



**Муниципальное автономное учреждение
«Многофункциональный молодёжный центр
«Молодёжь Тобольска»
(МАУ «ММЦ «Молодёжь Тобольска»)**

8 микрорайон, 37, помещение 3а, г. Тобольск, Тюменская область, 626150, тел./факс (3456) 24-16-24, e-mail: crmpp_tob@obl72.ru



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ «ММЦ
«Молодёжь Тобольска»
О.И. Рыкова
2025г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«ЮНАРМЕЕЦ»**

Возраст обучающихся: 9-13 лет
Нормативный срок освоения программы: 1 год
Объем программы: 216 часов

Составитель:
Алескеров Юрий Сергеевич,
педагог дополнительного
образования.
Избенко Андрей Валерьевич,
педагог дополнительного
образования.

Принята на заседании методического совета
Протокол № 2 от «08» сентября 2025 г.

Тобольск, 2025

Содержание

Аннотация.....	3
Раздел I. Комплекс основных характеристик программы.....	4
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Целеполагание программы.....	7
1.3. Учебный план.....	9
1.4. Содержание учебного плана.....	11
Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий.....	14
2.1. Календарный учебный график.....	15
2.2. Методические материалы.....	15
2.3. Оценочные материалы.....	17
2.4. Рабочая программа на 2025-2026 учебный год.....	17
2.5. Рабочая программа воспитания.....	24
2.6. Календарный план воспитательной работы.....	26
2.7. Материально-техническое и кадровое обеспечение.....	27
Список литературы.....	29
Приложение I.....	30
Приложение II.....	36
Приложение III.....	42

Аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «ЮНАРМЕЕЦ»(далее –ДООП) направлена на физическое развитие и военно-патриотическое воспитание детей и подростков. Уровень реализации ДООП – стартовый.

ДООП предназначена для детей в возрасте 9-13лет. Состав группы: 15-20 человек. Состав группы постоянный, при отчислении ребенка из группы (по уважительной причине) возможно зачисление другого. Данная программа направлена на обучение не только мальчиков, но и девочек. Для зачисления в юнармейский отряд по данной образовательной программе воспитанникам необходимо предоставить медицинскую справку о допуске к занятиям физической культурой и спортом.

Срок реализации программы «ЮНАРМЕЕЦ» составляет 1 год. Объем программы – 216 часов. Зачисление на обучение осуществляется через Навигатор дополнительного образования Тюменской области (edo.72to.ru).

Учебные занятия по программе проводятся согласно расписанию, которое утверждает директором МАУ «ММЦ «Молодёжь Тобольска», с учетом возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм. Учебный год – 36 недель. Количество занятий в неделю, их продолжительность – 2 занятия по 3 академических часа или 3 занятия по 2 академических часа; 6 часов в неделю (216часов в год)с соблюдением обязательного 10-минутного перерыва (1 ак. час при очной форме обучения – 40 минут, при применении дистанционных образовательных технологий – 30 минут).

Форма обучения по программе – очная; форма реализации программы – очная с применением дистанционных образовательных технологий. Дистанционные образовательные технологии (далее – ДОТ) целесообразны в следующих ситуациях:

- при возникновении угрозы здоровью участников образовательного процесса (эпидемия, режим повышенной готовности, карантин, активированные дни и т.д.);
- при отсутствии необходимой материально-технической базы (ремонт кабинета/учреждения, внештатные ситуации – отключение водоснабжения, электричества, и т.д.);
- при болезни воспитанника, при невозможности посещать образовательное учреждение – для удовлетворения особых образовательных потребностей.

Использование технологий дистанционного обучения повышает доступность образования, позволяет более широко и полно удовлетворять образовательные запросы обучающихся. Образовательный процесс, реализуемый в дистанционной форме, предусматривает значительную долю самостоятельных занятий обучающихся, не имеющих возможности ежедневного посещения занятий. Дистанционная форма обучения при необходимости может реализовываться комплексно с другими, предусмотренными Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 23.05.2025) формами его получения.

При этом в учебный план и календарный учебный график вносятся соответствующие корректировки в части форм обучения, соотношения часов теории и практики, сроков и дат изучения отдельных тем.

При обучении в дистанционном формате занятия проходят с использованием средств коммуникации, предполагающих обмен информацией в удобное для каждого участника время (рассылка дидактического материала по электронной почте или в мессенджерах, изучение образовательных видеоуроков и т.д.).

Занятия отряда юнармии проходят в групповой форме. В конце каждого занятия подводятся итоги работы каждого обучающегося и группы в целом. Текущий контроль проводится в форме педагогического наблюдения на каждом занятии, а также в ходе учебного процесса – участие в военно-патриотических мероприятиях (акции, конкурсы, спартакиады, соревнования) различного уровня, выполнение индивидуальных заданий. В

середине учебного года (декабрь) с обучающимися проводится промежуточная аттестация в форме тестирования. Итоговая аттестация проводится с обучающимися в конце учебного года в форме тестирования/сдачи контрольных нормативов.

Программа реализуется на базе МАУ ДО «ДЮСШ №1» г. Тобольска на бесплатной основе.

Язык обучения по программе – русский.

Раздел I. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Курс молодого юнармейца» (далее - ДООП) составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Конституция Российской Федерации.
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 23.05.2025).
- Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» (ред. от 30.11.2024).
- Указ Президента России от 07 мая 2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года.
- Указ Президента РФ от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 г. № 604 «О дальнейшем совершенствовании военной службы в Российской Федерации».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» // Статья VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Требования к организации образовательного процесса, таблица 6.6) (ред. от 30.12.2022).
- Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (изм. 30.08.2024).
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- Распоряжение Правительства РФ от 01 июля 2024 г. № 1734-р «Об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2024-2026 г.г. основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации» (изм. от 21.10.2024).
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 года N 467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (изм. от 21.04.2023).
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Письмо Минпросвещения России от 31 января 2022 г. № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации

дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, включая разноуровневые программы).

- Устав Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «ЮНАРМИЯ», утверждённый Учредительным собранием 28.05.2016 г.

- Закон Тюменской области от 06.02.1997г. № 72 «О молодежной политике в Тюменской области» (изм. 18.06.2024).

- Распоряжение Правительства Тюменской области от 01.07.2022 №656-рп «О разработке и реализации региональной модели приема (зачисления) детей на обучение по дополнительным общеобразовательным программам» (изм. 17.07.2025 N 593-рп, вступают в силу с 01.09.2025).

- Паспорт регионального проекта «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации в Тюменской области» (01.01.2021 – 31.12.2025 гг.).

- Муниципальная программа «Развитие молодежной политики в городе (изм. от 18.11.2024).

- Положение о порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ муниципального автономного учреждения «Центр реализации молодежных и профилактических программ г. Тобольска», утверждено директором МАУ «ЦРМПП» от 27.05.2024.

- Устав МАУ «ММЦ «Молодёжь Тобольска».

ДООП направлена на военно-патриотическое, интеллектуально-культурное, физическое, нравственное воспитание и развитие обучающихся, их адаптацию к жизни в обществе.

Актуальность ДООП обусловлена тем, что патриотическое воспитание подрастающего поколения всегда являлась одной из важнейших задач дополнительного образования, так как это фундамент, который позволяет заложить основы для становления гражданского общества.

Патриотизм становится важнейшей ценностью, интегрирующей не только социальный, но и духовно-нравственный, идеологический, культурно-исторический, военно-патриотический и другие аспекты.

Программа отвечает запросам современного образования. Обучение по данной программе позволяет воспитывать юнармейцев в духе самоуважения, гордости, любви к Родине, приобщить к умению прийти на помощь не только сочувствием, но и делом; облегчает адаптацию в новых условиях жизнедеятельности, прививает навыки не теряться и не паниковать в непривычных для них условиях, а искать и принимать правильные решения для выхода из возникшей ситуации, нести ответственность не только за себя, но и находящихся рядом с ними товарищей. Кроме того, программа содействует первичной профориентации детей и подростков, раскрывая сущность и содержание военно-патриотической деятельности, развивая необходимые навыки и умения.

Многолетний опыт работы военно-патриотического центра «Россияне» подтверждает наличие постоянного устойчивого спроса на образовательную деятельность военно-патриотической направленности для различных возрастных групп детей. В годы активного развития Всероссийского движения «Юнармия», спрос на данную услугу увеличился в возрастной категории детей 9-13 лет.

Новизной Программы является то, что теоретические знания закрепляются практическими занятиями, которые развивают психологическую устойчивость, учат детей адаптироваться в стрессовых и экстремальных ситуациях. Выполнение ДООП обеспечивается через развитие у юнармейцев интереса к изучаемому материалу, через наличие большого количества практических занятий по различным темам, выходы на местность, участие в городских патриотических мероприятиях: акции, митинги, концерты,

участие в соревнованиях по военно-прикладным видам спорта различного уровня и т.д. Неотъемлемой частью обучения является контроль знаний, умений и практических навыков обучающихся.

Содержательные теоретические занятия и дополнительные патриотические мероприятия в рамках воспитательной работы по ДООП способствуют приобретению и повышению уровня общих и специфических знаний обучающихся о системе вооруженных сил России, об общем государственном строе страны, о героических страницах прошлого, а также о героях современного времени, что, несомненно, вносит весомый вклад в их нравственное развитие и гражданско-патриотическое воспитание. Наряду с этим, патриотическое и физическое воспитание являются эффективным средством профилактики асоциального поведения молодежи.

Отличительная особенность ДООП заключается в уникальности проведения занятий по начальной военной подготовке, состоящей из комплекса захватывающих и насыщенных мероприятий для юнармейцев с использованием полноценных макетов вооружения и снаряжения.

Программа составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ и с учётом задач, сформулированных Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения.

ДООП включает в себя:

1) *Специальная подготовка* – это организованный процесс планомерного усвоения обучаемыми определенной системы знаний как составной части их научно-теоретической подготовки, закладывающей основы тактического мышления, широкого военного кругозора, высоких морально-боевых и патриотических качеств, духовно-нравственных ценностей и ориентиров воинской службы, включающих в себя нравственные нормы и идеалы. Данный блок нацелен на воспитание, прежде всего, человека с высокоразвитым сознанием, способного на основе своих знаний о действительности самостоятельно формировать свое мировоззрение, оценивать значимость событий и самого себя, пересматривать свои потребности исходя из интересов коллектива, регулировать, осмысливать мотивы и последствия своих поступков, выискивать значимое «рациональное зерно» в каждом деле и самостоятельно принимать решение о своём общественно полезном поведении.

2) *Общая физическая подготовка* – это система занятий физическими упражнениями, направленная на развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость) в их наиболее оптимальном сочетании. Общая физическая подготовка обеспечивает базу для специальной физической подготовки в конкретном виде спорта, или специальной трудовой деятельности. ОФП является прекрасным инструментом для укрепления здоровья. При регулярных занятиях ОФП увеличивается сопротивляемость организма к неблагоприятным факторам, повышается иммунитет, укрепляется дыхательная и сердечно-сосудистая система организма.

Педагогическая целесообразность ДООП заключается в содействии разностороннему развитию обучающихся, формированию и становлению важных личностных качеств с учетом их физиологических и психологических особенностей. У обучающихся формируется способность к самостоятельному общефизическому развитию, психологическая устойчивость, осуществляется первоначальная подготовка к службе в Вооруженных Силах России, к защите Отечества (юноши), вырабатываются такие волевые качества, как целеустремленность, настойчивость, выдержка, самообладание. Программа реализуется на принципах воспитывающего обучения, при котором достигается органическая связь между приобретением знаний, умений, навыков, формированием эмоционально-целостного отношения к окружающему миру, работе в команде, к усваиваемому учебному материалу. программы заключается в содействии разностороннему развитию обучающихся.

Реализация программы создает условия для более разностороннего раскрытия индивидуальных способностей обучающихся, познавательных-исследовательских интересов, подготовки обучающихся не только к защите Родины, но и развитию у них желания активно участвовать в продуктивной, одобряемой обществом деятельности.

Программа ориентирована на юнармейцев от 9 до 13 лет. Зачисление на обучение осуществляется через Навигатор дополнительного образования Тюменской области (edo.72to.ru). Для зачисления в юнармейский отряд по данной образовательной программе воспитанникам необходимо предоставить медицинскую справку о допуске к занятиям физической культурой и спортом.

Срок и режим реализации Программы: 1 учебный год с интенсивностью проведения занятий 2 занятия по 3 академических часа или 3 занятия по 2 академических часа; 6 часов в неделю, 36 учебных недель (216 часов в год) с соблюдением обязательного 10-минутного перерыва. Продолжительность одного занятия – 40 минут. Продолжительность учебных занятий установлена с учетом возрастных особенностей обучающихся, допустимой нагрузки в соответствии с санитарными нормами и правилами, утвержденными СанПин 2.4.4.3172-14. Общий объем часов ДООП – 216 часов.

