

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА "ПОЛЯРИС"

ПРИНЯТА
Методическим советом
МБУ ДО ЦРТДиЮ «Полярис»
Протокол от 1 сентября 2020г. №1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом МБУ ДО ЦРТДиЮ «Полярис»
от 04 сентября 2020г. № 332
Директор  Е.В.Белякова



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности

«К защите Родины готов»
(стартовый уровень)

Возраст учащихся: 10-18 лет
Срок реализации программы: 1 год

Составители программы:
Яркова Ирина Валентиновна,
методист
Шедова Екатерина Борисовна,
Ржавитина Наталья Владимировна,
Иващенко Владимир Борисович
педагоги дополнительного
образования

г. Мончегорск
2020

Комплекс основных характеристик программы **Пояснительная записка**

Область применения программы.

Направленность (профиль) программы- социально-педагогическая.

Уровень программы – стартовый.

Нормативно-правовая база разработки и реализации программы.

При разработке дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в сетевой форме «К защите Родины готов!» основными нормативными документами являются:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273,

- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р)

- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”

- СанПин 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей", утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года N 41

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. N 09-3242),

- Устав МБУ ДО ЦРТДиЮ «Полярис»,

- Положение о структуре, порядке разработки и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБУ ДО ЦРТДиЮ «Полярис».

Актуальность и педагогическая целесообразность. Актуальность данной программы заключается в том, что она направлена на формирование патриотического сознания подростков и их духовно-нравственного развития посредством приобщения ко всероссийскому детскому движению «Юнармия». Содержание данной программы способствует формированию у подростков уважения и любви к Родине, к традициям Вооружённых Сил, способствует освоению знаний, умений и навыков, необходимых будущим защитникам Отечества, развитию социальной активности обучающихся. Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что в процессе её реализации у учащихся формируется способность к самостоятельному общефизическому развитию, формируется психологическая устойчивость. Отличительные особенности программы_Программа реализуется в рамках Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного

движения «ЮНАРМИЯ» (ВВПОД «ЮНАРМИЯ»). Содержание Программы направлено на формирование ряда физических качеств и психических черт личности учащихся, необходимых для подготовки каждого юнармейца.

Особенность программы в том, что она состоит из модулей, каждый из которых имеет ярко выраженный прикладной характер. Цель каждого занятия - не только дать соответствующий объем знаний учащимся, но и выработать достаточно твердые практические умения и навыки.

Новизна. Программа построена с учетом потребностей подростков в освоении новых практик с привлечением кадровых и материальных ресурсов партнеров: МБУ ДО ЦРТДиЮ «Полярис», образовательные учреждения г. Мончегорска, Войсковая часть 75385, ГОАУЗ МЦРБ. Для проведения занятий привлекаются специалисты и возможности Инспекторского участка г. Мончегорск ФКУ центр ГИМС МЧС России по МО, Мончегорской аварийно-спасательной службы. При построении программы в основу положена система образовательных занятий по заявленным модулям: «Юный стрелок», «Туристская подготовка юнармейца», «Первая помощь», «Строевая подготовка». Сетевое взаимодействие организаций-партнеров осуществляется на основе Договора о сетевой форме реализации дополнительной образовательной общеразвивающей программы «К защите Родины готов!».

Цель – создание благоприятных условий для формирования и развития личности гражданина, патриота своей Родины, обладающего знаниями, умениями и навыками, необходимыми будущим защитникам Отечества.

Задачи

Образовательные

- обучить основам стрельбы из оружия на различные расстояния из различных положений;
- дать необходимые знания по вопросам походной подготовки и выживания юнармейца в условиях автономного существования;
- Обучить основам медицинских знаний по уходу за своим телом, предупреждения заболеваний и оказания первой медицинской помощи;
- знать обязанности перед построением и в строю, уметь четко и правильно выполнять строевые приемы.

