтбол»	<b>Практика.</b> Спортивное командное состязание
Тема11-14 Юный следопыт	<b>Теория.</b> Следовые дорожки с различными способами ухищрения нарушителя государственной границы. Оборудование секретов и схронов. <b>Практика.</b> Умение определить направление движения и способ ухищрения противника. Действия солдата, назначенного наблюдателем.
Тема15-18 «Сигналы и жесты управления в бою»	<b>Теория.</b> Перечень знаков : построения, приказы , оповещения , цифры <b>Практика.</b> Отработка выполнения элементов – знаков в движении.
<b>6.Специальная физическая подготовка и рукопашный бой-17час.</b>	
Тема1. Физическая культура и спорт в пограничных войсках	<b>Теория</b> Общая физическая подготовка со специальной нагрузкой
Тема2-3. Обще развивающие упражнения.	<b>Практика</b> Обще развивающие упражнения - упражнения без предметов, с предметами ,на снарядах, с партнером .КСУ.
Тема4-5.	<b>Практика</b> Комплекс вольных упражнений №1,2,3

Тема6-7. Кроссовая подготовка.	<b>Практика</b> Ходьба и бег по пересеченной местности. Бег в гору и под гору. Чередование ходьбы и бега. Марш-бросок 5 км.
Тема8 Метание ручных осколочных гранат	<b>Практика.</b> Отработка метания гранаты на дальность, и меткость по паданию в заданный квадрат
Тема 9-10 Метание ножей	<b>Практика.</b> Отработка метания ножей на дальность, и меткость по паданию в заданный квадрат
Тема 11 Рукопашный бой	<b>Практика</b> Приемы страховки и само страховки. Захваты, освобождение от захватов.
Тема 12	<b>Практика</b> Подсечки Задняя подножка Передняя подножка. Бросок через бедро. Бросок через плечо
Тема 13	<b>Практика</b> Стойки. Удары руками, Удары ногами. Защита руками. Перемещения. Защита ногами. Защита туловищем.
Тема 14-15	<b>Практика</b> Сочетание приемов обороны и нападения- ответная контратака
Тема 16-17	<b>Практика</b> Сочетание приемов в нападающих и защитных действиях бойца
<b>7. Медико-санитарная подготовка – 10 час.</b>	
Тема 1 - 2. Гигиена. Аптечка	<b>Теория.</b> Личная гигиена. Обувь, уход за ногами и обувью. . Гигиенические требования к одежде, постели, посуде. Состав мед. аптечки. Срок годности. Способ их хранения.
Тема 3-6. Доврачебная помощь пострадавшему	<b>Теория. (2 час.)</b> Первая доврачебная помощь пострадавшему. Транспортировка пострадавшего. <b>Практика (2 час.)</b> Первая доврачебная помощь пострадавшему. Транспортировка пострадавшего.
Тема 7-10. Оказание первой помощи при травмах, ранениях, утоплении, Ожогах и т.д.	<b>Теория. (2 час.)</b> Виды травм, ожогов, ранений. Оказание первой медицинской помощи. <b>Практика. (2 час.)</b> Оказание первой медицинской помощи.
<b>8. Социально-благотворительные и художественные проекты - 6 часов.</b>	
Тема 1-2. Добровольческая деятельность в сфере пропаганды здорового и безопасного образа жизни.	<b>Теория</b> Идея государства и общества: сохранение и формирование здоровья молодежи как группы с важнейшими общественными функциями, мотивация к здоровому образу жизни.
Тема 3-6	<b>Теория</b> Этика и эстетика.

<b>Участие в конкурсах, соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, полевых выходах, экскурсиях и др. мероприятиях, в т.ч. подготовка. 18 час</b>	
Зачет	Промежуточная аттестация в форме итогового контроля: сдача норм ГТО

## 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/контроля
		Всего часов	Теория	Практика	Контроль	
	<b>Раздел</b>					
1.	История ВС РФ	7	7	-		Устный опрос
2.	Уставы ВС РФ	5	5	-		Устный опрос
3.	Огневая подготовка	12	5	7		наблюдение
4.	Строевая подготовка	15	-	15		наблюдение
5.	Тактическая подготовка	18	5	13		Наблюдение, опрос
6.	Специальная физическая подготовка	17	-	15	2	Промежуточная аттестация
7.	Медико –санитарная подготовка	10	6	4		Наблюдение, опрос
8.	Социально-благотворительные проекты и художественные проекты	6	2	4		Наблюдение, опрос
9.	Участие в конкурсах, соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, полевых выходах, экскурсиях и др. мероприятиях	18		16	2	Сдача норм ГТО
	<b>Итого по разделу</b>	<b>108</b>	<b>30</b>	<b>74</b>	<b>4</b>	

## Содержание 2-го года обучения

<b>1. История ВС РФ – 7 час.</b>	
Тема 1-2. Армия и флот России XIX-начало XX в.в.	<b>Теория.</b> Занятие 1. Армия и флот России в войнах XIX – начало XX в.в Занятие 2. Важнейшие военные операции в период I-й мировой войны. Создание Красной Армии.
Тема 3-4 Великая отечественная война 1941-1945 г.г.	<b>Теория.</b> Важнейшие военные операции 1941–1945 г.г.
Тема 5. Государственные символы пограничных войск ПВ	<b>Теория.</b> Флаг, эмблема, фуражка, униформа пограничника. Награды пограничников. День пограничника.
Тема 6. Век русской воинской славы	<b>Теория.</b> Дни воинской славы России.

Тема7.Крепость-герой	<b>Теория.</b> История героической защиты Брестской крепости
<b>2.Уставы ВСРФ-5час.</b>	
Тема1-2	<b>Теория</b> КонституцияРФобохранестраны.Основыобороны.ЗначениеиххарактервоеннойдоктриныРоссии. Воинский долг граждан Российской Федерации.Внешнийивнутреннийвраг.Основныметоды веденияинформационнойвойныи способы защиты.
Тема3-4 Военная присяга и Боевоезнамявоинскойчасти. Военнослужащие ивзаимоотношения междуними.	<b>Теория</b> <u>Занятие1.</u> Права,общиеобязанностивоеннослужащих.Обязанностисолдата.Воинскаядисциплина,еесущностьизначение. Чему обязывает и чем достигается крепкая воинская дисциплина. <u>Занятие 2.</u> Поощрения, применяемые к военнослужащим .Дисциплинарные взыскания, налагаемые на военнослужащих .Начальники и подчиненные, старшие и младшие, их права и обязанности. Ответственность военнослужащих .Порядок Отдачи и выполнения приказаний.
Тема 5.Единоначалие. Обязанности командира отделения ,солдата	<b>Теория.</b> Принципы строительства Вооруженных Сил РФ ,руководство ими и взаимоотношения между военнослужащими. Обязанности командира отделения и солдат а в мирное и военное время.
<b>3.Огневаяподготовка–12 час.</b>	
Тема1. Стрелковое оружие: история создания и развития	<b>Теория.</b> Огнестрельное оружие: Возникновение, эволюция, развитие и совершенствование
Тема2. Основные правила стрельбы	<b>Теория</b> Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Правила поведения в тире и на линии огня. Начало и прекращение стрельбы.
Тема4–6. Неполная разборка-сборкаАК-74	<b>Практика</b> Отработка навыков сборки и разборки АК,
Тема7. Снаряжение и магазина	<b>Практика.</b> Отрабатывается скорость снаряжения магазина.
Тема8-12 Стрельба из пневматической винтовки	<b>Практика.</b> Тренировка технике стрельбы без пуль .Тренировка в удержании винтовки, прицеливание, нажатие на спусковой крючок .Соблюдение режима дыхания. Стрельбапоквадрату10х10см.налистebelойбумаги.