Формы организации образовательной деятельности. Занятия проводятся в разновозрастной группе с численностью – 15-20 человек.

Занятия отряда юнармии проходят в групповой форме. В конце каждого занятия подводятся итоги работы каждого обучающегося и группы в целом. Текущий контроль проводится в форме педагогического наблюдения на каждом занятии, а также в ходе учебного процесса – участие в военно-патриотических мероприятиях (акции, конкурсы, спартакиады, соревнования) различного уровня, выполнение индивидуальных заданий. В середине учебного года (декабрь) с обучающимися проводится промежуточная аттестация в форме тестирования. Итоговая аттестация проводится с обучающимися в конце учебного года в форме тестирования/сдачи контрольных нормативов.

1.2. Целеполагание программы

Цель ДООП – формирование физических, морально-психологических качеств и патриотического сознания у юнармейцев необходимых для социализации в современном мире.

Задачи ДООП:

Обучающие:

- изучение структуры и состава Вооруженных Сил Российской Федерации, назначение видов и родов войск, особенностей прохождения военной службы в рядах Российской армии
- развитие интереса к военной и государственной службе, к социально-значимой деятельности;
- формирование военно-прикладных навыков и умений, значимых для различных видов военно-профессиональной деятельности;
- овладение навыками начальной военной подготовки, приобретение опыта участия в соревнованиях.

Развивающие:

- способствовать развитию в юнармейской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности;
- развить навыки совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
- развивать умение поддерживать хорошую физическую форму;
- формировать умения четко и правильно выполнять строевые приёмы и действия, как без оружия, так и с оружием;
- развивать позитивные личностные качества: организаторские способности, ответственность, смелость, коммуникативность и др.

Воспитательные:

- воспитывать у юнармейцев гражданское сознание, верность Отечеству, готовность к выполнению конституционных обязанностей, чувство любви к Родине;
- воспитывать уважительное отношение к героической истории государства, его вооруженным силам;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни и активном отдыхе;
- воспитывать ответственность, сознательную дисциплину и культуру поведения;
- воспитывать силу воли, умение концентрироваться на выполнении поставленной цели, взаимовыручку.

Планируемые результаты освоения ДООП.

По итогам реализации Программы юнармейцы будут:

Знать (предметные результаты):

- знать правила оказания первой доврачебной медицинской помощи;
- меры безопасности при обращении с пневматическим оружием;
- правила поведения на занятиях, стрельбище, в тире;
- правила поведения на огневом рубеже;
- материальную часть пневматического оружия;
- основные виды прицелов и правила прицеливания;
- общие сведения о видах огнестрельного оружия;
- основы взаимодействия и тактики.

Уметь:

- строго и точно выполнять требования мер безопасности при обращении с оружием;
- строго и точно выполнять команды руководителя занятий (соревнований, стрельб);
- правильно принимать изготовку для стрельбы из положения стоя, с колена и сидя с упором на локти;
- правильно производить выстрел;
- стрелять на кучность попаданий;
- противостоять факторам, мешающим ведению стрельбы;
- воспитывать в себе смелость, решительность, настойчивость, целеустремленность, дисциплинированность и самообладание;
- правильно выполнять базовые приемы рукопашного боя;
- правильно выполнять комплекс физических упражнений.

Владеть навыками:

- самодисциплины, внимательности и сосредоточенности;
- работы в команде и взаимопомощи;
- безопасного обращения с оружием;
- оказания первой неотложной помощи;
- прикладными навыками и уверенности в своих силах;

У обучающихся будут развиты:

- интерес к военному делу;
- самостоятельность, ответственность, активность;
- психологическая устойчивость и адаптация к стрессовым и экстремальным ситуациям.

Метапредметные результаты:

- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей.

Личностные результаты:

- патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- готовность к служению Отечеству, его защите;

- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь и др.

1.3. Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Общегосударственная подготовка.	6	6	0	Тестирование (устный/письменный опрос)
2.	Раздел 2. Общевоинские Уставы ВС РФ	2	2	0	Тестирование (устный/письменный опрос)
3.	Раздел 3. Государственные символы России.	3	3	0	Тестирование (устный/письменный опрос)
3.1.	Государственная символика РФ	1	1	0	
3.2.	Символика Тюменской области, города Тобольска	1	1	0	
3.3.	Символика и атрибутика ВВПОД «Юнармия»	1	1	0	
4.	Раздел 4. Огневая подготовка. Практическое изучение материальной части оружия	32	8	24	Педагогическое наблюдение. Тестирование (устный/письменный опрос). Сдача контрольных нормативов. Участие в соревнованиях.
4.1.	Внешние и внутренние элементы Автомата Калашникова (АК)	4	4	0	
4.2.	Сборка, разборка АК	16	2	14	
4.3.	Снаряжение магазина	4	2	2	
4.4.	Метание гранат на точность	4	0	4	
4.5.	Метание гранат на дальность	4	0	4	
5.	Раздел 5. Оператор работы с Автоматом Калашникова	23	11	12	Педагогическое наблюдение. Тестирование (устный/письменный опрос). Сдача контрольных нормативов. Участие в соревнованиях.
5.1.	Техника безопасности удержания АК, стойка.	4	2	2	
5.2.	Примыкание и смена магазина	4	2	2	
5.3.	Положение тела и перемещения с автоматом	4	2	2	
5.4.	Правила поведения и выполнение команд в стрелковом тире	3	1	2	
5.5.	Положение тела и перемещения с автоматом: работа с укрытиями и смена плеча	4	2	2	
5.6.	Внештатные ситуации: поломки оружия и заклины	4	2	2	
6.	Раздел 6. Стрельба из пневматической винтовки МР-512	26	8	18	Педагогическое наблюдение.

6.1.	Обучение стрельбе из пневматической винтовки МР-512	18	4	14	Тестирование (устный/письменный опрос). Сдача контрольных нормативов. Участие в соревнованиях.
6.2.	Уход за оружием, чистка	8	4	4	
7.	Раздел 7. Общевоинсковая подготовка	45	11	34	Педагогическое наблюдение. Тестирование (устный/письменный опрос). Сдача контрольных нормативов. Участие в соревнованиях.
7.1.	Тактика. Передвижение, положение, укрытие	4	2	2	
7.2.	Тактика подразделений. Роли. Команды и взаимодействия.	7	3	4	
7.3.	Действие группы в условиях наступления и отхода	4	2	2	
7.4.	Строевая подготовка	30	4	26	
8.	Раздел 8. Первая медицинская помощь	14	5	9	Педагогическое наблюдение. Тестирование (устный/письменный опрос). Сдача контрольных нормативов. Участие в соревнованиях.
8.1.	Первая медицинская помощь и особенности ее оказания (ранения, кровотечения)	6	2	4	
8.2.	Правила оказания первой медицинской помощи (переломы, травмы)	6	2	4	
8.3.	Транспортировка пострадавшего/раненого	2	1	1	
9.	Раздел 9. Физическая подготовка	62	6	56	Педагогическое наблюдение. Сдача контрольных нормативов. Участие в соревнованиях разного уровня.
9.1.	Общая физическая подготовка	20	2	18	
9.2.	Атлетическое многоборье	12	2	10	
9.3.	Функциональное многоборье	12	0	12	
9.4.	Армейский рукопашный бой	18	2	16	
	Аттестация (входящая, промежуточная, итоговая)	3	0	3	Педагогическое наблюдение. Тестирование (устный/письменный опрос). Сдача контрольных нормативов. Участие в соревнованиях.
Итого		216	60	156	

1.4. Содержание учебного плана

Раздел 1. Общегосударственная подготовка, 6 часов

1.1. Введение в профессию (теория - 1 ч.)

Теория: Предназначение, задачи и состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Военно-профессиональная деятельность. Военная специальность и группы сходных воинских должностей. Профессиональное образование и подготовка офицера. Краткая история создания и развития системы допризывной подготовки к военной службе, ее задачи и традиции.

1.2. Военная история государства (теория - 4 ч.)

Теория: Основные события военной истории: битва на Чудском озере, Куликовская битва, Полтавское сражение, Бородинское сражение. Великая Отечественная война 1941-1945 гг. Дни Воинской славы России. Выдающиеся военачальники и полководцы.

1.3. Правовые основы организации обороны страны (теория - 1 ч.)

Теория: Конституция об обороне страны. Состав российских ВС на современном этапе. Воинская обязанность и формы ее реализации. Военная служба – особый вид государственной службы. Порядок прохождения военной службы.

Раздел 2. Общевоинские уставы ВС РФ, 2 часа

Теория: Устав внутренней службы ВС РФ. Дисциплинарный устав ВС РФ. Устав гарнизонной и караульной служб ВС РФ. Строевой устав ВС РФ.

Раздел 3. Государственные символы России, 3 часа

3.1. Государственная символика РФ (теория - 1 ч.)

3.2. Символика Тюменской области, города Тобольска (теория - 1 ч.)

3.3. Символика и атрибутика ВВПОД «Юнармия» (теория - 1 ч.)

Раздел 4. Огневая подготовка. Практическое изучение материальной части оружия (32 часа, теория – 8 ч., практика – 24 часа)

4.1. Внешние и внутренние элементы Автомата Калашникова (АК), 4 часа

Теория: История стрелкового оружия. Знакомство с внешними и внутренними элементами автомата. Назначение внешних и внутренних элементов Автомата Калашникова, (4 ч.)

4.2. Разборка-сборка АК-74М, 16 часов

Теория: Последовательность и правильность разборки-сборки АК-74М, (2 ч.)

Практика: Разборка-сборка АК-74М, (14 ч.)

4.3. Снаряжение магазина, 4 часа

Теория: Назначение магазина и принцип его работы. Правила его снаряжения, (2 ч.)

Практика: Снаряжение магазина патронами, (2 ч.)

4.4. Метание гранат на точность, 4 часа

Практика: Техника выполнения упражнения. Метание гранат в наземные мишени, оконные проемы, движущиеся цели.

4.5. Метание гранат на дальность, 4 часа

Практика: Техника выполнения упражнения с места, с бросковых шагов. Технические нюансы разбега, отведения и броска гранаты на дальность.

Раздел 5. Оператор работы с Автоматом Калашникова (23 часа)

5.1. Техника безопасности удержания АК, стойка, 4 часа

Теория: Правила обращения с оружием в руках. Нарушения и наказание за несоблюдение техники безопасности, (2 ч.)

Практика: Удержание АК, основные положения пост-патруль-контакт, (2 ч.)

5.2. Примыкание и смена магазина, 4 часа

Теория: Правила примыкания магазина к автомату. Правила смены старого магазина на новый, (2 ч.)

Практика: Примыкание и смена магазина, (2 ч.)

5.3. Положение тела и перемещения с автоматом, 4 часа

Теория: Техника безопасности перемещения с оружием в руках. Основные положения тела: «Стоя», «Колено», «Лёжа», (2 ч.)

Практика: Перемещение с оружием в руках. Изготовка из трёх положений, (2 ч.)

5.4. Правила поведения и выполнение команд в стрелковом тире, 3 часа

Теория: Техника безопасности перемещение с оружием в руках. Основные положения тела: «Оружие к бою», «Примкнуть магазин», «Дослать патрон в патронник», «Огонь», «Оружие к осмотру», (1 ч.)

Практика: Выполнение команд «Оружие к бою», «Примкнуть магазин», «Дослать патрон в патронник», «Огонь», «Оружие к осмотру», (2ч.)

5.5. Положение тела и перемещения с автоматом: работа с укрытиями и смена плеча, 4 часа

Теория: Техника безопасности положения тела и перемещение с автоматом. Работа с укрытиями и смена левого и правого плеча. Частичная выкладка, полная выкладка при стрельбе из автомата, (2 ч.)

Практика: Перемещение с оружием в руках. Изготовка из трёх положений. Работа при стрельбе с использованием укрытий, (2 ч.)

5.6. Внештатные ситуации: поломки оружия и заклины, 4 часа

Теория: Определение понятия «внештатная ситуация». Техника безопасности. Устранение заклинов и неполадок автомата, (2 ч.)

Практика: Действия при заклине, при попадании грязи в автомат, (2 ч.)

Раздел 6. Стрельба из пневматической винтовки МР-512 (26 часов)

6.1. Обучение стрельбе из пневматической винтовки МР-512, 18 часов

Теория: Пневматическая винтовка: тактико-технические характеристики. Техника безопасности. Правила и приёмы прицеливания. Ведение огня в положении стоя. Основы владения винтовкой, (4 ч.)

Практика: Стрельба из пневматической винтовки по мишеням. Обучение навыкам владения пневматической винтовкой, (14 ч.)

6.2. Уход за оружием, чистка, 8 часов

Теория: Важность поддержания оружия в технически исправном состоянии. Поддержание его чистоты. Уход за оружием, (4 ч.)