Развивающие

- развивать навыки анализа обстановки и умения ориентироваться в сложной ситуации;
- способствовать развитию у учащихся быстроты реакции, внимательности, наблюдательности, логического мышления, самообладания, находчивости, иных личностных качеств;

Воспитательные

- воспитывать сознательную дисциплину и культуру поведения, чувство товарищества и взаимовыручки, высокие нравственно-волевые качества, активную гражданскую позицию;

- воспитывать дисциплинированность, силу воли, умение концентрироваться на выполнение поставленной цели;

Адресат программы – участники ВВПОД «ЮНАРМИЯ» г. Мончегорска с 10 до 18 лет, с согласия законных представителей.

Набор в группы: свободный (при наличии свободных мест). В одной группе могут заниматься дети разного возраста.

Состав группы – 10 человек;

Форма реализации программы: очная.

Срок освоения программы – 1 год.

Объем программы – учебная нагрузка на ребенка составляет 144 часа в год (36 часов – занятия по каждому модулю).

Режим занятий – занятия по программе проводятся по каждому модулю 1 раз в неделю по 1 академическому часу по ежегодно утверждаемому расписанию.

Формы организации образовательного процесса - Программа предусматривает групповые формы работы.

Форма обучения: очная

Виды занятий по программе Основными формами учебно-воспитательного процесса являются практические и теоретические занятия, беседы, занятия в помещении и на местности, мастер-классы, игры на местности, соревнования, сочетание обзорных бесед и установочных лекций, занятия-презентации.

Ожидаемые результаты

Личностные результаты

- приобретут коммуникативные компетенции: умение общаться со сверстниками и взрослыми, умение работать в команде;
- приобретут потребность в регулярных занятиях физической культурой, осмысленное отношение к ним как способу самореализации и личностно значимому проявлению человеческих способностей;

Метапредметные результаты:

- смогут организовать свою деятельность, определять её цели и задачи;
- смогут выбирать средства реализации цели и применять их на практике;
- смогут оценивать результаты своей деятельности;

Предметные результаты:

- смогут прицельно производить стрельбу из оружия;
- смогут сформировать осознанное отношения к мерам безопасности при стрельбе из оружия;
- смогут выработать способности к адекватной самооценке действий при стрельбе из оружия.
- приобретут практические умения и навыки по физической и строевой подготовке;

- приобретут навыки выживания в условиях автономного существования;
- узнают, как оценивать состояние пострадавшего, как диагностировать вид, особенности поражений (травмы);
- научатся правильно осуществлять комплекс экстренной реанимационной помощи;
- научатся использовать подручные средства при оказании первой помощи, при переносе, погрузке, транспортировке пострадавшего;

Форма итоговой аттестации определяется согласно учебному плану каждого модуля.

Учебный план
программы «К защите Родины готов!»

Таблица 1

№ п/п	Название модуля	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	«Юный стрелок»,	36	5	31	Соревнования, выполнение контрольных нормативов зачет
2.	«Туристская подготовка юнармейца»,	36	16	20	Соревнования, выполнение контрольных нормативов участие в городских мероприятиях
3	«Первая медицинская помощь»,	36	20	16	зачет, тестирование, презентация собственных работ
4	«Строевая подготовка»	36	4	32	Соревнования, выполнение контрольных нормативов, смотр-конкурс
ИТОГО		144	45	99	

Учебный план модуля «Юный стрелок»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение. Инструктаж по технике безопасности при	1	1		наблюдение

	стрельбе из оружия. Начальные сведения о стрельбе				
2.	Пневматическое оружие	1	1		наблюдение
3.	Подготовительные упражнения по стрельбе	6	1	5	наблюдение
4	Вспомогательные упражнения по стрельбе	7	1	6	наблюдение
5	Основные упражнения по стрельбе	17	1	16	наблюдение
6	Соревнования по стрельбе	2		2	наблюдение
7	Контрольные нормативы Итоговое занятие	2		2	тестирование
Итого:		36	5	31	

Содержание учебного плана модуля «Юный стрелок»

1. Введение

Теория /1 час/ **Краткий обзор программного материала. Инструктаж по технике безопасности при стрельбе из оружия.** Порядок обращения с оружием. Правила поведения в помещении для проведения стрельбы. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение. Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб. Правила хранения оружия. **Начальные сведения о стрельбе** Общие данные. Принцип работы. Устройство, назначение и работа основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Уход за оружием и пулями, их хранение. Подготовка оружия к стрельбе, его заряджение и разряджение.