	<p>Задание: попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробойна и научиться определять точку прицеливания.</p> <p>Стрельба по мишени N8 из положения сидя за столом с опорой локтями о стол. Дистанция - 5 м.</p> <p>Количество выстрелов - 5.</p> <p>Задание : совершенствовать навыки стрельбы.</p> <p>По часу на каждое. Стрельба по мишени N 8 из положения сидя за столом с опорой локтями о стол. Дистанция -</p> <p>10 м. Пули "Диабло", "ДЦ". Количество выстрелов - 5.</p> <p>Задание : совершенствовать навыки стрельбы.</p> <p>Цель - мишень N8. Расстояние до цели</p> <p>10 м. Количество выстрелов - 10. Время стрельбы неограниченное. Пули "ДЦ", "Диабло". Положение для стрельбы сидя за столом с опорой локтями о стол.</p> <p>Задание: личное первенство взвода.</p> <p>Стрельба по мишени N 8 из положения сидя за столом с опорой локтями о стол. Дистанция -</p> <p>10 м. Пули "Диабло", "ДЦ". Количество выстрелов -</p> <p>10. Задание: совершенствовать навыки стрельбы. Выполнит упражнение из пневматической винтовки /единой спортивной классификации/. Цель - мишень N8. Дистанция до цели - 10 м. Количество выстрелов - 25 /5 пробных, 20 зачетных/. Время на стрельбу не ограничено. Пули "ДЦ". Положение для стрельбы – сидя за столом с опорой локтями на стол. Задание: выполнить нормативы юношеского третьего и второго разрядов.</p> <p>Стрельба по мишени N 8 из положения с колена. Дистанция -</p> <p>10 м. Пули "Диабло", "ДЦ". Количество выстрелов - 10.</p> <p>Задание: совершенствовать навыки стрельбы. Стрельба по мишени N 8 из положения стоя без упора. Дистанция -</p> <p>10 м. Пули "Диабло", "ДЦ". Количество выстрелов - 10.</p> <p>Задание: совершенствовать навыки стрельбы.</p> <p>Стрельба по мишени N8 из положения стоя без упора.</p> <p>Дистанция</p> <p>- 10 м. Пули "Диабло", "ДЦ". Количество выстрелов -</p> <p>10. Задание: совершенствовать навыки стрельбы. Выполнит упражнение из пневматической винтовки /единой спортивной классификации/. Цель - мишень N8.</p> <p>Расстояние до цели - 10 м. Количество выстрелов - 25 /5 пробных, 20 зачетных/.</p>
--	---

	<p>Задание: личное первенство взвода.</p> <p>Стрельба по мишени N 8 из трех положений: -сидя за столом или лежа с упора;</p> <p>-с колена;</p> <p>-стоя.</p> <p>Задание: личное первенство взвода. Скоростная стрельба по силуэтным падающим мишеням из положения сидя за столом с опорой локтями и на стол.</p>
<b>4.Строевая подготовка–15час.</b>	
Тема1. Строевые приемы и движения без оружия	<b>Практика</b> Строевая стойка .Выполнение команд: «Становись»,«Равняйсь»,«Смирно»,«Вольно», «Заправиться»,«Головные уборы снять», «Головные уборы надеть».
Тема2.	<b>Практика</b> Строевая стойка. Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две и обратно.
Тема3. Тема4.	<b>Практика</b> Выход из строя ,подход к начальнику и возвращение встрой. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.
Тема5.	<b>Практика</b> Строевой шаг.
Тема6. Тема7.	<b>Практика</b> Повороты в движении и направо и налево.
Тема8.	<b>Практика.</b> Повороты кругом в движении
Тема9. Тема10.	<b>Практика</b> Одиночная строевая подготовка. Повороты в движении
Тема11 Тема12 Строи отделения, взвода в пешем порядке и на машинах.	<b>Практика.</b> Развернутый строй, походный строй. Команды, подаваемые для построения и перестроение отделения, взвода в развернутый и походный строй на месте и в движении. Воинское приветствие
Тема13	<b>Практика</b> Строевые приемы с оружием на месте
Тема14	<b>Практика</b> Исполнение строевой песни встрою
Тема15	<b>Практика</b> Элементы строя: вынос знамени.
<b>5.Тактическая подготовка–18час.</b>	
Тема1-2 "Организация, вооружение и тактика действий Подразделений иностранных	<b>Теория.</b> Организация, вооружение и тактика действий мотопехотного отделения /. ТТХ основных видов

государств"	вооружения
Тема3-4 Действия солдата в бою	<b>Практика.</b> Занятие 1. (ТСЗ) Солдат в обороне. Подготовка к обороне. Выбор и оборудование окопа для стрельбы и его маскировка. Приспособление местных предметов к обороне. Действия в обороне с началом огневой подготовки атаки противника. Уничтожение противника перед передним краем обороны огнем и гранатой. Бой с противником ,ворвавшимся в траншею. Занятие 2. (ТСЗ) Солдат в наступлении. Подготовка к атаке и атака: пополнение боеприпасов, зарядание оружия, снаряжение гранат, выбор пути движения ватаку,наблюдениезасигналамикомандираидействияпо ним.Выскакиваниеизтраншеи.Движениеватакувбоевом порядке отделения. Преодоление различных заграждений и препятствий. Атака переднего края обороны противника, уничтожение его огнем в упор и гранатой. Бой в траншее и ходах сообщения.
Тема5-8 Борьба станками, бронированными машинами ,боевыми самолетами и вертолетами иностранных армий, воздушным десантом.	<b>Практика.</b> Занятие1-2.(практическое) Боевая характеристика танков и бронированных машин иностранных армий и их уязвимые места, применение различного рода заграждений в борьбе станками. Занятие3-4.(практическое) Применение гранатометов, ручных противотанковыхгранатдляуничтожениятанковибронированныхмашинпротивника
Тема9–10 Тактическая игра «пейнтбол»	<b>Практика.</b> Спортивное командное состязание
Тема11-14 Юный следопыт	<b>Теория.(2час.)</b> Контрольно–следовая полоса КСП. Оборудование: вышка пограничная, застава, пограничный столб <b>.Практика.(2час.)</b> Умение определить направление движения и способ ухищрения противника. Действия солдата, назначенного: наблюдателем, часовым ,таможенным на пункте пропуска
Тема15-18 «Знаки общения вбою»	<b>Теория.(1час.)</b> Перечень знаков :построения ,приказы, оповещения, цифры <b>Практика.(3час.)</b> Отработка выполнения элементов –знаков в движении.
<b>6.Специальнаяфизическаяподготовкаирукопашный бой-17час.</b>	
Тема 1.Общеразвивающие упражнения.	<b>Практика</b> Обще-развивающие упражнения - упражнения без предметов,