Практика: Основы чистки оружия с использованием ветоши и оружейных масел, (4 ч.)

Раздел 7. Общевоинская подготовка (45 часов)

7.1. Тактика. Передвижение, положение, укрытие, 4 часа

Теория: Определение понятия «тактика». Правила передвижения. Основы положения тела и использование укрытий, (2 ч.)

Практика: Взаимодействие и работа с укрытиями, (2 ч.)

7.2. Тактика подразделений. Роли. Команды и взаимодействия, 7 часов

Теория: Определение понятий «взаимодействие группы», «тактика подразделений». Распределение ролей в группе. Команды и взаимодействия. Правила взаимодействия группы в условиях рельефа местности, (3 ч.)

Практика: Правила взаимодействия группы в условиях рельефа местности: передвижение, взаимодействие, использование укрытий, (4 ч.)

7.3. Действие группы в условиях наступления и отхода, 4 часа

Теория: Обозначение терминов «наступление» и «отход». План действия группы в условиях операции, (2 ч.)

Практика: Передвижение, взаимодействие, использование укрытий в условиях наступления и отхода, (2 ч.)

7.4. Строевая подготовка, 30 часов.

Теория: Строй, команды и обязанности солдат перед построением и в строю. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю, (4 ч.)

Практика: Отработка строевых приемов и движений без оружия. Строевая стойка. Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы - снять», «Головные уборы - надеть». Строевая стойка. Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две и обратно. Движение строевым и походным шагом. Повороты в движении. Отдание воинской чести на месте и в движении в головном уборе и без него. Ответ на приветствие в движении. Выход из строя. Подход к начальнику. Возвращение в строй.

Отработка строевых приемов и движений с оружием. Строевая стойка с автоматом. Выполнение приемов «на ремень», «на грудь», «за спину», «оружие положить». Строи отделения. Построение отделения в развернутый и походный строй. Перестроение отделения из развернутого строя в походный и обратно. Размыкание и смыкание отделения. Движение отделения строевым и походным шагом. Повороты на месте. Отдание воинского приветствия строю. Ответы на приветствия и поздравления, (26 ч.).

Раздел 8. Первая медицинская помощь (14 часов)

8.1. Первая медицинская помощь и особенности ее оказания, 6 часов

Теория: Определение понятия «первая медицинская помощь». Общие понятия о ранениях и кровотечениях, их виды, первая помощь, (2 ч.)

Практика: Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при ранениях и кровотечениях, в том числе с использованием манекена человека, (4 ч.)

8.2. Правила оказания первой медицинской помощи при ранениях, 6 часов

Теория: Правила оказания первой медицинской помощи при переломах и травмах, (2 ч.)

Практика: Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при переломах и ранениях, (4 ч.)

8.2. Транспортировка пострадавшего/раненого, 2 часа

Теория: Основные правила и способы транспортировки пострадавших/раненых (1 ч.)

Практика: Отработка практических навыков по транспортировке пострадавшего/раненого, (1 ч.)

Раздел 9. Физическая подготовка(62 часа)

9.1 Общая физическая подготовка, 20 часов

Теория: Знакомство с терминологией, видами физических упражнений; изучение технических правил выполнения упражнений, (2 ч.)

Практика: Практическая отработка разных видов упражнений (18 ч.)

9.2. Атлетическое многоборье, 12 часов

Теория: Знакомство с понятием и основным содержанием атлетического многоборья (2 ч.)

Практика: Практическая отработка упражнений, (10 ч.)

Упражнения на перекладине: подтягивание, подъем переворотом, подъем силой, поднимание ног к перекладине. Правила выполнения упражнений на перекладине.

Толчок двух гирь по длинному циклу: техника выполнения, методика обучения, специальная физическая подготовка, правила соревнований.

Специальная физическая подготовка.

Результат в выполнении силовых упражнений на перекладине зависит от уровня развития силы и силовой выносливости мышц сгибателей, разгибателей рук и мышц брюшного пресса.

Подтягивание на перекладине:

- подтягивание на высокой перекладине хватом сверху;
- подтягивание на перекладине обратным хватом (снизу);
- подтягивание узким хватом, до касания перекладины шеей;
- подтягивание узким хватом вдоль перекладины, до касания то одним, то другим плечом или грудью;
- поочередное подтягивание на одной руке с помощью другой;
- подтягивание на одной руке, другая хватом за запястье;
- подтягивание с отягощением на поясе (ногах), с сопротивлением партнера;
- подтягивание на одной руке;
- подтягивание с отягощением или противодействием партнера.

Подъем силой:

- подводящие упражнения;

- подъем силой поочередным выходом в упор правой и левой рукой;
- подъем силой одновременно обеими руками.

Подъем переворотом:

- упражнение для мышц брюшного пресса;
- подводящие упражнения;
- подтягивание;
- подъем переворотом.

Упражнения для мышц брюшного пресса:

Для тренировки мышц брюшного пресса используют в основном три типа упражнений: поднятие ног при фиксированном верхнем отделе туловища (наибольшую нагрузку несет верхняя часть прямой мышцы живота), поднятие туловища при фиксированных ногах (наибольшую нагрузку несет нижняя часть прямой мышцы живота) и вращения, наклоны туловища (принимают участие косые мышцы живота).

9.3. Функциональное многоборье, 12 часов

Практика: Гимнастические упражнения на полу (отжимания в стойке на руках, отжимания с выпрыгиванием, подъем корпуса на скамье, приседания на одной ноге). Гимнастические упражнения в виси (выходы на перекладине, подтягивания на перекладине до груди, подтягивания на перекладине до подбородка, подъем ног к перекладине, подъем по канату, подъем переворотом на перекладине). Прыжковые упражнения (прыжки через скакалку в т.ч. с двойным оборотом, запрыгивания на коробку, прыжок в длину). Махи гириями, (12 ч.)

9.4. Армейский рукопашный бой, 18 часов

Теория: Знакомство с армейским рукопашным боем, видами и техникой выполнения приемов рукопашного боя, (2 ч.).

Практика: Практическое освоение и отработка приемов и техник армейского рукопашного боя, (16 ч.)

Техника нападения и защиты.

Стойки и передвижения. Удары руками, ногами, головой. Способы защиты: блоки, уходы с линии атаки, уклоны, нырки, захваты, болевые приемы, броски, освобождение от захватов, приемы борьбы лежа. Техника обезоруживания противника.

Аттестация, 3 часа (входящая (начальная), промежуточная, итоговая).

Сдача контрольных нормативов, тестирование, участие в соревнованиях, с целью анализа достижений юнармейцев в ходе и по окончании освоения ДООП.

Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Образовательный процесс начинается по мере набора группы. Общая продолжительность обучения по программе – 1 год (9 месяцев). Итоговая аттестация осуществляется после освоения обучающимися полного объема программы в форме тестирования (устный/письменный опрос)/сдачи контрольных нормативов/участия в соревнованиях.

Уровень сложности	Продолжительность обучения	Кол-во занятий в неделю, продолжительность одного занятия (мин)	Кол-во ак.ч. в неделю	Всего ак.ч.
Стартовый уровень	36 учебных недель (с 1 сентября по 31 мая)	3 раза в неделю по 2 ак. ч. (1 ак.ч. – 40 минут при очном обучении, 30 минут - при использовании ДОТ)	6	216
			Итого:	216

2.2. Методические материалы

Методика работы по программе характеризуется общим поиском эффективных технологий, позволяющих конструктивно воздействовать как на развитие физических качеств обучающихся, так и на решение их индивидуально-личностных проблем, так и на совершенствование среды их жизнедеятельности.

Программа реализуется с учетом физиологических, психологических и возрастных особенностей детей, предусматривает содействие разностороннему развитию обучающихся, формированию и становлению у них важных личностных качеств.

Вся структура обучения по программе, работа с обучающимися происходит с ориентацией на личностно-ориентированный и системно-деятельностный подходы.

Программа предполагает проведение теоретических и практических занятий, полевые выходы, организацию участия в соревнованиях.

Занятия по программе проводятся с применением современных образовательных технологий:

- технологии разноуровневого обучения;
- технология проблемного обучения;
- информационно-коммуникационные технологии;
- здоровьесберегающие технологии (одна из приоритетных технологий обучения по программе, поскольку сохранение и приумножение здоровья рассматривается одной из главных ценностей молодого поколения, будущих защитников Отечества);
- технология обучения в сотрудничестве (командная, групповая работа);
- проектная деятельность (применяется в рамках программы в большей степени в части реализации воспитательной программы).

Важнейшие требования к занятиям:

- дифференцированный подход к обучающимся с учетом их здоровья, физического развития, двигательной подготовленности;
- формирование у обучающихся навыков для самостоятельных занятий спортом и получения новых знаний;
- предполагается использовать методики, основанные на постепенном изучении программного материала.

Используемые методы организации деятельности по программе:

Метод убеждения – разъяснение, эмоционально-словесное воздействие, внушение, просьба.

Словесные методы – рассказ, лекция, беседа, дискуссия, опрос, этическая беседа, диспут, инструкция, объяснение.

Метод показа – демонстрация изучаемых действий, экскурсии, посещение соревнований и т.п.

Метод упражнения – систематическое выполнение и повторение изучаемых действий, закрепление полученных знаний, умений и навыков.

Метод состязательности – поддержание у обучающихся интереса к изучаемому материалу, проверка на практике действенности полученных знаний и умений, демонстрация и сравнение достижений обучающихся, определение успехов, ошибок и путей их исправления.

Анкетирование, опрос обучающихся. Позволяют выяснить состояние и динамику развития личностных качеств обучающихся и определить направления дальнейшего педагогического воздействия на обучающихся.

Работа с родителями (родительские собрания, родительский совет, индивидуальная работа: дает возможность для согласованного воздействия на учащегося, педагогов и родителей).

Практические занятия проводятся в группах с целью закрепления и совершенствования обучающихся ранее приобретенных навыков и умений, отработки

коллективных действий, а также для сплочения коллектива. В практике обучения применяется известный принцип: «Делай, как я».

Тактико-строевые занятия, как правило, предшествуют тактическим занятиям и проводятся с целью отработки обучающимися техники выполнения приемов и способов действий личного состава (подразделений) в определенных условиях обстановки. Приемы и способы действий могут отрабатываться путем их повторения. Переход к выполнению очередного вопроса осуществляется только после того, как отрабатываемые приемы и способы действий поняты и выполняются четко и правильно. Для каждого учебного вопроса создается тактическая обстановка.

В течение года с обучающимися проводятся экскурсии в военно-патриотические музеи, расположенные в образовательных учреждениях, городских музейных комплексах, а также в учреждениях специальных служб, где они знакомятся со стрелковым оружием, применяемым в ВС РФ, с жизнью и бытом военнослужащих, военной историей и т.д. В процессе проведения занятий по специальной подготовке педагог проводит инструктаж по технике безопасности. В конце каждого занятия проводится закрепление знаний, умений и навыков. Педагог проводит анализ работы обучающихся, акцентирует внимание на допущенные ошибки.

На занятиях используются, в сочетании, различные методы обучения:

- словесный (рассказ, беседа, диалог, объяснение);
- наглядный (рисунки, плакаты, таблицы, схемы, видеоматериалы);
- практический (графические работы, наблюдения, упражнения),
- метод игры (игра на развитие внимания, памяти, наблюдательности, глазомера);

на занятиях по специальной подготовке чаще всего применяют комбинированные методы (рассказ+использование плакатов, видеоматериала+упражнение и т.д.).

Воспитательная деятельность. Система методов воспитания основана на глубоком уважении человеческого достоинства обучающегося, всестороннем развитии его личности, духовных и физических сил, удовлетворении его растущих духовных потребностей. основным методом воспитания является метод убеждения, сочетаемый с методами примера, упражнения, поощрения, принуждения. Между всеми методами существует органическая связь и взаимозависимость. Именно она определяет сущность воспитательной технологии при реализации программы. Программой предусмотрен ряд мероприятий, направленных на воспитание патриотизма у обучающихся: беседы с детьми и подростками, посвященные Дням воинской славы, знаменитым, выдающимся людям РФ; беседы по прочитанным книгам и просмотренным фильмам. Мощным стимулом для воспитания духовно-нравственных ценностей у обучающихся являются экскурсии в музеи, к местным достопримечательностям, встречи с участниками Великой Отечественной войны и локальных войн, тружениками тыла, ветеранами труда, сотрудниками правоохранительных органов.

Алгоритм учебного занятия выглядит следующим образом:

- Организационный момент: проверка обучающихся.
- Вводная часть: тема занятия, определение цели и задачи: обучающая, развивающая, воспитательная.

- Ход занятия: проверка знаний, изложение нового материала, закрепление материала (теоретические или практические занятия).