2. Пневматическое оружие

Теория /1 час/ Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Принцип действия и устройство пневматического оружия. Пневматическое оружие на углекислом газе. Пружинно-поршневая пневматика.

3. Подготовительные упражнения по стрельбе

Теория /1 час/ Техника изготовления к стрельбе из винтовки сидя за столом с опорой локтями о стол. Техника правильного прицеливания. Техника изготовления для стрельбы стоя без опоры.

Практика /5 часов/ Принятие устойчивой подготовки для стрельбы из винтовки. Прицеливание из винтовки. Принятие правильного положения при стрельбе из винтовки, сидя за столом с опорой локтями о стол. Принятие правильного положения при стрельбе стоя без опоры.

4. Вспомогательные упражнения по стрельбе

Теория /1 час/ Техника длительного нахождения в позе изготовки без оружия, с оружием (лёжа, стоя, с колена) без прицеливания. Техника длительного нахождения в позе изготовки с утяжеленным оружием (1,5-2 веса оружия) без прицеливания. Техника длительного удержания оружия в точке (районе) прицеливания.

Практика /6 часов/ Стрельба по мишени, расположенной на различной высоте. Длительное нахождение в позе изготовки без оружия. Длительное нахождение в позе изготовки с утяжеленным оружием. Длительное удержание оружия в точке (районе) прицеливания. Имитация выстрела.

5. Основные упражнения по стрельбе

Теория /1 час/

Техника стрельбы из винтовки по мишени сидя за столом. Техника стрельбы из винтовки по мишени лежа с упором. Техника стрельбы из винтовки по мишени стоя без опоры.

Практика /16 часов/

Стрельба из винтовки по круглой мишени сидя за столом. Стрельба из винтовки по круглой мишени лежа с упором. Стрельба из винтовки по круглой мишени стоя без опоры. Стрельба из винтовки по фигурной мишени сидя за столом. Стрельба из винтовки по фигурной мишени лежа с упором. Стрельба из винтовки по фигурной мишени стоя без опоры.

6. Соревнования по стрельбе

Практика /2 часа/

Соревнования в группе «Меткий стрелок». Мишень № 4.

7. Контрольные нормативы. Итоговое занятие

Практика /2 часа/

Стрельба из положения стоя из «электронного оружия». Мишень № 4, дистанция 25 метров (Приложение № 3)

Учебный план модуля «Первая помощь»

№ п.п.	Наименование темы	Теория (час)	Практика (час)	Формы аттестации (контроля)
1	Общие сведения. Оказание первой помощи	2	1	наблюдение
2	Первая помощь при переломах и вывихах	2	2	наблюдение, выполнение практических заданий лично и с группой
3	Первая помощь при кровотечениях	2	3	
4	Первая помощь при обмороке	2	1	
5	Первая помощь при растяжениях и ранах	2	2	

6	Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца	2	2	
7	Первая помощь при отравлениях АХОВ и окисью углерода	2	1	
8	Первая помощь при химическом и лучевом ожогах	2	1	
9	Первая помощь при радиационном поражении и электротравме.	2	1	
10	Термический ожог. Термические ожоги кожи	1	1	
11	Подведение итогов. Заключительное занятие.	1	1	Тестирование, выполнение практических заданий
11	Итого:36ч.	20	16	

Содержание учебного плана модуля «Первая помощь»

1. Общие сведения. Оказание первой помощи

Теория. Общие сведения. Оказание первой помощи. Первая помощь. Понятие первой помощи. Мероприятия ПМП. Условия проведения ПМП.