Тема 2- 3.Гимнастика	<b>Практика.</b> Занятие 1. Опорные прыжки - прыжок согнув ноги (козел в длину), высота - I год - 115 см, II год-120 см, III год-120см, Занятие 2. Акробатические упражнения-кувырок вперед, назад, длинный кувырок вперед, кувырок боком, кувырок назад с выходом в стойку, "мост", переворот в бок, стойка на лопатках. а) длинный кувырок вперед через препятствие, стойка на руках, подъем разгибом. б) переворот вперед с разбега с опорой на прямые руки, в) сальто вперед с разбега, комбинации и ранее разученных элементов.
Тема 4-5. Легкая атлетика	<b>Практика</b> Бег 3000 м. Челночный бег 10x10 м.
Тема 6-7. Кроссовая подготовка.	<b>Практика</b> Ходьба и бег по пересеченной местности. Бег в гору и под гору. Чередование ходьбы и бега
Тема 8-9 Метание ножей. Метание ручных осколочных гранат.	<b>Практика.</b> Отработка метания ножей и ручных гранат (500, 300, 250 грамм) на дальность, и меткость попадания в заданный квадрат.
Тема 10 Ручной бой	<b>Практика.</b> Приемы страховки и само страховки. Захваты , освобождение от захватов.
Тема 11	<b>Практика</b> Сочетание ударов в действиях атаки (связки)
Тема 12	<b>Практика</b> Подсечки Задняя подножка Передняя подножка. Бросок через бедро . Бросок через плечо
Тема 13	<b>Практика</b> Стойки. Удары руками Удары ногами. Защита руками. Перемещения. Защита ногами. Защита туловищем.
Тема 14-15	<b>Практика</b> Сочетание приемов обороны и нападения- ответная контратака
Тема 16-17	<b>Практика</b> Сочетание приемов в нападающих и защитных действиях бойца
<b>7. Медико-санитарная подготовка – 10 час.</b>	
Тема 1-2. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.	<b>Теория.</b> Ознакомление с приказом Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04 мая 2012 г. № 477

Перечень мероприятий по оказанию первой помощи	
Тема3-6. Кровеносная система человека. Виды кровотечений и их остановка.	<b>Теория.(2час.)</b> Первая доврачебная помощь при кровотечениях пострадавшему. Транспортировка пострадавшего или вызов службы «03». <b>Практика(2час.)</b> Первая доврачебная помощь при кровотечениях пострадавшему. Транспортировка пострадавшего или вызов службы скорой помощи по телефону: 03 или 112.
Тема7-10. Оказание первой помощи при травмах опорно-двигательного аппарата	<b>Теория.(2час.)</b> Алгоритм действий при травмах опорно-двигательного аппарата .Синдром длительного сдавления. <b>Практика.(2час.)</b> Оказание первой помощи при травмах опорно-двигательного аппарата и СДС
<b>8.Социально-благотворительные проекты-6час.</b>	
Тема1. Понятие социального проектирования	<b>Теория</b> Социальное проектирование как организация эффективной социальной работы. Типология проектов в зависимости от цели и задач социального проекта <b>Практика</b> <u>Занятие1-2</u> <b>Поиск актуальных тем для социального проекта, обсуждение, рождение замысла.</b>
Тема2.	<b>Теория</b> Понятие«достижимость»,«безусловность», «измеримость»,«итог».Понятие«конкретные реальные действия»,«дробление цели». Понятие«сроки реализации»и«география проекта».Отличие понятий «заинтересованные стороны»и«целевая аудитория». <b>Практика</b> <u>Занятие3-4</u> Анализ подходов к выявлению целевой группы задуманного социального проекта.
Тема3-6	<b>Теория</b> Этика и эстетика. <u>Занятие1-2</u> создание высокого уровня эстетических потребностей; <b>Теория</b> Вокал. <b>Практика</b> <u>Занятие2</u> содействовать развитию вокальных возможностей детей
<b>Участие в конкурсах, соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, полевых выходах, экскурсиях и др. мероприятиях, в т.ч.подготовка.18час</b>	

	<b>Практика, зачет</b> строевых смотрах, смотрах – конкурсах. Промежуточная аттестация в форме итогового контроля: сдача норм ГТО
--	---

### 3-го года обучения

№ п/ п	Название раздела , темы	Количество часов			Формы Аттестации /контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
	<b>Раздел</b>				
1.	История ВС РФ	7	7	-	Устный опрос
2.	Уставы ВС РФ	5	5	-	опрос
3.	Огневая подготовка	12	2	10	наблюдение
4.	Строевая подготовка	15	-	15	наблюдение
5.	Тактическая подготовка	18	11	7	Наблюдение, опрос
6.	Специальная физическая подготовка и рукопашный бой	17	-	15	Промежуточна я аттестация
7.	Медико–санитарная подготовка	10	6	4	Наблюдение, опрос
8.	Социально- благотворительные проекты и художественные проекты	6	2	4	опрос
9.	Участие в конкурсах, соревнованиях, Учебно-тренировочных сборах, полевых выходах , экскурсиях и др .мероприятиях	18		16	Сдача норм ГТО
	<b>Итого по разделу</b>	<b>108</b>	<b>30</b>	<b>74</b>	<b>4</b>

### Содержание 3-го года обучения

1. История ВС РФ – 7 час.	
Тема 1-2. Великая Отечественная война 1941-1945г.г.	<b>Теория.</b> Важнейшие военные операции 1941-1945г.г.
Тема 3-4 Великая отечественная война 1941-1945г.г. РСО- Алания «Все для фронта! Все для Победы!»	<b>Теория.</b> РСО АЛАНИЯ в годы ВОВ. Герои Северной Осетии.
Тема 5-6 ВС РФ на современном этапе	<b>Теория.</b> Занятие 1. В СССР после ВОВ до 1991г. Занятие 2. ВС РФ (1991-до настоящего времени.)
Тема 7. Блокада Ленинграда	<b>Теория.</b> Исторические факты: «Дорога жизни» , Дневник Тани Савичевой, день снятия блокады,

<b>2.Уставы ВСРФ-5час.</b>	
<p>Тема1-2 Распределение времени и повседневный порядок. Обязанности лиц суточного наряда роты ,его состав.</p>	<p><b>Теория</b> <u>Занятие 1.</u> Распорядок дня части. Подъем, утреннийосмотривечерняяповерка. Учебныезанятия.3 автрак,обед,ужин.Увольнениеиз расположения части. Содержание помещений. Хранение личных вещей военнослужащих. Соблюдение правил личной и общественной гигиены. <u>Занятие 2.</u> Назначение, состав и вооружение суточного наряда роты .Обязанности дневального по роте. Оборудование и оснащение места ,на котором очередной дневальный выполняет свои обязанности. Действия дневального и дежурного по роте в случае тревоги и пожара, при прибытии в роту прямых начальников. Обязанности дневального свободной смены.</p>
<p>Тема3–4</p>	<p><b>Теория</b> <u>Занятие 1.</u> Право и общественный порядок. Об ответственности граждан за обще-уголовные преступления. <u>Занятия2.</u>Обответственностигражданзавоенские преступления.</p>
<p>Тема5. Безопасность военной службы</p>	<p><b>Теория.</b> Проблема</p>
<b>3.Огневаяподготовка–12 час.</b>	
<p>Тема1. Стрелковое оружие: история создания и развития. Основы и правила стрельбы</p>	<p><b>Теория.</b> Современные виды стрелкового оружия. Отечественные образцы современного стрелкового оружия. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Правила поведения в тире и на линии огня. Приёмы стрельбы. Изготовка к стрельбе. Правила прицеливания и производство выстрела. Прекращение стрельбы. Выбор цели. Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе с места по неподвижным и движущимся целям. Корректирование стрельбы. Определение Средней точки попадания.</p>
<p>Тема2. Автомат и ручной пулемет</p>	<p><b>Теория</b></p>