- Заключительная часть: подведение итогов, проверка полученных знаний и умений. В ходе реализации программы используется дидактический материал: плакаты, фотографии, наглядные пособия по направлениям подготовки.

2.3. Оценочные материалы

Для отслеживания уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции, целесообразно использовать следующие формы контроля: начальный, промежуточный, итоговый.

1. Начальный контроль – проверка начальных знаний, сдача входных нормативов по физической подготовке.

2. Промежуточный контроль – оперативная и динамичная проверка результатов обучения, сопутствующая процессу выработки и закрепления умений и навыков обучающихся (проверка знаний). Контрольное занятие может быть проведено в форме беседы, опроса, тестирования, зачётного занятия, полевого выхода и др., учитывая содержание дисциплины.

3. Итоговый контроль – оценка результатов обучения за полугодие, год (зачет). В конце полугодия, учебного года обучающиеся сдают зачет по теоретической части, а также нормативы по физической подготовке. Результаты сдачи нормативов, результаты участия обучающихся в соревнованиях по тематике ДООП заносятся в протоколы.

В ходе проверки оцениваются:

- техника выполнения двигательных действий;
- знания;
- методические умения обучающихся.

На начальных этапах обучения (сентябрь-октябрь) обучающиеся сдают входные нормативы по физической подготовке.

Итоговый контроль осуществляется в 2 этапа:

- 1) устный/письменный зачет по содержанию программы;
- 2) практический этап (сдача контрольных нормативов).

Техника выполнения двигательных действий оценивается следующим образом:

- «Зачет» - если упражнение выполнено согласно описанию, без ошибок, четко, легко, уверенно, слитно в надлежащем ритме.

- «Не зачет» - если упражнение выполнено согласно описанию, в своей основе верно, но с одной значительной или тремя незначительными ошибками.

- «Неудовлетворительно»- если упражнение не выполнено, выполнено с грубой ошибкой или число других ошибок более трех.

Характер ошибок определяется на единой основе: незначительные ошибки - неточное выполнение деталей техники, практически не ведущих к снижению результата, качественных показателей двигательного действия; значительные ошибки - отклонение от правильного выполнения, не нарушающие структуру двигательного действия, его основы, но снижающим его результативность, количественные показатели (нарушение ритма, потеря темпа, недостаточная амплитуда, неустойчивые показатели тела и т.д.).

Грубые ошибки – отклонения от правильного (эталонного) выполнения техники, нарушающие структуру, искажающие основу техники двигательного действия, приводящие к значительному снижению результатов.

Формы аттестации по ДООП: опрос, тестирование, сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях разного уровня.

2.4. Рабочая программа на 2025-2026 учебный год

Цель: формирование представления обучающихся об общем государственном устройстве, структуре Вооруженных Сил РФ и их предназначении, ознакомление с основными видами военно-прикладных видов спорта.

Задачи:

Обучающие:

- формировать у детей высокий уровень духовно-нравственного развития, чувство причастности к историко-культурной общности российского народа и судьбе России;
- формировать внутреннюю позицию личности по отношению к окружающей социальной действительности;
- познакомить обучающихся с основными этапами развития русского военного искусства;

- изучить боевые свойства и материальную часть стрелкового оружия, правила его сбережения и хранения, меры безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб;
- обучить правилам прицеливания и стрельбы из стрелкового оружия;
- освоить и совершенствовать дисциплины общей и специальной физической подготовки.

Развивающие:

- способствовать развитию в юнармейской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности;
- развить навыки совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
- развивать умение поддерживать хорошую физическую форму;
- формировать умения чётко и правильно выполнять строевые приёмы и действия, как без оружия, так и с оружием;
- развивать позитивные личностные качества: организаторские способности, ответственность, смелость, коммуникативность и др.

Воспитательные:

- воспитывать у юнармейцев гражданское сознание, верность Отечеству, готовность к выполнению конституционных обязанностей, чувство любви к Родине;
- воспитывать уважительное отношение к героической истории государства, его вооруженным силам;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни и активном отдыхе;
- воспитывать ответственность, сознательную дисциплину и культуру поведения;
- воспитывать силу воли, умение концентрироваться на выполнении поставленной цели, взаимовыручку.

Календарно-тематическое планирование ДООП

№ п/п	Дата проведения	Раздел, тема	Кол-во часов	Форма проведения занятия	Форма контроля
	Сентябрь (24 ч.)	Вводное занятие. Входящая аттестация	1		Педагогическое наблюдение, опрос, сдача контрольных нормативов.
		Тема 1.1. Введение в профессию. Тема 1.3. Правовые основы организации обороны страны	2	лекционное занятие	
		Тема 2.1. Общевоинские уставы ВС РФ	2	лекционное занятие	
		Тема 3.1. Государственная символика РФ	1	лекционное занятие	
		Тема 4.1. Внешние и внутренние элементы Автомата Калашникова(АК)	2	лекционное занятие	
		Тема 4.1. Внешние и внутренние элементы Автомата Калашникова (АК)	2	лекционное занятие	
		Тема 4.2. Сборка, разборка АК	2	лекционное занятие	
		Тема 4.2. Сборка, разборка АК	2	практическое занятие	
		Тема 7.4. Строевая подготовка	2	лекционное занятие	

		Тема 9.1. Общая физическая подготовка	2	лекционное занятие			
		Тема 9.1. Общая физическая подготовка	4	практическое занятие			
		Тема 9.4. Армейский рукопашный бой	2	лекционное занятие			
	Октябрь (24 ч.)	Тема 7.1. Тактика. Передвижение, положение, укрытие	2	лекционное занятие	Педагогическое наблюдение, опрос, сдача контрольных нормативов. Соревнования.		
		Тема 4.2. Сборка, разборка АК	2	практическое занятие			
		Тема 5.1. Техника безопасности удержания АК, стойка	2	лекционное занятие			
		Тема 5.1. Техника безопасности удержания АК, стойка	2	практическое занятие			
		Тема 1.2. Военная история государства	2	лекционное занятие			
		Тема 7.4. Строевая подготовка	2	практическое занятие			
		Тема 9.4. Армейский рукопашный бой	2	практическое занятие			
		Тема 9.1. Общая физическая подготовка	2	практическое занятие			
		Тема 9.3. Функциональное многоборье	2	практическое занятие			
		Тема 9.2. Атлетическое многоборье	2	лекционное занятие			
		Тема 9.2. Атлетическое многоборье	2	практическое занятие			
		Тема 9.4. Армейский рукопашный бой	2	практическое занятие			
		Ноябрь (24 ч.)	Тема 7.2. Тактика подразделений. Роли. Команды и взаимодействия	2		лекционное занятие	Педагогическое наблюдение, опрос, сдача контрольных нормативов. Соревнования.
			Тема 3.3. Символика и атрибутика ВВПОД «Юнармия»	1		лекционное занятие	
	Тема 3.2. Символика Тюменской области, города Тобольска		1	лекционное занятие			
	Тема 5.4. Правила поведения и выполнение команд в стрелковом тире		2	лекционное занятие			
	Тема 7.4. Строевая подготовка		2	лекционное занятие			
	Тема 1.2. Военная история государства		2	лекционное занятие			
	Тема 4.2. Сборка, разборка АК		2	практическое занятие			
	Тема 4.3. Снаряжение		2	практическое			

		магазина		занятие	
		Тема 9.1. Общая физическая подготовка	2	практическое занятие	
		Тема 9.2. Атлетическое многоборье	2	практическое занятие	
		Тема 9.3. Функциональное многоборье	2	практическое занятие	
		Тема 9.4. Армейский рукопашный бой	2	практическое занятие	
		Тема 7.4. Строевая подготовка	2	практическое занятие	
	Декабрь (24 ч.)	Тема 5.2. Примыкание и смена магазина	2	лекционное занятие	Педагогическое наблюдение, опрос, сдача контрольных нормативов. Соревнования.
		Тема 4.2. Сборка, разборка АК	2	практическое занятие	
		Тема 7.2. Тактика подразделений. Роли. Команды и взаимодействия	2	практическое занятие	
		Тема 8.1. Первая медицинская помощь и особенности ее оказания (ранения, кровотечения)	2	лекционное занятие	
		Тема 8.1. Первая медицинская помощь и особенности ее оказания (ранения, кровотечения)	2	практическое занятие	
		Тема 4.4. Метание гранат на точность	2	практическое занятие	
		Тема 7.4. Строевая подготовка	2	практическое занятие	
		Тема 9.1. Общая физическая подготовка	2	практическое занятие	
		Тема 9.2. Атлетическое многоборье	2	практическое занятие	
		Тема 9.3. Функциональное многоборье	2	практическое занятие	
		Тема 9.4. Армейский рукопашный бой	2	практическое занятие	
		Тема 7.2. Тактика подразделений. Роли. Команды и взаимодействия	1	лекционное занятие	
		Промежуточная аттестация	1	сдача контрольных нормативов	
		Январь (16 ч.)	Тема 6.1. Обучение стрельбе из пневматической винтовки МР-512	2	
	Тема 6.1. Обучение стрельбе из пневматической винтовки МР-512		2	практическое занятие	
	Тема 7.2. Тактика		2	практическое	

		подразделений. Роли. Команды и взаимодействия		занятие			
		Тема 7.3. Действие группы в условиях наступления и отхода	2	лекционное занятие			
		Тема 7.4. Строевая подготовка	2	практическое занятие			
		Тема 9.1. Общая физическая подготовка	2	практическое занятие			
		Тема 9.3. Функциональное многоборье	2	практическое занятие			
		Тема 9.4. Армейский рукопашный бой	2	практическое занятие			
	Февраль (26 ч.)	Тема 6.1. Обучение стрельбе из пневматической винтовки МР-512	2	лекционное занятие	Педагогическое наблюдение, опрос, сдача контрольных нормативов. Соревнования.		
		Тема 6.2. Уход за оружием, чистка	2	лекционное занятие			
		Тема 6.2. Уход за оружием, чистка	2	практическое занятие			
		Тема 8.1. Первая медицинская помощь и особенности ее оказания (ранения, кровотечения)	2	практическое занятие			
		Тема 8.2. Правила оказания первой медицинской помощи (переломы, травмы)	2	лекционное занятие			
		Тема 7.4. Строевая подготовка	4	практическое занятие			
		Тема 7.1. Тактика. Передвижение, положение, укрытие	2	практическое занятие			
		Тема 7.3. Действие группы в условиях наступления и отхода	2	практическое занятие			
		Тема 6.1. Обучение стрельбе из пневматической винтовки МР-512	2	практическое занятие			
		Тема 9.1. Общая физическая подготовка	2	практическое занятие			
		Тема 9.2. Атлетическое многоборье	2	практическое занятие			
		Тема 9.4. Армейский рукопашный бой	2	практическое занятие			
		Март (26 ч.)	Тема 8.2. Правила оказания первой медицинской помощи (переломы, травмы)	2		практическое занятие	Педагогическое наблюдение, опрос, сдача контрольных нормативов. Соревнования.
			Тема 4.2. Сборка, разборка АК	2		практическое занятие	
	Тема 5.3. Положение тела и перемещения с автоматом		2	лекционное занятие			
	Тема 5.3. Положение тела и		2	практическое			

		перемещения с автоматом		занятие	
		Тема 6.1. Обучение стрельбе из пневматической винтовки МР-512	2	практическое занятие	
		Тема 6.2. Уход за оружием, чистка	2	лекционное занятие	
		Тема 5.5. Положение тела и перемещения с автоматом: работа с укрытиями и смена плеча	2	лекционное занятие	
		Тема 5.5. Положение тела и перемещения с автоматом: работа с укрытиями и смена плеча	2	практическое занятие	
		Тема 7.4. Стрелевая подготовка	2	практическое занятие	
		Тема 4.4. Метание гранат на точность	2	практическое занятие	
		Тема 9.1. Общая физическая подготовка	2	практическое занятие	
		Тема 9.3. Функциональное многоборье	2	практическое занятие	
		Тема 9.4. Армейский рукопашный бой	2	практическое занятие	
	Апрель (26 ч.)	Тема 7.4. Стрелевая подготовка	6	практическое занятие	Педагогическое наблюдение, опрос, сдача контрольных нормативов. Соревнования.
		Тема 5.6. Внештатные ситуации: поломки оружия и заклины	2	лекционное занятие	
		Тема 5.6. Внештатные ситуации: поломки оружия и заклины	2	практическое занятие	
		Тема 4.2. Сборка, разборка АК	2	практическое занятие	
		Тема 8.2. Правила оказания первой медицинской помощи (переломы, травмы)	2	практическое занятие	
		Тема 8.3. Транспортировка пострадавшего/раненого	2	лекционное занятие/ практическое занятие	
		Тема 4.5. Метание гранат на дальность	2	практическое занятие	
		Тема 6.1. Обучение стрельбе из пневматической винтовки МР-512	2	практическое занятие	
		Тема 6.2. Уход за оружием, чистка	2	практическое занятие	
		Тема 9.2. Атлетическое многоборье	2	практическое занятие	
		Тема 9.3. Функциональное многоборье	2	практическое занятие	

	Май (26 ч.)	Тема 7.4. Строевая подготовка	6	практическое занятие	Педагогическое наблюдение, опрос, сдача контрольных нормативов. Соревнования.
		Тема 4.2. Сборка, разборка АК	2	практическое занятие	
		Тема 4.3. Снаряжение магазина	2	практическое занятие	
		Тема 5.2. Примыкание и смена магазина	2	практическое занятие	
		Тема 6.1. Обучение стрельбе из пневматической винтовки МР-512	6	практическое занятие	
		Тема 5.4. Правила поведения и выполнение команд в стрелковом тире	1	практическое занятие	
		Тема 4.5. Метание гранат на дальность	2	практическое занятие	
		Тема 9.1. Общая физическая подготовка	2	практическое занятие	
		Тема 9.4. Армейский рукопашный бой	2	практическое занятие	
		Итоговая аттестация	1	тестирование, сдача контрольных нормативов	

Перечень знаний и умений, которыми должны овладеть воспитанники по итогам освоения ДООП.