Практика. Правила поведения и правила общения с пострадавшими при оказании первой помощи (последовательность действий).

2. Первая помощь при переломах и вывихах

Теория. Первая помощь при переломах и вывихах. Виды переломов. Правила оказания первой помощи. Повреждения лопатки и ключицы. Перелом лопатки, причины, признаки, первая помощь. Перелом ключицы, причины, признаки, первая помощь. Повреждения верхних конечностей. Травматический вывих плеча, причины, признаки, первая помощь. Перелом плеча, причины, признаки, первая помощь. Перелом, вывих предплечья, растяжения классификация, причины, признаки. Перелом костей кисти, причины, признаки, первая помощь.

Практика. Практические занятия по оказанию первой помощи.

3. Первая помощь при кровотечениях

Теория. Первая помощь при кровотечениях. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечения. Раны и ранения. Понятие, классификация, причины, признаки.

Практика. Остановка кровотечения – артериального, венозного, капиллярного, смешанного.

4. Первая помощь при обмороке

Теория. Нарушения сознания и первая помощь при них. Обморок: понятие, причины, признаки. Коллапс: понятие, причины, признаки. Кома: понятие, причины, признаки.

Практика. «Первая помощь при обмороках, коллапсах».

5. Первая помощь при растяжениях и ранах

Теория. Первая помощь при растяжениях и ранах. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при ушибах, растяжении, сдавлении. Первая помощь при переломах. Иммобилизация.

Практика. Практические занятия по оказанию первой помощи.

6. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца

Теория. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания.

Практика. Практические занятия по оказанию первой помощи.

7. Первая помощь при отравлениях АХОВ и окисью углерода

Теория. Первая помощь при отравлениях АХОВ и окисью углерода. Первая помощь при отравлении химическими веществами, алкоголем, окисью углерода. Пищевые отравления, отравления грибами.

Практика. Практические занятия по оказанию первой помощи.

8. Первая помощь при химическом и лучевом ожогах

Теория. Первая помощь при химическом и лучевом ожогах. Химические ожоги. Обморожения. Общее переохлаждение.

Практика. «Первая помощь при ожогах и обморожениях».

9. Первая помощь при радиационном поражении и электротравме.

Теория. Первая помощь при радиационном поражении и электротравме.

Практика. Практические занятия по оказанию первой помощи.

10. Термический ожог. Термические ожоги кожи

Теория. Термический ожог. Понятие, классификация, признаки, первая помощь.

Практика. Практические занятия по оказанию первой помощи.

11.Итоговое занятие.

Практика. Тестирование. Практическое задание.

Учебный план модуля «Туристская подготовка юнармейца»

№ п./п.	Название темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Водное занятие, инструктаж по ТБ				наблюдение
	Всего часов:	1	1	-	
2.	Походная подготовка юнармейца				
2.1.	Личное и групповое походное снаряжение.	7	3	4	
2.2.	Поход, марш-бросок. Техника и	6	2	4	наблюдение,

	тактика передвижения в походных условиях.				выполнение практических заданий лично и с группой
2.3.	Виды костров. Разведение костра. Маскировка.	2	1	1	
2.4.	Организация бивака в походных условиях.	2	1	1	
2.5.	Ориентирование в походных условиях	4	2	2	
2.6.	Игры на местности	2	0	2	
	Всего часов:	23	9	14	
3.	Юнармеец в условиях автономного существования				
3.1.	Факторы выживания. Основные правила поведения в условиях автономии	1	1	0	наблюдение, выполнение практических заданий лично и с группой, тестирование
3.2.	Автономия в условиях Крайнего Севера	2	1	1	
3.3.	Техника и тактика движения в экстремальных ситуациях.	2	1	1	
3.4.	Способы подачи сигналов бедствия.	2	1	1	
3.5.	Семафорная азбука	2	1	1	
	Всего часов:	9	5	4	
4.	Подведение итогов. Заключительное занятие.				Наблюдение
	Всего часов:	2	1	2	
	Итого за период обучения:	36	16	20	

Содержания учебного плана модуля «Туристская подготовка юнармейца»

1. Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности.