Калашникова	<p>История создания автоматического оружия. Назначение ,боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата .Последовательность не полной разборки и сборки автомата. Назначение, устройство частей и механизмов автомата, принадлежности и патронов .Работа частей и механизмов автомата.</p> <p>Контрольный осмотр автомата и подготовка его к стрельбе.</p> <p>Возможные задержки и неисправности при стрельбе и способы их устранения. Назначение, боевые свойства и особенности устройства ручного пулемёта Калашникова(РПК74,РПКС74).</p> <p>Снаряжение магазина патронами.</p>
Тема3 Пенал принадлежностей автомата Калашникова	<p><b>Практика</b> Уход за оружием ,его хранение и сбережение. Порядок чистки и смазки автомата.</p>
Тема4-12. Стрельба из пневматической винтовки	<p><b>Практика.</b> Тренировка технике стрельбы без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливание, нажатие на спусковой крючок. Соблюдение режима дыхания. Стрельбапоквдрату10x10см.налистebelойбумаги.Задание: попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться определять точку прицеливания.</p> <p>СтрельбапомишениN8 из положения сидя за столом с опорой локтями о стол. Дистанция - 5 м. Количествовыстрелов-5. Задание :совершенствовать навыки стрельбы. По часу на каждое. Стрельба по мишени N 8 из положения сидя за столом с опорой локтями о стол.Дистанция-10м.Пули"Диабло", "ДЦ".Количествовыстрелов-5. Задание: совершенствовать навыки стрельбы. Цель-мишень N8.Расстояниедоцели10м. Количество выстрелов - 10. Время стрельбынеограниченное.Пули"ДЦ", "Диабло".Положениедлястрельбисидязастоломсопоройлоктямиостол. Задание: личное первенство взвода. Стрельба по мишени N 8 из положения сидя за столом сопоройлоктямиостол.Дистанция-10м.Пули"Диабло", "ДЦ".Количествовыстрелов-10.Задание:совершенствоватьнавыкистрельбы.Выполнитъупражненииизпневматическойвинтовки/единой</p>

	<p>Спортивной классификации/.Цель-мишеньN8.Дистанция до цели - 10 м. Количество выстрелов - 25 /5пробных,20зачетных/.Время на стрельбу- не ограничено. Пули "ДЦ". Положение для стрельбы – сидя за столом с опорой локтями на стол. Задание: выполнить нормативы юношеского третьего и второго разрядов.</p> <p>Стрельба по мишени N 8 из положения с колена.Дистанция- 10м.Пули"Диабло", "ДЦ".Количествовыстрелов-10. Задание: совершенствовать навыки стрельбы.</p> <p>Стрельбапо мишени N 8 из положения стоя без упора. Дистанция- 10м.Пули"Диабло", "ДЦ".Количествовыстрелов-10. Задание: совершенствовать навыки стрельбы.</p> <p>СтрельбапомишениN8изположениястоябезупора. Дистанция -10 м. Пули "Диабло", "ДЦ". Количество выстрелов - 10.Задание: совершенствовать навыки стрельбы.</p> <p>Выполнить упражнение из пневматической винтовки /единой спортивной классификации/. Цель - мишень N 8.Расстояние до цели - 10 м. Количество выстрелов - 25 /5пробных, 20зачетных/.</p> <p>Задание :личное первенство взвода.</p> <p>Стрельба по мишени N 8 из трех положений: -сидя за столом или лежа с упора; -с колена; -стоя.</p> <p>Задание:личноепервенствовзвода.Скоростнаястрельбапосилуэтнымпадающиммишенямииз положения сидя за столом с опорой локтями на стол.</p>
<b>4.Строеваяподготовка–15час.</b>	
<p>Тема1. Строевые приемы и движения без оружия</p>	<p><b>Практика</b> Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись»,«Равняйсь»,«Смир- но»,»Вольно», «Заправиться»,«Головные уборы снять»,«Головные уборы надеть».</p>
<p>Тема2.</p>	<p><b>Практика</b> Строевая стойка. Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две и обратно.</p>
<p>Тема3. Тема4.</p>	<p><b>Практика</b> Выход из строя ,подход к начальнику и возвращение в строй. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.</p>
<p>Тема5.</p>	<p><b>Практика</b> Строевой шаг.</p>

Тема6. Тема7.	<b>Практика</b> Повороты в движении на право и налево.
Тема8.	<b>Практика.</b> Повороты кругом в движении
Тема9. Тема10.	<b>Практика</b> Одиночная строевая подготовка. Повороты в движении
Тема11 Тема12 Строй отделения, взвода в пешем порядке и на машинах.	<b>Практика.</b> Развернутый строй, походный строй. Команды, подаваемые для построения и перестроения отделения, взвода в развернутый и походный строй на месте и в движении .Воинское приветствие
Тема13	<b>Практика</b> Строевые приемы с оружием на месте
Тема14	<b>Практика</b> Исполнение строевой песни в строю
Тема15	<b>Практика</b> Смена почетного караула. Возложение венков и цветов к памятникам «Неизвестному солдату»
<b>5.Тактическая подготовка–18час.</b>	
Тема1-4 Борьба с самолетами, вертолетами	<b>Теория.</b> <u>Занятие 1-2.</u> (практическое) Тактико-техническая характеристика боевых самолетов, вертолетов вероятного противника. Боевое применение самолетов и армейской авиации, воздушных десантов. <u>Занятие 2-3.</u> (практическое) Изучение способов борьбы с боевыми самолетами и вертолетами, воздушным десантом противника.
Тема5-8 Отделение (взвод) в бою	<b>Практика.</b> <u>Занятие 1-</u> <u>2.</u> (ТСЗ) Отделение/взвод/в обороне. Место отделения/взвода /в опорном пункте взвода/ роты/. Размещение личного состава и огневых средств на позиции отделения в опорном пункте взвода. Обязанности личного состава отделения /взвода/ в обороне. Организация наблюдения, системы огня и инженерного оборудования позиции отделения /опорного пункта взвода/. Ведение оборонительного боя. <u>Занятие 3-4.</u> (ТСЗ) Отделение/взвод/ в наступлении. Место отделения/взвода/ в боевом порядке взвода /роты/. Боевая задача отделения /взвода/ в наступлении. Переход в атаку из непосредственного соприкосновения с противником. Преодоление заграждений и препятствий. Атака переднего края обороны противника, овладение объектом атаки. Бой в глубине обороны противника.
Тема9–10 Действия солдата в условиях	<b>Теория</b> Первоочередные и второстепенные мероприятия при применении оружия массового поражения. Изучение

радиоактивного, химического и биологического заражения местности. СИЗ	воздействия поражающих факторов на организм человека. Изучение средств индивидуальной и коллективной защиты. Правила их использования.
Тема 11-12 Борьба с террористическими группами и Банд формированиям и .Предотвращение нападений террористов на мирное население.	<b>Теория.(2час.)</b> Правовой режим контр террористической операции. Применение ВС РФ в борьбе с терроризмом.
Тема 13-14 Способы составления макета местности.	<b>Теория</b> Краткие сведения об ориентировании: азимут ,компас, топонимы, условные знаки ,карта ,план. Масштаб. <b>Практика</b> Чтение карты, определение сторон горизонта, движение по легенде
Тема 15-18 Основные знания и навыки автономного выживания в природной среде. Навыки выживания в сложных метеорологических условиях	<b>Теория.(2час.)</b> Понятия «автономность» и «выживание», мероприятия необходимые для выполнения успешного выживания в природной среде. Изучение навыков и способов выживания при сильном ветре, значительных осадках, морозе, жаре ит.д. <b>Практика.(2час.)</b> Изучение особенностей ночлега в разное время года. Организация укрытия на склоне и в лесу. Азбука международной системы «SOS». Способы подачи сигналов бедствия подручными средствами.
<b>6. Специальная физическая подготовка и рукопашный бой-17час.</b>	
Тема 1.Общеразвивающие упражнения.	<b>Практика</b> Обще-развивающие упражнения -.КСУ.
Тема 2- 3.Гимнастика	<b>Практика.</b> Занятие 1. Опорные прыжки - прыжок согнув ноги(козел в длину),высота- Iгод-115см,IIгод-120см,IIIгод-120см, Занятие2.упражнения-кувырок вперед, назад