Предметные результаты:

знать:

- знать правила оказания первой доврачебной медицинской помощи;
- меры безопасности при обращении с пневматическим и огнестрельным оружием;
- правила поведения на занятиях, стрельбище, в тире;
- правила поведения на огневом рубеже;
- основы стрельбы из стрелкового оружия;
- материальную часть пневматического и малокалиберного оружия;
- основные виды прицелов и правила прицеливания;
- общие сведения о видах огнестрельного оружия;
- основы взаимодействия и тактики;

уметь:

- строго и точно выполнять требования мер безопасности при обращении с оружием;
- строго и точно выполнять команды руководителя занятий (соревнований, стрельб);
- правильно принимать изготовку для стрельбы из положения стоя, с колена и сидя с упором на локти;
- правильно производить выстрел;
- стрелять на кучность попаданий;
- противостоять факторам, мешающим ведению стрельбы;
- воспитывать в себе смелость, решительность, настойчивость, целеустремленность, дисциплинированность и самообладания;
- правильно выполнять базовые приёмы рукопашного боя;
- правильно выполнять комплекс физических упражнений.

владеть навыками:

- самодисциплины, внимательности и сосредоточенности;
- работы в команде и взаимопомощи;
- безопасного обращения с оружием;
- оказания первой неотложной помощи;
- прикладными навыками и уверенности в своих силах;

У обучающихся будут развиты:

- интерес к военному делу;
- самостоятельность, ответственность, активность;
- психологическая устойчивость и адаптация к стрессовым и экстремальным ситуациям.

Метапредметные результаты:

- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей.

Личностные результаты:

- патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь и др.

2.5. Рабочая программа воспитания

8.1. Анализ проблемного поля. Контингент обучающихся по ДООП составляет возрастная группа в возрасте от 9-13 лет, характеризующаяся специфическими возрастными особенностями, обусловленными начальным переходным возрастным периодом. Наряду с этим, большое внимание уделяется вопросу привлечения к деятельности юнармии несовершеннолетних, относящихся к категории социально незащищенных групп населения или находящихся в социально опасном положении (дети, состоящие на учете в КДН, находящиеся под опекой и т.д.).

Воспитательная работа с воспитанниками нацелена на развитие навыков работы в команде, формирование товарищества, дружелюбия, отзывчивости и готовности к взаимовыручке, личной организованности, самостоятельности, дисциплинированности, стремлению к активной практической деятельности. Отдельное внимание уделяется профилактике правонарушений, стремлению к поддержанию здорового образа жизни.

8.2. Целеполагание программы.

Цель: создание благоприятных условий, воспитательно-поддерживающей и познавательной среды, направленной на сплочение коллектива обучающихся, а также на всестороннее развитие личности каждого воспитанника в сфере патриотического, гражданского, духовно-нравственного воспитания, успешной адаптации и социализации в обществе, начальное профессиональное самоопределение.

Задачи:

- обучить детей правилам поведения в коллективе;

- формировать у обучающихся чувство дружбы и товарищества;
- воспитать чувство ответственного отношения за свои поступки;
- привить навыки здорового образа жизни;
- формировать патриотизм обучающихся, чувство гордости за малую Родину;
- содействовать начальному профессиональному самоопределению.

Планируемые результаты:

- обучающиеся знают и применяют на практике правила поведения в коллективе, способны адекватно выбирать формы и стили общения в различных ситуациях;
- воспитанники способны оценивать собственные поступки и просчитывать их последствия;
- обучающиеся осознают ценность и значимость ведения здорового образа жизни;
- обучающиеся способны работать в команде, уровень по отношению к окружающим агрессивности снижен;
- дети с уважением относятся к традициям страны и малой Родины, знают историю страны чтят память ее Героев.

8.3. Формы и содержание деятельности, особенности воспитательного процесса по программе.

Содержание воспитательного процесса обусловлено целями, задачами и интересами учебно-воспитательного процесса и основывается на общечеловеческих ценностях, на сущностной природе человека. По результатам анализа проблемного поля были выделены основные направленности воспитательного процесса: социальная, профилактическая, нравственная, здоровьесберегающая, патриотическая, интеллектуальная.

Перечисленные направления используются в воспитательном процессе в комплексе, что дает возможность формировать человека как целостный феномен, в котором гармонично развиваются и совершенствуются все его индивидуальные качества личности. В содержание деятельности воспитательного процесса включены мероприятия в разных формах: патриотические квест-игры, викторины, акции, конкурсы, беседы, митинги, полевые выходы, и т.д. Разнообразие активных форм деятельности в воспитательном процессе способствует формированию необходимых качеств личности обучающихся и реализации поставленной цели.

Система методов воспитания основана на глубоком уважении человеческого достоинства обучающегося, всестороннем развитии его личности, духовных и физических сил, удовлетворении его растущих духовных потребностей. Основным методом воспитания является метод убеждения, сочетаемый с методами примера, упражнения, поощрения, принуждения. Между всеми методами существует органическая связь и взаимозависимость. Именно она определяет сущность воспитательной технологии при реализации программы.

В рамках программы обучающиеся также принимают участие в городских, районных, областных мероприятиях патриотической направленности. Целью массовых мероприятий является создание условий для успешной социализации и эффективной самореализации молодежи, развитие творческого потенциала, привлечение к занятиям спорта, формирование у воспитанников высоких гражданских, патриотических и духовно-нравственных качеств.

Все массовые мероприятия носят ежегодный характер. В мероприятиях традиционно принимают участие ветераны войны, локальных конфликтов, представители общественных организаций и молодежных движений.

2.6. Календарный план воспитательной работы

Месяц	Мероприятия различной направленности, организуемые для обучающихся (с возможным участием родителей)	Массовые мероприятия различного уровня, в которых обучающиеся могут принять участие (в т.ч. с родителями)	Конкурсные мероприятия, соревнования различного уровня
-------	---	---	--

Сентябрь	<p>Инструктаж по ТБ и ПБ (профилактическая).</p> <p>День открытых дверей</p> <p>Урок памяти «Терроризм – угроза обществу» (патриотическая).</p> <p>Урок памяти «Зоя Космодемьянская – народная героиня»</p> <p>Профилактические беседы по БДД, профилактике пожаров, асоциальных явлений и др.</p>	<p>Участие в акции «Пусть осень жизни будет золотой» (социокультурная).</p> <p>Экологический квест «Чистые Игры-Чистый Тобольск.</p> <p>Игры-Чистый Тобольск.</p> <p>Менделеев-парк»</p> <p>Участие в акции по посадке деревьев в рамках программы «1000 деревьев»</p>	-
Октябрь	<p>Митинг, посвящённый Дню памяти жертв политических репрессий</p>	<p>Городская благотворительная акция «Подари тепло солдату».</p> <p>Урок памяти, посвященный Дню памяти жертв политических репрессий</p>	<p>Городской военизированной кросс «Тяжело в учении – легко в бою»</p>
Ноябрь	<p>Тематическое мероприятие «На Родине Д.И. Менделеева», посвященное Дню рождения Конька-Горбунка.</p> <p>Профилактическая беседа: «Профилактика употребления табака. Вейпинг».</p> <p>Беседа «Профилактика возникновения пожаров»</p>	<p>Патриотическая акция «Бессмертный полк – освобождение Киева»</p> <p>Реализация проекта «Диалоги с Героями»: «Встреча с ветеранами», «Встреча с Героями Советского Союза, Российской Федерации».</p> <p>Всероссийская военно-патриотическая акция «Пишу тебе, Герой!»</p>	<p>III этап городской спартакиады по военно-прикладным видам спорта</p>
Декабрь	<p>Профилактические беседы</p>	<p>Митинг, посвященный Дню Героев Отечества.</p> <p>Реализация проекта «Диалоги с Героями». Урок памяти «Имя твое неизвестно, подвиг твой бессмертен», посвященный Дню неизвестного солдата</p> <p>Всероссийская акция «Спасибо Героям» (письма с поздравлением с Новым Годом).</p> <p>Мероприятия, посвященные Дню Конституции</p>	<p>Городской турнир по армейскому рукопашному бою.</p>
Январь	<p>Инструктаж по ТБ и ПБ (профилактическая)</p> <p>Профилактические беседы.</p> <p>Урок мужества «900 Блокадных дней».</p>	<p>Патриотическая акция «Блокадный хлеб»</p>	-
Февраль	<p>Патриотическая акция «Тепло родного дома»</p> <p>Мероприятия ко дню разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (1943г.)</p>	<p>Реализация проекта «Диалоги с Героями».</p> <p>Цикл мероприятий, посвященных Дню защитника Отечества</p> <p>Цикл мероприятий, посвященных Дню вывода советских войск из Афганистана.</p> <p>Всероссийские акции, посвященные 23 февраля.</p>	<p>Муниципальный этап Всероссийской военно-патриотической игры «Зарница 2.0»</p>

<i>Март</i>	Пятиминутки «Опасности тонкого льда», «Будь внимателен!», «Интернет безопасность» и др.(профилактическая).	Реализация проекта «Диалоги с Героями». Цикл мероприятий, приуроченных ко Дню воссоединения Крыма с Россией. Городская акция «Для Вас, любимые». Всероссийские акции, посвященные 8 марта.	Городской турнир на радиоуправляемых танках «Стальная Гвардия»
<i>Апрель</i>	Профилактические беседы. Эко-квест «Чистые Игры – Чистый Тобольск». Участие в митинге, посвящённом Дню памяти участников ликвидации последствий, радиационных аварий и катастроф.	Реализация проекта «Диалоги с Героями». Марафон мероприятий ко Дню космонавтики: космическая зарядка, урок мужества, виртуальная экскурсия, вручение поздравительных открыток. Урок мужества «Сроку давности не подлежит». Познавательные экскурсии. Урок памяти «Такое пусть не повторится» (в рамках годовщины аварии на ЧАЭС).	I этап городской спартакиады по военно-прикладным видам спорта.
<i>Май</i>	Профилактические беседы. Познавательные экскурсии. Родительское собрание по итогам учебного года, участию в палаточном лагере «Авангард» (г. Тобольск) в июле-августе 2026 г.	Всероссийские акции «Георгиевская лента», «Окна Победы» Шествие в бессмертном полку, митинг, посвященные Дню Победы. Участие в торжественном митинге, посвященном Дню пограничных войск России. Торжественное построение по итогам учебного года.	Городской смотр-конкурс по строевой подготовке, посвящённый памяти А.Г. Мельникова.

2.7. Материально-техническое и кадровое обеспечение

2.7.1. Материально-техническое обеспечение

ДООП «ЮНАРМЕЕЦ» реализуется на базе МАУ ДО «ДЮСШ №1» г. Тобольска. Учреждение обладает всей необходимой материально-технической базой и помещениями для реализации программы. При организации занятий по программе используется: лекционный класс, который оборудован рабочими местами (столы, стулья), оргтехникой (ноутбук, проектор) и наглядными пособиями (информационные стенды); зал АРБ, в котором имеется все необходимое оборудование (гимнастические маты, лапы, макивары, боксерские груши, краги, защитные шлемы, панцири, футы и т.д.) для освоения навыков армейского рукопашного боя, общей физической подготовки (спортивный инвентарь). Также для реализации содержания программы имеется следующее: медицинские аптечки, противогазы, огнетушители, макеты автомата Калашникова, пневматические винтовки, макеты пистолета Макарова, мишенные установки, мишени, противопехотные и противотанковые мины, учебные ручные гранаты, палатки, спальные мешки и т.д.