Теоретическая часть: краткий обзор программного материала, инструктаж по ТБ.

2. Походная подготовка юнармейца.

2.1. Личное и групповое походное снаряжение.

Теоретические занятия. Личное снаряжение для однодневного пешего похода, марш-броска. Одежда и обувь для летних путешествий. Правила размещения предметов в рюкзаке. Общественное снаряжение для пешего похода.

Личное снаряжение для однодневного лыжного похода, марш-броска. Одежда и обувь для зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу. Общественное снаряжение для лыжного похода. Ремонтный набор. Аптечка.

Устройство карабина и назначение страховочной системы. Туристические узлы, их назначение и применение. Техника вязки туристических узлов: прямой, встречный, брамшкотовый, восьмёрка-проводник, австрийский

проводник, булинь, удавка, штык, схватывающий. Техника вязки контрольных узлов.

Практические занятия. Составление списка личного снаряжения для пеших походов. Укладка рюкзака. Вязка узлов по выбору. Экипировка. Работа с карабинами.

2.2. Поход, марш-бросок. Техника и тактика передвижения по пересеченной местности.

Теоретические занятия. Цели похода. Разработка маршрута. Подготовка к однодневному путешествию. Постоянные должности в группе, их обязанности. Временные должности в группе, их обязанности.

Общая характеристика естественных препятствий в пешем путешествии. Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Специальные команды. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Меры страховки и самозадержания. Правила поведения в условиях природной среды.

Общая характеристика естественных препятствий в лыжном путешествии. Порядок движения группы на маршруте. Тропление лыжни.

Подведение итогов путешествия.

Практические занятия. Выход с группой на маршрут

2.3. Виды костров. Разведение костра. Маскировка.

Теоретическое занятие. Выбор и подготовка места для костра. Виды костров. Материал для растопки. Хранение спичек и растопки для костра. Правила разведения костра. Правила пожарной безопасности при разведении костров. Разжигание и поддержание огня при любой погоде и в любое время года.

Заготовка дров. Топоры, пилы. Работа с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Правила безопасности при заготовке дров.

Разведение и маскировка костра по методике спецназа СССР.

Практическое занятие. Выбор и подготовка места для костра. Выкладывание различных видов костров. Работа с топором, пилой при заготовке дров. Разжигание костра с пяти спичек с пережиганием нити.

2.4. Организация бивака в походных условиях.

Теоретическое занятие. Как выбрать место для бивака в полевых условиях. Правила обустройства бивака. Установка палатки. Оборудование навеса.

Практические занятия. Установка палатки. Оборудование навеса.

2.5. Ориентирование в походных условиях.

Теоретическое занятие. Ориентирование в путешествии, при совершении марш-броска. Общие понятия о топографической и спортивной карте. Условные знаки. Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Формы рельефа. Ориентирование по горизонту. Азимут. Компас, виды компасов, определение направления сторон света по компасу, по солнцу и часам, приметам.

Что такое ориентир. Определение своего местонахождения. Ориентация карты по местным предметам.

Практическое занятие. Определение своего местонахождения. Ориентация карты по местным предметам. Ориентирование в заданном квадрате.

2.6. Игры на местности

Практические занятия. Игры на местности. Игры на внимание и наблюдательность. Игры на развитие логического мышления.

3. Юнармеец в условиях автономного существования.

3.1. Факторы выживания. Основные правила поведения в условиях автономии.