Тема4-5. Легкая атлетика	<b>Практика</b> Бег3000м.Челночный бег10х10м.
Тема6-7. Кроссовая подготовка.	<b>Практика</b> Ходьба и бег по пересеченной местности.
Тема8-9 Метание ножей. Метание ручных гранат.	<b>Практика.</b> Отработка метания ножей ручных гранат
Тема 10Рукопашныйбой	<b>Практика.</b> Приемы страховки. Захваты, освобождение от захватов.
Тема11	<b>Практика</b> Сочетание ударов в действиях атаки(связки)
Тема12	<b>Практика</b> Подсечки Задняя подножка Передняя подножка .Бросок через бедро . Бросок через плечо
Тема13	<b>Практика</b> Стойки. Удары руками Удары ногами. Защита руками. Перемещения. Защита ногами. Защита туловищем.
Тема14	<b>Практика</b> Сочетание приемов обороны и нападения- ответная контратака
Тема15	<b>Практика</b> Встречные удары
Тема16-17	<b>Практика</b> Сочетание приемов в нападающих и защитных действиях бойца
<b>7.Медико-санитарнаяподготовка–10час.</b>	
Тема 1 - 2.ЭРП.	<b>Теория.</b> Терминальное состояние ,кома ,шок. Правила проведения сердечно-легочной реанимации <b>Практика</b> Не прямой массаж сердца
Тема3-6. ИВЛ.	<b>Теория.(2час.)</b> Порядок проведения сердечно-легочной реанимации .Алгоритмы оказания первой помощи пострадавшим при травматических повреждениях и неотложных состояниях. <b>Практика(2час.)</b> ИВЛ
Тема7-10. ЧМТ.Травмы ,живота	<b>Теория.(2час.)</b> Виды Черепно-мозговой травмы, травмы груди и живота. Причины травм и меры по их профилактики <b>Практика.(2час.)</b> Алгоритм действий по оказании и помощи пострадавшим.

<b>8.Социально-благотворительные и художественные проекты -6час.</b>	
Тема1. Механизмы и план реализации социального проекта	<b>Теория</b> Знакомство с правилами времени, места, последствий .Разделение и зона ответственности. <b>Практика</b> Составлениеплана реализации достижения собственнойжизненнойцелиизадуманного социального проекта. Составление делового письма ,пресс-релиза .Расчет Бюджета на реализацию собственной жизненной цели и задуманного социального проекта.
Тема2 Критерии оценки эффективности социального проекта	<b>Теория</b> Количественныеи качественныепоказатели социальногоп роекта.Понятие«статистика»и«аналитика». Социологический опрос, анкета, работа с документальными источниками. <b>Практика</b> Разработка показателей эффективности реализации жизненной собственной цели и задуманного проекта. Письменный анализ - почему я смогу или нет (что мне можетпомешать?)достичьсобственнойжизненнойцелиизадуманного социального проекта.Чтоэтомне даств Будущем и буду ли я стремиться к этому и дальше?
Тема3- 4	<b>Теория</b> развитие коммуникативных навыков;
Тема5-6	<b>Теория</b> Вокально-хоровая работа. <b>Практика</b>
<b>Участие в конкурсах, соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, полевых выходах, экскурсиях и др. мероприятиях, в т. ч. подготовка. 18 час</b>	
	Промежуточная аттестация в форме итогового контроля :сдача норм ГТО

## Содержание 4-го года обучения

<b>1. История ВС РФ – 7 час.</b>	
Тема 1-2. Великая Отечественная война 1941-1945 г.г.	<b>Теория.</b> Важнейшие военные операции 1941-1945 г.г.
Тема 3-4 Великая отечественная война 1941-1945 г.г.	<b>Теория.</b> Герои РСО-Алании
Тема 5-6 ВС РФ на современном этапе	<b>Теория.</b> <u>Занятие</u>
Тема 7. Блокада Ленинграда	<b>Теория.</b> Исторические факты.
<b>2. Уставы ВС РФ – 5 час.</b>	
Тема 1-2 Распределение времени и повседневный порядок. Обязанности лиц суточного наряда роты/батареи/ его состав.	<b>Теория</b> <u>Занятие 1.</u> Содержание помещений. Хранение личных вещей военнослужащих. Соблюдение правил личной и общественной гигиены. <u>Занятие 2.</u> Назначение, состав и вооружение суточного наряда роты
Тема 3-4	<b>Теория</b> <u>Занятие 1.</u> Право и общественный порядок. Об ответственности граждан за обще-уголовные преступления. <u>Занятия 2.</u> Об ответственности граждан за воинские преступления.
Тема 5. Безопасность военной службы	<b>Теория.</b>

<b>3.Огневаяподготовка–12 час.</b>	
<p>Тема1. Стрелковое оружие: история создания и развития. Основы и правила стрельбы</p>	<p><b>Теория.</b> Современные виды стрелкового оружия.</p>
<p>Тема2. Автомат Калашникова</p>	<p><b>Теория</b> Оружия .Назначение ,боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Последовательность неполной разборки и сборки автомата. Назначение, устройство частей и механизмов автомата, принадлежности и патронов. Работа частей и механизмов автомата. Снаряжение магазина патронами.</p>
<p><b>Тема3</b> <b>Пенал</b> <b>принадлежностей</b> <b>автомата</b> <b>Калашникова</b></p>	<p><b>Практика</b> Уход за оружием, его хранение и сбережение. Порядок чистки и смазки автомата.</p>
<p>Тема4-12. Стрельба из пневматической винтовки</p>	<p><b>Практика.</b> Тренировка технике стрельбы без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливание, нажатие на спусковой крючок .Соблюдение режима дыхания.  . Стрельба по мишени N 8 из положения -сколена; -стоя.</p>
<b>4.Строеваяподготовка–15час.</b>	

Тема1. Строевые приемы и движения без оружия	<b>Практика</b> Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смир-но», «Вольно», «Заправиться», «Головные уборы снять», «Головные уборы надеть».
Тема2.	<b>Практика</b> Строевая стойка .Повороты на месте .Перестроение из одной шеренги в две и обратно.
Тема3. Тема4.	<b>Практика</b> Выход из строя ,подход к начальнику и возвращение встрой. Выполнение воинского приветствия наместеив движении.
Тема5.	<b>Практика</b> Строевой шаг.
Тема6. Тема7.	<b>Практика</b> Повороты в движении и направо и налево.
Тема8.	<b>Практика.</b> Повороты кругом в движении
Тема9. Тема10.	<b>Практика</b> Одиночная строевая подготовка. Повороты в движении
Тема11 Тема12 Строи отделения, взвода в пешем порядке и на машинах.	<b>Практика.</b> Развернутый строй, походный строй. Команды, подаваемые для построения и перестроение отделения, взвода в развернутый и походный строй на месте и в движении. Воинское приветствие
Тема13	<b>Практика</b> Строевые приемы с оружием на месте
Тема14	<b>Практика</b> Исполнение строевой песни в строю
Тема15	<b>Практика</b> Смена почетного караула. Возложение венков и цветов к памятнику «Неизвестному солдату»
<b>5.Тактическая подготовка–18час.</b>	
Тема1-Тактическая подготовка	<b>Теория.</b> <u>Занятие 1-2.</u> (практическое) Тактико-техническая характеристика боевых самолетов, вертолетов вероятного противника .