2.7.2. Кадровое обеспечение

	Должность	Образование	Специальная подготовка	Квалификация
Минимальные требования	Педагог дополнительного образования	Базовое профильное образование	Курсы повышения квалификации не реже одного раза в 3 года	Не имеет значения

Список литературы

1. Бачевский В.И. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан. М., 2001.
2. Быков А. К., Мельниченко И. И. Патриотическое воспитание школьников в учебном процессе. Методическое пособие — М.: ТЦ Сфера, 2007.
3. Военная топография. Учебное пособие по «Основам военной службы». Под общ. ред. Егорова В.П. М., 2001.
4. Дворкин А.Д. Пневматическое оружие. Стрельба, эксплуатация, ремонт, оборудование тира. М., 2001.
5. Жуковский В., Ковалев С., Петров И. Пистолет в ближнем бою. Анатомия стрельбы. М., 2000.
6. Жуковский В., Ковалев С., Петров И. Психология стрельбы. М., 2003.
7. Истомин А.Ф. Самооборона: право и необходимые пределы. М., 2005.
9. Мельниченко И. И., Мешков А. В., Мешкова С. И. Методика организации и проведения военно-полевых сборов. – А.: 2005.
10. Методические рекомендации по организации и выполнению мероприятий повседневной деятельности в воинской части. Книга 1. Организация боевой подготовки. Под общ. ред. Квашина А.В. М., 2003.
11. Нефедов А.А.Тактическая подготовка. М.: Библиотечка «Военные знания», - 2007
12. Николаев Г. Воспитание гражданских качеств подростков в детских общественных объединениях. Екатеринбург. 2004.
12. Огневая подготовка. Учебное пособие по «Основам военной службы». Под общ. ред. Егорова В.П. М., 2002.
13. Реализация приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» на территории Тюменской области. Информационно-методический сборник регионального модельного центра / Автор-составитель С.В. Хохлова. Выпуск № 1. – Тюмень: Тюменский издательский дом, 2017. – 108 с.
14. Рукопашный бой. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. М., 2004.
15. Строевая подготовка. Учебное пособие по «Основам военной службы». Под общ. ред. Егорова В.П. М., 2001.
16. Теория и методика физической подготовки учащейся молодежи к военной службе/ В.В. Шевцов, А.В. Шевцов, В.В. Шевцова, В. Шевцов – БРО АВН, 2013 – 300 с.
17. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. «Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации», 2010.
18. Шепелевич Г.Г. Сборник нормативных правовых актов, регулирующих отношения в сфере образования Тюменской области. Часть 2. Тюмень. 2005.
19. Ширшов В.Д. Основы военно-патриотического воспитания. Учебное пособие / Под ред. В.Д. Ширшова, 2021.

Аттестация юнармейцев

Оценочные материалы

Задания, позволяющие определить достижение обучающимися планируемых результатов:

Дисциплина	Форма
Основы тактической подготовки	Тестирование/ игра с применением тактических приемов
Огневая подготовка	Внутреннее соревнование, выполнение нормативов Контрольные нормативы по огневой подготовке: - <u>стрельба из пневматической винтовки</u> : отлично – 43 очка, хорошо – 40 очков, удовлетворительно – 38 очков, неудовлетворительно – менее 38 очков; - <u>сборка-разборка АК -74М</u> : отлично – 45 с, хорошо – 50 с, удовлетворительно – 55 с, неудовлетворительно – более 55 с.
Строевая подготовка	Строевой смотр, в ходе которого проверяется слаженность, одиночные строевые упражнения, знание устава строевого смотра, слаженность подразделения, строевые упражнения с оружием.
Основы начальной медицинской подготовки	Контрольные занятия, в которых обучающиеся показывают практические навыки: правильность оказания первой медицинской помощи (при переломах, переохлаждении и перегреве), проводят эвакуацию раненного.

3. Физическая подготовка

Проводятся контрольные занятия, в ходе которых обучающийся должен показать: выносливость, быстроту, ловкость и силу, умение владеть приемами рукопашного боя. Сдача нормативов.

- сгибание и разгибание туловища в положении на спине:

отлично – 100 раз,
хорошо – 80 раз,
удовлетворительно – 70 раз,
неудовлетворительно – менее 70 раз;

- подтягивание на перекладине:

отлично – 14 раз,
хорошо – 10 раз,
удовлетворительно – 8 раз,
неудовлетворительно – менее 8 раз,

- бег 100 метров:

отлично – 13,5 с,
хорошо – 14 с,
удовлетворительно – 15 с,
неудовлетворительно – более 15 с.

**Перечень основных строевых приемов
и наиболее характерные ошибки при их выполнении**

Приемы	Недостатки
Внешний вид	Обмундирование грязное, неотглаженное, обувь нечищенная. Неаккуратная прическа. Данный недостаток нельзя устранить на месте, находясь в строю.
Строевая стойка	Носки ног развернуты не по линии фронта и не на ширину ступни, каблук не поставлены вместе, грудь не приподнята, живот не подобран. Кисти рук не посередине бедер, держатся ладонями назад. Корпус не подан вперед. Голова опущена.
Повороты на месте и в движении	При поворотах на месте кисти рук отрывались от корпуса. Ноги в коленях сгибаются. Поворот осуществлялся не всем корпусом. Не соблюдается строевая стойка. Сзади стоящая нога приставляется не кратчайшим путем. Носки ног после поворота развернуты слишком широко и не на одной линии. Поворот произведен не на 90 или 180°. Голова наклонена вниз. При повороте кругом в движении правая нога не выносится влево, поворот произведен не на носках обеих ног. Движение руками при повороте производится не в такт шага.
Строевой шаг	Корпус отведен назад. Ноги в коленях сгибаются, подъем ноги ниже 15 см от земли, не выдерживается темп и размер шага, движение рук производилось не от плеча, не на установленную высоту и не до отказа. Голова опущена вниз. Нет координации в движении рук и ног.
Выполнение воинского приветствия на месте и в движении	Приветствие выполнено не за 3-4 шага. Нет одновременности в постановке ноги на землю с поворотом головы в сторону начальника, прикладыванием руки к головному убору и прекращением движения левой рукой. Локоть правой руки не на линии и высоте плеча. Рука к головному убору прикладывается через сторону, пальцы не вместе, ладонь согнута, средний палец не касается нижнего края головного убора (не у козырька)
Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него	Не сделаны 1-2 шага от первой шеренги прямо и поворот в движении в сторону начальника. При подходе к начальнику рука прикладывается к головному убору не одновременно с приставлением ноги, при отходе рука опускается не одновременно с постановкой левой ноги на землю. Допризывник не ответил «Есть», не приложил руку к головному убору.
Строевые приемы и движение с оружием	Нарушается порядок и последовательность выполнения приемов. Сильные колебания корпуса и головы при выполнении приемов. Падение головного убора. Нечеткая работа рук при выполнении приемов на месте и в движении.

– **«отлично»**, если не менее 50 % проверенных строевых приемов выполнено на «отлично», а остальные – «хорошо», при удовлетворительной оценке за внешний вид, знание положений строевого и других воинских уставов.

– **«хорошо»**, если не менее 50 % проверенных строевых приемов выполнено не ниже «хорошо», а остальные – «удовлетворительно», при удовлетворительной оценке за внешний вид, знание положений строевого и других воинских уставов.

– **«удовлетворительно»**, если не менее 80 % проверенных строевых приемов выполнены не ниже «удовлетворительно», при удовлетворительной оценке за внешний вид.

Таблица нормативов по строевой подготовке

№ п/п	ФИ юнармейца	Внешний вид	Строевая стойка	Повороты на месте и в движении	Строевой шаг	Выполнение воинского приветствия на месте и в движении	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к	Строевые приёмы и движение с оружием	Общий результат
1									
2									
3									

Таблица нормативов по огневой подготовке

стрельбе (переводит оружие из походного положения в боевое, заряжает его) и докладывает: «Готов».

Тип оружия	Оценка по времени		
	Отл.	Хор.	Удовл.
Автомат			
стоя	7 сек.	8 сек.	10 сек.
с колена	-	-	-
лежа	-	-	-
Пистолет			
стоя	7 сек.	8 сек.	10 сек.
с колена	-	-	-
лежа	-	-	-

Норматив № 2. Неполная разборка оружия.

Условия (порядок выполнения норматива): Оружие на столе. Обучаемый находится у оружия. Норматив выполняется одним обучаемым.

Тип оружия	Оценка по времени		
	Отл.	Хор.	Удовл.
Автомат	13 сек.	14 сек.	17 сек.
Пистолет	7 сек.	8 сек.	10 сек.

Норматив № 3. Сборка оружия после неполной разборки.

Условия (порядок выполнения норматива): Оружие разобрано. Части и механизмы аккуратно разложены на столе. Обучаемый находится у оружия. Норматив выполняется одним обучаемым.

Тип оружия	Оценка по времени		
	Отл.	Хор.	Удовл.
Автомат	23 сек.	25 сек.	30 сек.
Пистолет	9 сек.	10 сек.	12 сек.

Норматив № 4. Снаряжение магазина патронами.

Условия (порядок выполнения норматива): Обучаемый находится у стола, на котором лежат магазин и учебные патроны (россыпью без использования обоймы).

Тип оружия	Оценка по времени		
	Отл.	Хор.	Удовл.
АК	30 сек.	35 сек.	40 сек.
ПМ	16 сек.	17 сек.	20 сек.

Форма для заполнения нормативов по огневой подготовке

№ п/п	ФИ юнармейца	Стрельба с места по неподвижной цели	Изготовка к стрельбе из различных положений	Неполная разборка оружия	Сборка оружия после неполной разборки	Снаряжение магазина патронами	Общий результат
1							
2							
3							

Оценка физического состояния юнармейцев

№	Тесты	Возраст, лет	Показатели, уровень				
			низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий
1	Бег на 1000, с	14	257	256-246	245-225	224-214	213
		15	247	246-236	235-215	214-104	203
		16	242	241-231	230-21-	209-199	198
		17	239	238-228	227-207	206-196	195
2	Бег на 3000, с	14	864	863-843	842-802	801-781	780
		15	834	833-813	812-772	771-751	750
		16	804	803-783	782-742	741-721	720
		17	774	773-753	752-712	711-691	690
3	Подтягивание, кол-во раз	14	3	4-5	6-9	10-12	13
		15	4	5-6	7- 10	11 -13	14
		16	5	6-7	8-11	12-14	15
		17	6	7-8	9-12	13-15	16
4	Прыжок в длину с места, см	14	164	165-181	182-202	203-226	227
		15	169	170-186	187-207	208-231	232
		16	179	180-196	197-217	218-341	242
		17	189	190-206	207-227	228-251	252
5	Поднимание туловища за 1 мин, кол-во раз	14	35	36-37	38-42	42-44	45
		15	37	38-39	40-44	45-46	47
		16	39	40-41	42-46	47-48	49
		17	41	42-43	44-48	49-50	51

№ п/п	ФИ юнармейца	Бег на 1000	Бег на 3000	Подтягивание, кол-во раз	Прыжок в длину с места	Поднимание туловища за 1 мин., кол-во раз	Общий результат
1							
2							
3							

Мониторинг физического развития юнармейцев

№	Модельные характеристики	Ед. изм.	Качественные и количественные показатели	
			за 1 год обучения	за 2 год обучения
I	Физическое состояние			
1	Физическое развитие			
	Длина тела	см		
	Масса тела	кг		
	Вес-ростовой индекс	р/см		
	Окружность грудной клетки	см		
2	Функциональные возможности			
	ЧСС в покое	уд/мин.		
	ЧД	цикл/мин		
	Время восстановления ЧСС после 20 приседаний	с		
3	Двигательные способности			
	Общая выносливость (бег 2 км)	мин., с		
	Силовые способности			
	Подтягивание на перекладине	кол-во раз		
	Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях	кол-во раз		
	Угол в упоре на брусьях	с		
	Скоростные способности			
	Бег на 30 м	с		
	Бег на 60 м	с		
	Бег на 100 м	с		
	Челночный бег 10x10	с		
	Скоростно-силовые способности			
	Прыжок в длину с места	см		
	Выпрыгивание вверх	см		
	Поднимание туловища за 1 мин	кол-во		
	Рывок гири 16 кг за 1 мин	кол-во		
	Комплексное упражнение	кол-во		
	Координационные способности			
	Челночный бег 3x10 м	с		
	Гибкость (наклон вперед)	см		
4	Военно-прикладные умения и навыки			
	Метание гранаты на дальность (Ф-	м		

	1)			
	Метание гранаты из трех положений: лежа, с колена, стоя	м		
	Метание гранаты в цель	очки		
	Стрельба ВП-1	очки		
	Стрельба из трех положений (по три выстрела)	очки		
	Лыжные гонки на 5 км	мин., с		
	Марш-бросок на 5 км	мин., с		
	Военизированный кросс на 3 км с метанием гранат и стрельбой	мин., с		
	Спортивный разряд по военно-прикладному виду спорта (или по полиатлону)			

Тест 1. Внешние и внутренние элементы АК

1. Сколько запчастей должно лежать на столе, при «неполной» разборке АК-74?
 - А) 12
 - Б) 14
 - В) 10
 - Г) 9
2. Как называется деталь автомата, которая препятствует проникновению грязи во-
внутренние элементы автомата?
 - А) Крышка ствольной коробки
 - Б) Затвор
 - В) Пенал
 - Г) Шомпол
3. Как называются основные элементы, которые используются в прицеливании из
автомата?
 - А) Рукоять
 - Б) Целик и мушка
 - В) Целик
 - Г) Мушка
4. В каком году Автомат Калашникова встал на вооружение?
 - А) в 1980
 - Б) в 1950
 - В) в 1949
 - Г) в 1945
5. Сколько патронов содержится в стандартном магазине АК-74?
 - А) 20
 - Б) 10
 - В) 40
 - Г) 30
6. Какой калибр используется у АК-74?
 - А) 5.45x39
 - Б) 7.62x39
 - В) 5.45x20
 - Б) 7.62x54
7. Основные отличия АК-74 от АКМ?
 - А) Наличие дульного тормоз-компенсатора
 - Б) Деревянный приклад
 - В) Калибр
 - Г) Скорострельность
8. Какой вес имеет АК-74 в неснаряженном состоянии?
 - А) 5 кг
 - Б) 3.4 кг
 - В) 3.07 кг
 - Г) 5 кг
 - Д) 7 кг

9. Норматив разборки АК-74 на оценку «ХОРОШО»

- А) 14 сек
- Б) 10 сек
- В) 5 сек
- Г) 20 сек

10. Как звали изобретателя Автомата Калашникова?

- А) Федор Филиппович Калашников
- Б) Евгений Фёдорович Драгунов
- В) Михаил Тимофеевич Калашников
- Г) Игорь Яковлевич Стечкин

Тест 2. Тактика

1.Что такое тактика?

- А) правила поведения
- Б) составная часть военного искусства +
- В) военное шествие
- Г) вид военного искусства

2.Кто из военачальников и полководцев внесли в развитие тактики.

- А) Калашников
- Б) Макаров
- В) Македонский +
- Г) Драгунов

4.Что такое тактическая подготовка?

- А) обучение личного состава в подготовке и введении боя +
- Б) нападение на врага
- В) отступление
- Г) все ответы верны

3.Когда появилась тактика?

- А) в 1941г.
- Б) в 1942г.
- В) с появлением армии +
- Г) в 1965г.

4.Что такое бой?

- А) стрельба из всех видов оружия
- Б) уничтожение боевой техники
- В) уничтожение живой силы противника
- Г) основная форма тактических действий войск авиации и флота, воюющих сторон. +

5.Что такое удар?

- А) стрельба из всех видов оружия
- Б) составная часть боя, заключающаяся в одновременном поражении группировок войск +
- В) уничтожение живой силы противника
- Г) основная форма тактических действий войск авиации и флота, воюющих сторон.

6.Что такое огонь?

- А) стрельба из всех видов оружия

- Б) уничтожение боевой техники
- В) одно из основных средств уничтожения противника в бою на суше, на море и в воздухе +
- Г) основная форма тактических действий войск авиации и флота, воюющих сторон.

7. Что такое маневр?

- А) стрельба из всех видов оружия
- Б) уничтожение боевой техники
- В) уничтожение живой силы противника
- Г) организованное передвижение войск в ходе боя на новое направление

8. Обязанности солдата в бою.

- А) знать боевую задачу отделения и свою задачу +
- Б) знать своего противника
- В) знать как уничтожить противника
- Г) нет верного ответа

9. Кто такой часовой?

- А) это командир в/ это солдат
- Б) это рядовой
- В) это солдат
- Г) это вооруженный караул +

10. Из каких составных частей состоит военное искусство?

- А) оборона и наступление
- Б) военная наука, теория и практика
- В) тактика, оперативное искусство, стратегия +
- Г) изучение вопросов войны и мира

Тест 3. Медицина

1. Где, как правило, оказывается первая медицинская помощь?

- А) В медицинском пункте бригады
- Б) На месте получения ранения (поражения)
- В) На медицинском посту роты

2. 2. Что из перечисленного не входит в экипировку санитарного инструктора?

- А) Сумка медицинская войсковая
- Б) Лямка медицинская носилочная
- В) Сумка медицинская санитаря

3. При оказании первой помощи в первую очередь следует использовать

- А) Индивидуальный перевязочный пакет раненого
- Б) Перевязочные средства из СМС
- В) Перевязочные средства из СМВ

4. Венозное кровотечение останавливается

- А) Жгутом
- Б) Давящей повязкой
- В) Пальцевым прижатием

5. При воздействии ударной волны взрыва на значительную поверхность тела человека наступает

- А) Ушиб
- Б) Травматический шок
- В) Контузия

6. В каком порядке оказывается первая медицинская помощь?

- А) В порядке самопомощи
- Б) В порядке само- и взаимопомощи
- В) В порядке взаимопомощи

7. Что является целью первой медицинской помощи?

- А) Предотвращение развития осложнений и гибели раненого
- Б) Доставка раненого в мед. подразделение
- В) Восстановление боеспособности раненого

8. К основным признакам вывиха не относится

- А) Невозможность движений в суставе.
- Б) Вынужденное положение конечности из-за сокращения мышц.
- В) Обширная гематома.

9. Первым признаком развивающегося отморожения является

- А) Потеря чувствительности
- Б) Колющая боль
- В) Побеление

10. В чем заключается частичная санитарная обработка при заражении радиоактивными веществами?

- А) В механическом удалении радиоактивных веществ с открытых участков тела, обмундирования, средств защиты.
- Б) В омывании чистой водой открытых участков тела, обмундирования, средств защиты.
- В) В отчуждении и изолировании заражённых предметов обмундирования и экипировки.

Кровотечения.

1. Из-за чего возникает наружное кровотечение?

- Внешняя травма
- Изменение давления
- Повреждение кровеносных сосудов

2. Что характерно для артериального кровотечения?

- Быстрое и обильное кровотечение
- Ровное вытекание ярко-красной крови из раны
- Непрерывное медленное вытекание крови бордового цвета

3. Какое кровотечение наиболее опасное?

- Венозное
- Артериальное
- Они одинаково опасны

4. Что необходимо сделать первым делом при кровотечении?

- Наложить повязку
- Помазать рану специальной мазью
- Обработать кожу вокруг раны

5. Что необходимо сделать с повреждённой конечностью?

- Не поднимать её и не шевелить её
- Поднять выше уровня сердца
- Сильно напрячь вытянув прямо перед собой

6. Когда необходимо накладывать давящую повязку?

- После того, как положили пострадавшего на спину
- До обработки раны
- При кровотечениях нельзя накладывать давящие повязки

7. Что необходимо оставить открытым при наложении повязки на руку или ногу?

- Локоть или колено

- Место ниже раны
- Пальцы

8. Как прижимают артерию?

- Выше места повреждения
- Ниже места повреждения
- Непосредственно на самом месте повреждения

9. Как накладываете жгут на повреждённую конечность?

- На 7 см ниже повреждённой части
- На 5 см выше повреждённой части
- Максимально близко к повреждённой части

10. На какое максимальное время можно оставлять жгут на конечности?

- Не более 30 минут
- Не более 2 часов
- Не более 5 часов

Травмы.

1. Что такое ушиб?

- Повреждение мягких тканей без нарушения целостности кожи
- Повреждение тканей с нарушением целостности кости
- Полное смещение суставных концов костей относительно друг друга

2. Что чаще всего повреждается при ушибе?

- Кости и связочный аппарат
- Мелкие кровеносные сосуды
- Кожа и мягкие ткани под ней

3. Первая помощь при ушибе.

- Наложить жгут выше ушибленного места
- Убедиться, что нет перелома и наложить давящую повязку
- Профилактика инфицирования раны

4. Какая повязка больше всего подходит при травме голеностопа?

- Восьмиобразная
- Обычное бинтование по кругу
- Колосовидная

5. Какие бывают переломы?

- Открытые и неполные
- Вертикальные и сильные
- Закрытые и поперечные

6. Для какого перелома характерно наличие раны?

- Неполного
- Открытого
- Вертикального

7. Выделите основное правило асептики.

- Все, что соприкасается с раной должно быть стерильно
- В первую очередь, остановка кровотечения
- Рану нужно зашить

8. Что такое иммобилизация конечности?

- Обездвиживание
- Проверка сустава на сгибаемость
- Прогревание ушибленного места

9. Что можно использовать для иммобилизации конечности?

- Горячую грелку
- Шины, доски
- Любой шовный материал

10. Какие суставы нужно обязательно зафиксировать при переломе конечности, чтобы максимально атравматично доставить пострадавшего в больницу?

- Сустав выше перелома
- Сустав ниже перелома
- Суставы выше и ниже перелома

Транспортировка пострадавшего.

«Общие правила транспортировки пострадавшего».

1. Транспортировка пострадавшего осуществляется ПОЛУСИДЯ с вытянутыми ногами – при ... *

- a) травмах костей таза и брюшной полости.
- b) шоке и значительной кровопотере.
- c) травмах мочеполовых органов, брюшной полости, грудной клетки и кишечной непроходимости.
- d) травмах головы, верхних конечностей.
- e) травмах головы, позвоночника, конечностей, если пострадавший в сознании.
- f) травмах позвоночника, если пострадавший без сознания.

2. Транспортировка пострадавшего осуществляется ЛЕЖА на спине с приподнятыми ногами и опущенной вниз головой – при ... *

- a) травмах позвоночника, если пострадавший без сознания.
- b) травмах мочеполовых органов, брюшной полости, грудной клетки и кишечной непроходимости...
- c) травмах головы, позвоночника, конечностей, если пострадавший в сознании.
- d) травмах костей таза и брюшной полости.
- e) шоке и значительной кровопотере.
- f) травмах головы, верхних конечностей.

3. Иммобилизация – создание _____ поврежденной части тела. *

- a) Покоя...
- b) Комфорта...
- c) Тепла на участке.

4. Транспортировка пострадавшего осуществляется ЛЕЖА на спине – при ... *

- a) травмах позвоночника, если пострадавший без сознания.
- b) травмах костей таза и брюшной полости.
- c) травмах мочеполовых органов, брюшной полости, грудной клетки и кишечной непроходимости...
- d) шоке и значительной кровопотере.
- e) травмах головы, верхних конечностей.
- f) травмах головы, позвоночника, конечностей, если пострадавший в сознании.

5. Транспортировка пострадавшего осуществляется ПОЛУСИДЯ с ногами, согнутыми в коленях (под колени положить валик-опору) – при ... *

- a) травмах головы, верхних конечностей.
- b) травмах мочеполовых органов, брюшной полости, грудной клетки и кишечной непроходимости...
- c) травмах костей таза и брюшной полости.
- d) травмах головы, позвоночника, конечностей, если пострадавший в сознании.
- e) травмах позвоночника, если пострадавший без сознания.
- f) шоке и значительной кровопотере.

6. Транспортировка пострадавшего осуществляется ЛЕЖА на животе – при ... *

- a) травмах головы, позвоночника, конечностей, если пострадавший в сознании.
- b) травмах головы, верхних конечностей.
- c) травмах позвоночника, если пострадавший без сознания.
- d) травмах костей таза и брюшной полости.
- e) шоке и значительной кровопотере.
- f) травмах мочеполовых органов, брюшной полости, грудной клетки и кишечной непроходимости...

7. Транспортировка пострадавшего осуществляется ЛЕЖА на спине с согнутыми в коленях ногами (под колени положить валик-опору) – при ... *

- a) травмах костей таза и брюшной полости.
- b) травмах позвоночника, если пострадавший без сознания.
- c) травмах головы, верхних конечностей.
- d) травмах головы, позвоночника, конечностей, если пострадавший в сознании.
- e) травмах мочеполовых органов, брюшной полости, грудной клетки и кишечной непроходимости.
- f) шоке и значительной кровопотере.

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда для педагога дополнительного образования,
проводящего занятия в спортивном зале
И-СГ-01

I. Общие требования безопасности

К работе допускаются лица, достигшие 14 лет, обоюго пола, прошедшие медосмотр и имеющие соответствующее педагогическое образование.