<p>Тема5-8 Отделение(взвод )в бою</p>	<p><b>Практика.</b> <u>Занятие1-</u> <u>2.(ТСЗ)Отделение/взвод/в обороне.Местоотделения/взвода /вопорномпунктевзвода/роты/.</u> Размещение личного состава и огневых средств на позиции отделения и в опорном пункте взвода. Обязанности личного состава отделения /взвода/ в обороне. Организация наблюдения ,системы огня инженерного оборудования позиции отделения /опорного пункта взвода/.</p>
<p>Тема9–10 Действия солдата в Условиях радиоактивного, химического и биологического заражения местности .СИЗ</p>	<p><b>Теория</b> Первоочередныеивторостепенныемероприятияприпримененииоружиямассовогопоражения.Изучение воздействияпоражающихфакторовнаорганизмчеловека.Изучениесредствиндивидуальнойиколлективнойзащиты.Правилаих использования.</p>
<p>Тема11-12 Борьба с террористическими группами и Бандформированиями. Предотвращение нападений террористов на мирное население.</p>	<p><b>Теория.(2час.)</b> Правовой режим контртеррористической операции .Применение ВС РФ в борьбе с терроризмом. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния.</p>
<p>Тема13-14 Способы составления макета местности.</p>	<p><b>Теория</b> Краткие сведения об ориентировании :азимут ,компас ,топознаки, условные знаки ,карта ,план. Масштаб. <b>Практика</b> Чтение карты, определение сторон горизонта, движение по легенде</p>
<p>Тема15-18 Основные знания и навыки автономного выживания в природной среде. Навыки выживания в сложных метеорологических условиях</p>	<p><b>Теория.(2час.)</b> Понятия «автономность» и «выживание», мероприятиянеобходимыедлявыполненияуспешного выживанияв природнойсреде. Изучениенавыковиспособоввыживанияприсильном ветре, значительных осадках, морозе, жаре ит.д. <b>Практика.(2час.)</b> Изучениеособенностейночлежавразноевремягода.Организацияукрытиянасклонеивлесу. Азбука международной системы «SOS». Способы подачи сигналов бедствия подручными средствами.</p>
<p><b>6.Специальная физическая подготовка -17час.</b></p>	

Тема 1.Общеразвивающ иеупражнения.	<b>Практика</b> Обще-развивающие упражнения - упражнения без предметов ,с предметами, на снарядах, КСУ.
Тема 2- 3.Гимнасти ка	<b>Практика.</b> Занятие 1 Занятие2.Акробатическиеупражнения-кувыроквперед, назад, длинный кувырок вперед, кувырок боком, кувырок назад с выходом в стойку, "мост"
Тема4-5. Легкая атлетика	<b>Практика</b> Бег.Челночныйбег10х10м.
Тема6-7. Кроссовая подготовка.	<b>Практика</b> Ходьба и бег по пересеченной местности. Бег в гору и под гору.
Тема8-9 Метание ножей. Метание ручных гранат.	<b>Практика.</b> Отработка метания ножей и ручных гранат на дальность, и меткость попадания в заданный квадрат.
Тема 10Рукопашныйбой	<b>Практика.</b> Приемы страховки и само страховки. Захваты ,освобождение от захватов.
Тема11	<b>Практика</b> Сочетание ударов в действиях атаки(связки)
Тема12	<b>Практика</b> Подсечки Задняя подножка Передняя подножка. Бросок через бедро . Бросок через плечо
Тема13	<b>Практика</b> Стойки. Удары руками Удары ногами. Защита руками. Перемещения. Защита ногами. Защита туловищем.
Тема14	<b>Практика</b> Сочетание приемов обороны и нападения- ответная контратака
Тема15	<b>Практика</b> встречные удары
Тема16-17	<b>Практика</b> Сочетание приемов в нападающих и защитных действиях бойца
<b>7.Медико-санитарнаяподготовка–10час.</b>	
Тема 1 - 2.ЭРП.	<b>Теория.</b> Терминальное состояние, кома, шок. Правила проведения сердечно-легочной реанимации <b>Практика</b> Не прямой массаж сердца
Тема3-6. ИВЛ..	<b>Теория.(2час.)</b> Порядок проведения сердечно-легочной реанимации .Алгоритмы оказания первой помощи пострадавшим при травматических повреждениях и неотложных состояниях. <b>Практика(2час.)</b>

Тема7-10. ЧМТ.Травмы груди,живота	<b>Теория.</b> (2час.) ВидыЧерепно- мозговой травмы, травмы груди и Живота .Причины травм и меры по их профилактики <b>Практика.</b> (2час.) Алгоритм действий по оказании помощи пострадавшим.
<b>8.Социально-благотворительные и художественные проекты -6час.</b>	
Тема1. Механизмы и план реализации социального проекта	<b>Теория</b> Знакомство с правилами времени, места ,последствий .Разделение и зона ответственности. <b>Практика</b> Составлениепланареализациидостижениясобственнойжизненнойцелиизадуманногосоциальногопроекта. Составление делового письма, пресс-релиза .Расчет Бюджета на реализацию собственной жизненной цели задуманного социального проекта.
Тема2 Критерии оценки эффективности социального проекта	<b>Теория</b> Количественныеикачественныепоказателисоциальногопроекта.Понятие«статистика»и«аналитика». Социологический опрос, анкета, работа с документальными источниками. <b>Практика</b> Разработка показателей эффективности реализации жизненной собственной цели и задуманного проекта. Письменный анализ - почему я смогу или нет (что мне может помешать?)достичьсобственнойжизненнойцелиизадуманногосоциальногопроекта.Чтоэто мне даств Будущем и буду ли я стремиться к этому и дальше?
Тема 3- 4	<b>Теория</b> развитие коммуникативных навыков;
Тема5-6	<b>Теория</b> Вокально-хоровая работа. <b>Практика</b>
<b>Участие в конкурсах ,соревнованиях ,учебно-тренировочных сборах,полевых выходах, экскурсиях и др.мероприятиях,вт.ч.подготовка.18час</b>	
	Промежуточная аттестация в форме итогового контроля: сдача норм ГТО

### Календарный план воспитательной работы

Разделы Рабочей Программы воспитания МБУДО РЦДТ

3.1. Традиционные мероприятия МБОУ СОШ №1 с.Кизляр 3.2. Коллективно-творческая деятельность в объединениях ДО 3.3. Социальная активность учащихся	3.4. Проф-ориентационная работа 3.5. Работа с родителями учащихся 3.6. Воспитание медиа-сопровождением
---	--

Разделы в календарном плане воспитательной работы данной программы сформированы в соответствии с ее особенностями.

<i>Месяц</i>	<i>Раздел</i>	<i>Часы</i>	<i>Мероприятие</i>	<i>Цель,задачи</i>	<i>Мониторинг</i>
Сентябрь	3.5	1	Родительское собрание	Знакомство с содержанием Дополнительной программы (методики проведения занятий, определение задач совместного воспитания детей и их реализация).	Аналитическая справка
Октябрь	3.1	1	Торжественное мероприятие	Демонстрация своих умений, обогащение социального опыта, проявление инициативы, Формирование эмоционального подъема.	Фото
Ноябрь	3.6.	1	Публикация о деятельности объединения на школьном стенде «Мы наследники победы»	Открытость деятельности и привлечение внимания к объединению ДО ,формирование творческих способностей ,выражения собственных мыслей	Кол-во
Декабрь	3.3	1	Урок мужества «День неизвестного солдата»	Обогащение социального опыта ,формирование эмоционального подъема.	Кол-во ,фото
Январь	3.2.	1	Акция «Во Славу Отечества»	Формирование реестра одаренных детей .Развитие творческого Потенциала учащихся.	Занесение результатов В базу