1. Руководитель должен:
 - знать должностные обязанности и инструкции по охране труда;
 - пройти вводный инструктаж и инструктаж на рабочем месте;
 - в работе руководствоваться правилами внутреннего трудового распорядка;
 - режим труда и отдыха определяется графиком работы руководителя.
2. Травмоопасность в спортивном зале:
 - занятия на неисправных спортивных снарядах;
 - при выполнении упражнений на загрязнённых или влажных снарядах;
 - при выполнении упражнений без страховки;
 - при выполнении упражнений без использования гимнастических матов;
 - при нарушении инструкций по проведению игровых занятий;
4. Не допускать проведения в спортзале внеклассных непрофильных мероприятий.
5. В спортивном зале должны быть огнетушители и укомплектованная аптечка для оказания первой медицинской помощи пострадавшим.
6. Нести административную ответственность за нарушение норм по охране труда.

II. Требования безопасности перед началом работы

1. Проверить исправность электроосвещения, спортивных снарядов и оборудования.
2. Прочно закрепить используемые спортивные снаряды и оборудование.
3. Не допускать нахождения в спортзале учащихся и посторонних лиц без педагога.
4. Проветрить помещение спортзала на наличие посторонних предметов.

III. Требования безопасности во время работы

1. Не допускать к занятиям детей с явно выраженными признаками заболевания.
2. Допускать на занятия учащихся только в спортивной форме.
3. Провести инструктаж по технике безопасности с учащимися (вводный, поурочный).
4. Вести постоянный контроль за индивидуальной физической нагрузкой.
5. Соблюдать личную гигиену во время работы.
6. Организовать страховку при выполнении учебных упражнений.
7. Следить за соблюдением порядка и дисциплины.
8. Не оставлять учащихся без присмотра во время занятий.

IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. В случае возникновения аварийных ситуаций, угрожающих жизни и здоровью детей, принять меры к их срочной эвакуации согласно плану.
2. В случае травматизма оказать первую помощь пострадавшим.
3. При внезапном заболевании учащегося вызвать медработника.

V. Требования безопасности по окончании работы

1. После окончания занятий проверить списочный состав учащихся.
2. Убрать спортивный инвентарь в отдельное помещение.
3. Привести в порядок своё рабочее место.
4. Выключить электроосвещение и закрыть спортзал на ключ.

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда на занятиях по рукопашному бою
И-СГ-02

1. Общие правила безопасности.

К занятиям рукопашным боем допускаются воспитанники школьного возраста, прошедшие медицинский осмотр, инструктаж по охране труда на занятиях по рукопашному бою и пожарной безопасности.

Опасность возникновения травм на занятиях по рукопашному бою:

- при выполнении упражнений на неисправных/плохо закрепленных снарядах
- при выполнении упражнений на жестком полу без матов;
- при выполнении упражнений без страховки и в отсутствии руководителя;
- при занятиях без специальной спортивной формы.

В спортивном зале должны быть огнетушители и аптечка, укомплектованная, необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

Надеть спортивный костюм и обувь с мягкой нескользкой подошвой.

Проверить наличие мягкого покрытия на полу.

Проверить надежность крепления и исправность тренажерных снарядов.

3. Требования безопасности во время занятий.

Не выполнять упражнения на тренажерных снарядах без тренера.

Приступать к разминке и специальным тренировочным упражнениям только с разрешения и под руководством тренера.

При поточном выполнении упражнений (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом руководителю.

При получении воспитанником травмы немедленно оказать ему первую помощь, сообщить о случившемся администрации учреждения и родителям; при необходимости доставить пострадавшего в больницу.

5. Требования безопасности по окончании занятий.

Убрать спортивный инвентарь в места его хранения.

Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при спортивных занятиях и подвижных играх
И-СГ-03

1. Общие требования безопасности

К занятиям по спортивным и подвижным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда

При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на воспитанников следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке.

Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

При проведении занятий по спортивным и подвижным играм должна быть мед.аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи.

Руководитель занятий и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения (огнетушителей).

О каждом несчастном случае с воспитанниками руководитель занятий обязан немедленно сообщить администрации учреждения, а также оказать первую помощь пострадавшему.

В процессе занятий руководитель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

Надеть спортивную форму и обувь с нескользкой подошвой.

Проверить спортивный зал на наличие посторонних предметов.

Провести разминку, тщательно проветрить спортивный зал.

3. Требования безопасности во время занятий

Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) руководителя занятий.

Строго выполнять правила проведения подвижной игры.

Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам

При падениях нужно сгруппироваться во избежание получения травмы

Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя занятий.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

При получении воспитанником травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в больницу.

При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

5. Требования безопасности по окончании занятий

Убрать спортивный инвентарь и провести влажную уборку зала.

Проверить спортивный зал на наличие посторонних предметов.

Снять спортивную одежду и спортивную обувь.

ИНСТРУКЦИЯ по пожарной безопасности И-СГ-04

1. Общие требования пожарной безопасности

1.1. Территория учреждения должна постоянно содержаться в чистоте. Отходы горючих материалов, опавшие листья и сухую траву следует регулярно убирать и вывозить с территории.

1.2. Эвакуационные проходы, тамбуры и лестницы не загромождать каким-либо оборудованием и предметами.

1.3. В период пребывания в здании учреждения людей двери эвакуационных выходов закрывать изнутри с помощью легкооткрываемых запоров.

- 1.4. Двери (люки) чердачных и технических помещений должны быть постоянно закрыты на замок.
- 1.5. Пожарные краны должны быть оборудованы рукавами и стволами, помещенными в шкафы, которые пломбируются. Пожарный рукав должен быть присоединен к крану и стволу.
- 1.6. Проверка работоспособности пожарных кранов внутреннего противопожарного водопровода должна осуществляться не реже двух раз в год (весной и осенью) с перемоткой льняных рукавов на новую складку.
- 1.7. Установки пожарной автомойки должны эксплуатироваться в автоматическом режиме и круглосуточно находиться в работоспособном состоянии.
- 1.8. Огнетушители должны размещать в легкодоступных местах на высоте не более 1,5 м, где исключено их повреждение, попадание на них прямых солнечных лучей, непосредственное воздействие отопительных и нагревательных приборов.
- 1.9. Неисправные электросети и электрооборудование немедленно отключать до приведения их в пожаробезопасное состояние.
- 1.10. На каждом этаже на видном месте должен быть вывешен план эвакуации на случай возникновения пожара, утвержденный руководителем.
- 1.11. В коридорах и на дверях эвакуационных выходов должны быть предписывающие и указательные знаки безопасности.
- 1.12. По окончании занятий работники учреждения должны тщательно осмотреть свои закрепленные помещения и закрыть их, обесточив электросеть.
Запрещается:
- 1.13. Разводить костры, сжигать мусор на территории учреждения.
- 1.14. Курить в помещениях учреждения.
- 1.15. Производить сушку белья, устраивать склады, архивы и тому подобное в чердачных помещениях.
- 1.16. Проживать в здании учреждения обслуживающему персоналу и др. лицам.
- 1.17. Хранить в здании учреждения легковоспламеняющиеся, горючие жидкости и другие легковоспламеняющиеся материалы.
- 1.18. Использовать для отделки стен и потолков горючие материалы.
- 1.19. Снимать предусмотренные проектом двери вестибюлей, холлов, коридоров, тамбуров и лестничных клеток.
- 1.20. Забивать гвоздями двери эвакуационных выходов.
- 1.21. Оставлять без присмотра включенные в сеть электроприборы.
- 1.22. Применять в качестве электрической защиты самодельные и некалиброванные предохранители («жучки»).
- 1.23. Проводить огневые, сварочные и другие виды пожарных работ в здании учреждения при наличии в помещениях людей, а также без письменного приказа руководителя.
- 1.24. Проводить уборку помещений с применением бензина, керосина и других легковоспламеняющихся и горючих жидкостей, а также производить отогревание замерзших труб паяльными лампами и другими способами, и применением открытого огня.

ИНСТРУКЦИЯ

по технике безопасности при проведении стрельб

И-СГ-05

1. Общие требования безопасности

- 1.1. К проведению стрельб допускаются лица прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.
- 1.2. Опасные факторы: травмы и ранения по неосторожности, невнимательности и при нарушении правил техники безопасности.

- 1.3. Безопасность на занятиях обеспечивается четкой их организацией, знанием и точным соблюдением порядка и правил стрельбы, высокой дисциплинированностью всех обучаемых.
- 1.4. Стрельбы боевыми патронами из оружия производятся только на оборудованных войсковых стрельбищах и тирах под руководством опытных руководителей.

2. Требования безопасности перед началом занятий

Проверить исправность и чистоту используемого оружия и боеприпасов.

Убедиться в знании учащимися правил техники безопасности, напомнить воспитанникам о необходимости быть внимательными и осторожными.

3. Требования безопасности во время занятий

В ходе проведения стрельб запрещается:

- Прицеливаться, направлять оружие и (или) производить спуск курка в сторону людей, животных;
- Брать и заряжать оружие без команды (разрешения) руководителя стрельбы;
- Производить стрельбу из неисправного оружия и (или) при поднятом белом флаге;
- Прицеливаться и направлять оружие (даже не заряженное) в стороны, и в тыл;
- Выносить заряженное оружие с огневого рубежа;
- Оставлять где бы то ни было заряженное оружие или передавать его другим лицам без команды руководителя стрельбы
- Находиться на огневом рубеже посторонним от команды (сигнала) «ОГОНЬ» до команды (сигнала) «ОТБОЙ»
- Стрелять в тире одновременно из разных видов оружия

Все материальное обеспечение, используемое на стрельбах, запрещается применять не по назначению.

Стрельба немедленно прекращается при появлении в зоне огня людей и (или) животных.

Обучающиеся обязаны строго выполнять требования руководителя стрельбы, следовать правилам инструкции, технике безопасности.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

При плохом самочувствии учащийся должен немедленно сообщить об этом преподавателю.

При получении учащимся травмы (ранения) оказать первую медицинскую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации школы, при необходимости доставить в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании занятий

После занятий оружие ставится на предохранитель (если такой имеется).

При осмотре оружия, снаряжении и разряжении магазина, проведении разборки (сборки) и т.п. следует проявлять осторожность, строго соблюдать последовательность действий. Перед спуском курка оружию придается угол возвышения.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении прогулок, туристических походов, экскурсий, экспедиций И-СГ-07

1. Общие требования безопасности.

- 3.1. К прогулкам, туристским походам, экскурсиям и экспедициям допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 3.2. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций соблюдать правила поведения, установленные режимы передвижения и отдыха.
- 3.3. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- изменение установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы;
 - потертости ног при неправильном подборе обуви;
 - травмирования ног при передвижении без обуви, а также без брюк или чулок;
 - укусы ядовитыми животными, пресмыкающимися и насекомыми; - отравления ядовитыми растениями, плодами и грибами;
 - заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов.
- 3.4. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций группу обучающихся должны сопровождать двое взрослых.
- 3.5. Для оказания первой медицинской помощи при травмах обязательно иметь медицинскую аптечку с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.
- 3.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом руководителю прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции.
- 3.7. Обучающиеся должны соблюдать установленный порядок проведения прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции и правила личной гигиены.
- 3.8. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.
- 2. Требование безопасности перед проведением прогулки, туристического похода, экскурсии, экспедиции.**
- 2.1. Пройти соответствующую подготовку, инструктаж, медицинский осмотр и представить справку о состоянии здоровья.
- 2.2. Надеть удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде. Для предотвращения травм и укусов ног надеть брюки или колготки.
- 3. Требования безопасности во время проведения прогулки, туристического похода, экскурсий, экспедиций.**
- 3.1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя и его заместителя, самостоятельно не изменять установленный маршрут движения и не покидать место расположения группы.
- 3.2. Общая продолжительность прогулки составляет 1-4 часа, а туристского похода, экскурсии, экспедиции не должна превышать: для учащихся 7-9 классов - 24 дней, 10-11 классов - 30 дней.
- 3.3. Во время привалов во избежание ожогов и лесных пожаров не разводить костры.
- 3.4. Не пробовать на вкус какие-либо растения, плоды и грибы.
- 3.5. Не трогать руками ядовитых и опасных животных, пресмыкающихся, насекомых, растений и грибов, а также колючих растений и кустарников.
- 3.6. При передвижении не снимать обувь и не ходить босиком.
- 3.7. Во избежание заражения желудочно-кишечными заболеваниями не пить воду из открытых непроверенных водоемов, использовать для этого питьевую воду из фляжки, которую необходимо брать с собой или кипяченую воду.
- 3.8. Соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать руководителя прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции об ухудшении состояния здоровья или травмах.

3.9. Уважать местные традиции и обычаи, бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры, к личному и групповому имуществу.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

4.1. При укусе ядовитыми животными, пресмыкающимися, насекомыми немедленно оказать первую медицинскую помощь, отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

4.2. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

5. Требования безопасности по окончании прогулки, туристического похода, экскурсии, экспедиции.

5.1. Проверить по списку наличие обучающихся в группе.

5.2. Проверить наличие и сдать на хранение туристское снаряжение.

5.3. Принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.