Февраль	3.2	1	Мероприятие «День защитника Отечества»	Развитие коммуникативных навыков, сплочение коллектива,	Информационная справка, пост в сообществах РЦДТ.
Апрель	3.3	1	Субботник «Цветочная клумба у памятника неизвестного солдата»	Привлечение к общественной деятельности	Количество участников ,отзывы, фото
май	3.3	2	Школьный конкурс–парад «Смотр песни и строя»	Командообразование , воспитание соревновательного духа, отработка строевых команд	Количество участников, отзывы, фото
	3.3	1	Акция «Вахта памяти» посвященная Дню Победы	Формирование патриотического воспитания, командообразование, и социальной активности учащихся, создание позитивной, психологически комфортной атмосферы	Информационная справка, пост в сообществах РЦДТ. фото
	3.1	1	Школьная коллективная эстафета	Развитие коммуникативных навыков ,сплочение коллектива, выявление лидерских способностей, закрепление полученных навыков	Информационная справка, фото, Электронное занесение результатов
Итого					14часов

## Календарный учебный

### график 1 годобучения

<b>№недели</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
<b>Вид деятельности</b>	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У П	К	К
<b>ИТОГО</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		

<b>№недели</b>	1 9	2 0	2 1	2 2	2 3	2 4	2 5	2 6	2 7	2 8	2 9	3 0	3 1	3 2	3 3	3 4	3 5	3 6	3 7	3 8
<b>Вид деятельности</b>	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У П
<b>ИТОГО</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

У – учебные занятия

К – каникулы

П – промежуточная аттестация

Период обучения – 36 недель.

Начало занятий – по мере комплектования групп.

Данная программа реализуется на базе МБОУ СОШ №1 с.Кизляр, поэтому на усмотрение педагогов возможно варьирование периода учебных занятий и каникул.

1 полугодие	
Каникулы	
2 полугодие	

### 2,3, 4 годобучения

<b>№недели</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
<b>Вид деятельности</b>	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У П	К	К
<b>ИТОГО</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		

<b>№недели</b>	2 0	2 1	2 2	2 3	2 4	2 5	2 6	2 7	2 8	2 9	3 0	3 1	3 2	3 3	3 4	3 5	3 6	3 7	3 8
<b>Вид деятельности</b>	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У	У П
<b>ИТОГО</b>	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

У – учебные занятия

К – каникулы

П – промежуточная аттестация

Период обучения – 36 недель.

Начало занятий – по мере комплектования групп.

1 полугодие	
Каникулы	

2полугодие	
------------	--

## Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение.

Теоретические занятия проводятся в учебном кабинете, оборудованный в соответствии с санитарно-экологическими требованиями на 10-15 человек (столы, стулья). Учебная мебель соответствует возрасту учащихся. Кабинет оформлен атрибутикой Юнармейского движения (баннер, флаг, плакаты) Для успешной работы по выполнению программы школа располагает:

1. Персональный компьютер (ПК);
2. Мультимедиа проектор с экраном;
3. Макет автомата АК, магазины + патроны;
4. Видеокамера;
5. Противогазы Гп-5, ГП-7, комплект ОЗК;
6. Пневматическое оружие, мишени падающие, ножи для метания в цель;
7. Саперная лопата, маскировочная сетка, медицинские сумки, носилки для переноса раненых, мед аптечки;
8. Макеты вооружения Российской армии (АК-74М, ППШ-41, РПК, ф-1, РГД-5);
9. Туристическое снаряжение: веревки, компасы, карабины, каски, палатки, фонарики;
10. Видеотека военно-патриотической направленности;
11. Стенды и плакаты «Выдающиеся полководцы и флотоводцы России», «Дни воинской славы», «Виды и рода Вооруженных сил России», «Медали и ордена», «Знаки отличия», уставы ВС РФ и т.д.

Для практической части в школе есть открытая спортивная площадка для строевой подготовки, занятия могут проводиться в спортивном зале, актовом зале, военно-спортивная полоса препятствий

**Методическое обеспечение.** Используются различные методы обучения:

- словесные (беседа, объяснение, рассказ);
- наглядные (фильмы, презентации);
- игровые (игры-упражнения, тренинги).
- Практические (спортивные эстафеты, учебные сборы, Смотр песни и строя к 9 мая, конкурс «Тропа испытаний»)

**Кадровое обеспечение.**

Педагог дополнительного образования соответствует образовательному цензу.

**Информационное обеспечение.**

<i>Тема</i>	<i>Электронные ресурсы</i>
Участие в Конкурсах, соревнованиях	Официальный сайт российского детского-юношеского движения «Юнные друзья пограничника» <a href="https://yunarmy.ru/">https://yunarmy.ru/</a> (дата обращения: 25.05.2021)
История ВС РФ	сайт о патриотическом воспитании детей <a href="http://www.tvoyrebenok.ru/patriot_main.shtml">http://www.tvoyrebenok.ru/patriot_main.shtml</a> (дата обращения: 25.05.2021)
История ВС РФ	патриотические документальные фильмы <a href="http://onceborn.ru/films/patriotic">http://onceborn.ru/films/patriotic</a> (дата обращения: 25.05.2021)
Строевая подготовка	<a href="https://youtu.be/NuHHFuy-xAk">https://youtu.be/NuHHFuy-xAk</a> (дата обращения 15.05.2021)

**Контрольно-измерительные материалы**

<b>1годобучения</b>			
<b>Личностные результаты</b>			
готовность и способность обучающихся саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию	не стремится к саморазвитию, отсутствует мотивация к учению	Обучающийся саморазвивается, необходимо развивать мотивацию кучению и познанию ,социальные компетентности, Личностные качества	Обучающийся саморазвивается, сформирована мотивация к учению и познанию ,социальные компетентности, личностные качества
<b>Метапредметные результаты</b>			
- умение слушать и вести диалог ,излагать своё мнение и анализировать и аргументировать свою точку зрения и Оценку событий;	не умеет слушать и вести диалог ,не всегда излагать своё мнение затрудняет с аргументировать свою точку зрения и оценку событий	умеет слушать и вести диалог, не всегда излагать своё мнение , и аргументировать свою точку зрения и оценку событий	умеет слушать и вести диалог ,излагать своё мнение и анализировать и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
<b>2годобучения</b>			
<b>Личностные результаты</b>			
Сформирована гражданская позиция, чувство любви и уважения к Отечеству, чувство гордости за свою Родину, за историческое прошлое много национального народа России	чувство патриотизма и гордости за свою страну формируется, - не готов к равноправному сотрудничеству	Сформировано чувство патриотизма и гордости за свою страну, уважение истории;- уважение и принятие других народов России и мира; - не готов к равноправному сотрудничеству	Сформировано чувство патриотизма и гордости за свою страну, уважение истории, культурных и исторических памятников; - эмоционально положительное принятие своей этнической идентичности; - уважение и принятие других народов мира
<b>Метапредметные результаты</b>			
Приобретение опыта Самостоятельного поиска, анализа	Не хочет Самостоятельно находит ,информации	Самостоятельно находит, Информацию	самостоятельно находит, анализирует

отбора информации в области военно-патриотического воспитания с использованием различных источников информации и новых информационных технологий	области военно-патриотического воспитания с использованием различных источников и новых информационных технологий, анализировать и отбирать	области военно-патриотического воспитания с использованием различных источников и новых информационных технологий, но затрудняется анализировать и отбирать	отбирает информацию в области военно-патриотического воспитания с использованием различных источников и новых информационных технологий
<b>3 год обучения</b> <b>Личностные результаты</b>			
Воспитание ответственного отношения к выполнению своего гражданского долга	не принимает, не понимает своего гражданского долга	не всегда ответственно относится к выполнению своего гражданского долга	Ответственно относится к выполнению своего гражданского долга, и передает свои знания другим
<b>Метапредметные результаты</b>			
Коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками ,старшими и младшими в процессе образовательной ,творческой и других видах деятельности.	в общении и сотрудничестве со сверстниками старшими и младшими затрудняется быстро и чётко устанавливать деловые и дружеские контакты	в общении и сотрудничестве со сверстниками старшими и младшими не всегда быстро и чётко устанавливать деловые и дружеские контакты	Сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками ,старшими и младшими
<b>4 год обучения</b> <b>Личностные результаты</b>			
Воспитание ответственного отношения к выполнению своего гражданского долга	не принимает, не понимает своего гражданского долга	не всегда ответственно относится к выполнению своего гражданского долга	Ответственно относится к выполнению своего гражданского долга, и передает свои знания другим

## Критерии оценивания Общепефической подготовки(норм ГТО)

Испытания считаются успешно выполненными, если каждый участник по результатам нормативов получил серебряный значок ГТО своей возрастной категории.

	МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ		Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»				ДИРЕКЦИЯ СПОРТИВНЫХ И СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ
<b>Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)</b>							
<b>IV. СТУПЕНЬ (возрастная группа от 13 до 15 лет)</b>							
№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
							
<b>Обязательные испытания (тесты)</b>							
1.	Бег на 60 м (с)	10,0	9,7	8,7	10,9	10,6	9,6
2.	Бег на 2 км (мин, с)	9.55	9.30	9.00	12.10	11.40	11.00
	или на 3 км	Без учета времени			-	-	-
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	4	6	10	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	-	-	-	9	11	18
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	-	-	-	7	9	15
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцами рук		Достать пол ладонями	Касание пола пальцами рук		



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Всероссийский  
физкультурно-спортивный комплекс  
«Готов к труду и обороне»



ДИРЕКЦИЯ  
СПОРТИВНЫХ  
И СОЦИАЛЬНЫХ  
ПРОЕКТОВ

**Нормативы испытаний (тестов)  
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса  
«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

**IV. СТУПЕНЬ**  
(возрастная группа от 13 до 15 лет)

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
							
5.	Прыжок в длину с разбега (см)	330	350	390	280	290	330
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	175	185	200	150	155	175
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	30	36	47	25	30	40
7.	Метание мяча весом 150 г (м)	30	35	40	18	21	26
8.	Бег на лыжах на 3 км (мин, с)	18.45	17.45	16.30	22.30	21.30	19.30
	или на 5 км (мин, с)	28.00	27.15	26.00	-	-	-
	или кросс на 3 км по пересеченной местности*	Без учета времени					
9.	Плавание на 50 м (мин, с)	Без учета времени		0.43	Без учета времени		1.05
10.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10м (очки)	15	20	25	15	20	25
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10м (очки)	18	25	30	18	25	30
11.	Туристский поход с проверкой туристских навыков	Туристский поход с проверкой туристских навыков на дистанцию 10 км					
12.	Самозащита без оружия (очки)	15-20	21-25	26-30	15-20	21-25	26-30
Количество испытаний (тестов) в возрастной группе		12	12	12	12	12	12
Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»		6	7	8	6	7	8

\* Для бесснежных районов страны.



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Всероссийский  
физкультурно-спортивный комплекс  
«Готов к труду и обороне»



ДИРЕКЦИЯ  
СПОРТИВНЫХ  
И СОЦИАЛЬНЫХ  
ПРОЕКТОВ

**Нормативы испытаний (тестов)  
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса  
«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

**V. СТУПЕНЬ**

(возрастная группа от 16 до 17 лет)

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		Юноши			Девушки		
							
<b>Обязательные испытания (тесты)</b>							
1.	Бег на 100 м (с)	14,6	14,3	13,8	18,0	17,6	16,3
2.	Бег на 2 км (мин, с)	9.20	8.50	7.50	11.50	11.20	9.50
	или на 3 км (мин, с)	15.10	14.40	13.10	-	-	-
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	8	10	13	-	-	-
	или рывок гири 16 кг (количество раз)	15	25	35	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	-	-	-	11	13	19
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	-	-	-	9	10	16
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см)	6	8	13	7	9	16



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Всероссийский  
физкультурно-спортивный комплекс  
«Готов к труду и обороне»



ДИРЕКЦИЯ  
СПОРТИВНЫХ  
И СОЦИАЛЬНЫХ  
ПРОЕКТОВ

**Нормативы испытаний (тестов)  
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса  
«Готов к труду и обороне» (ГТО)**

**V. СТУПЕНЬ**

(возрастная группа от 16 до 17 лет)

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы					
		Юноши			Девушки		
							
<b>Испытания (тесты) по выбору</b>							
5.	Прыжок в длину с разбега (см)	360	380	440	310	320	360
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	200	210	230	160	170	185
6.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин)	30	40	50	20	30	40
7.	Метание спортивного снаряда весом 700 г (м)	27	32	38	-	-	-
	или весом 500 г (м)	-	-	-	13	17	21
8.	Бег на лыжах на 3 км (мин, с)	-	-	-	19.15	18.45	17.30
	или на 5 км (мин, с)	25.40	25.00	23.40	-	-	-
	или кросс на 3 км по пересеченной местности*	-	-	-	Без учета времени		
	или кросс на 5 км по пересеченной местности*	Без учета времени			-	-	-
9.	Плавание на 50 м (мин, с)	Без учета времени		0.41	Без учета времени		1.10
10.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10м (очки)	15	20	25	15	20	25
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10м (очки)	18	25	30	18	25	30
11.	Туристский поход с проверкой туристских навыков	Туристский поход с проверкой туристских навыков на дистанцию 10 км					
12.	Самозащита без оружия (очки)	15-20	21-25	26-30	15-20	21-25	26-30
Количество испытаний (тестов) в возрастной группе		12	12	12	12	12	12
Количество испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»		6	7	8	6	7	8

\* Для бесснежных районов страны.

## Список литературы

1. Боевой устав СВ(частьПДП)М. Воениздат.1990.
2. Военная топография.М.Воениздат.1986.
3. Гражданская оборона.-М.: "Воениздат",1990.
4. ГрабовойИ.Д."Современное оружие и защита от него"-М.:ДОСААФ,1984.
5. Журнал"Военные знания".1989-1999гг.
6. Инженерноеобеспечениебоя.М.Воениздат.1987.
7. Наставлениепострелковомуделу.М.Воениздат.1987.
8. Начальная военная подготовка /под редакцией Науменко Ю.А.), учебник для средних учебных заведений.-М.:Просвещение, 1989.
9. Наставление по физической подготовке(НФП-2009).М.Воениздат.2009.
10. ОбщевоинскиеуставыВСРФ.М.Воениздат.1994.
11. Отравляющиевещества.М.Воениздат.1990.
12. Справочникповоеннойтопографии.М.Воениздат.1980.
13. Тактическиеучения.М.Воениздат.1978.
14. Штаб батальонавбою.М.Воениздат.1988.
15. КларкТ.М.ФильтрыдляPhotoShop8.Спецэффектыидизайн.- М.;СПб.;Киев:Диалектика, 2001.-170 с.
16. Корриган Дж.Компьютерная графика .-М:Энтроп, 2005.-90с.
17. Гамалей В.Мойпервый видеофильмотАдоЯ.-СПб.:Питер,2006-268с.  
Левдер,И..Добровольческоедвижениекакооднаизформсоциальногообслуживания //Социальнаяработа,2006,№2.
- 18.Федеральныйзакон«Овоеннойобязанностиивоеннойслужбе»от28марта1998г. №53-ФЗ.
19. Закон РФ«Об обороне»,Москва,1996.
20. Календарь памятных дат и событий отечественной военной истории/под ред.Балыбердина А.Л.,Квятковского Ю.П.–М.:Изд-во«Армпресс»,2007.
21. . Строевой Устав ВСРФ–Новосибирск:Сиб.Унив.Изд-во,2008.



