Теоретическое занятие. Антропологические факторы. Природно-средовые факторы. Материально-технические факторы. Экологические факторы. Психологические основы выживания в природных условиях. Правила поведения в условиях автономного существования.

3.2. Автономия в условиях Крайнего Севера.

Теоретическое занятие. Краткая физико-географическая характеристика зоны Арктики. Человек в условиях автономного существования Арктики. Холод, энергозатраты и питание. Водообеспечение в Арктике и водно-солевой обмен организма человека. Переход в Арктике. Профилактика и лечение заболеваний.

3.3. Техника и тактика движения в экстремальных ситуациях.

Теоретическое занятие. Походная коробка юнармейца. Действия в случае потери ориентировки. Остановка движения. Определение местонахождения. Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки. Поиск троп, дорог, следов. Необходимость выхода на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование троп, идущих в нужном направлении, движение по генеральному азимуту. Движение вдоль ручьев, рек.

Использование звуков, источников света, маркировки туристских маршрутов, следов человеческой деятельности.

Практическое занятие. Презентация своей походной коробки. Определение направления на север без использования компаса.

3.4. Способы подачи сигналов бедствия.

Теоретические занятия. Сигнальные костры. Зеркало и свисток. Международная кодовая таблица сигналов бедствия.

Практические занятия: Подача сигналов бедствия с помощью международной кодовой таблицы

3.5. Семафорная азбука.

Теоретическое занятие. Семафорная азбука: история создания, группы знаков.

Практическое занятие. Подача сигналов с помощью семафорной азбуки.

4. Подведение итогов. Заключительное занятие.

Теоретическое занятие. Заключительное занятие. Подведение итогов. Беседа с учащимися об основных достижениях каждого воспитанника, анализ деятельности.

Практические занятия: Тестирование (промежуточное и итоговое) по программе. Выполнение практических заданий лично и с группой.

Учебный план модуля «Строевая подготовка»

№	Содержательные линии	Темы	Количество занятий		
			теоретические	практические	
Общие положения.					наблюдение, выполнение практических заданий лично и с группой
1.1	История строя.		1		
1.2	Строй и управление ими		1		
1.3	Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.		1		
2. Одиночная строевая подготовка.					
2.1	Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой шаг. Отмашка. Повороты в движении. Строевая стойка с оружием. Повороты и движение с оружием.		1		наблюдение, выполнение практических заданий лично и с группой
2.2	Строевая стойка.			1	
2.3	Повороты на месте.			1	
2.4	Строевой шаг. Отмашка.			1	
2.5	Повороты в движении			1	
2.6	Строевая стойка с оружием.			1	
2.7	Повороты и движение с оружием.			1	
2.8	Смотр по одиночной строевой подготовке			1	
3. Действия в составе отделения					
3.1	Строй отделения. Развернутый и походный строй отделения.			1	наблюдение, выполнение практических заданий лично и с группой
3.2	Повороты отделения, размыкание и смыкание на месте.			2	
3.3	Повороты отделения в движении.			2	
3.4	Перестроение отделения из развернутого строя в походный и наоборот.			1	

3.5	Выполнение воинского приветствия в строю на месте		1	
3.6	Выполнение воинского приветствия в строю в движении		1	
3.7	Прохождение торжественным маршем.		1	
3.8	Прохождение с песней.		2	
3.9	Строевой смотр		2	
4.Выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.				
4.1	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте.		1	наблюдение, выполнение практических заданий лично и с группой
4.2	Выполнение воинского приветствия без оружия в движении.		1	
4.3	Выход из строя и возвращение в строй		1	
4.4	Подход к начальнику и отход от него.		1	
4.5	Строевой смотр		2	
5. Практическое применение навыков строевой подготовки				
5.1	Участие в Военно-спортивной игре «Победа»		3	наблюдение, выполнение практических заданий лично и с группой
5.2	Участие в несении почетного наряда на Посту № 1		3	
Всего часов:		36 часов		

Содержания учебного плана модуля «Строевая подготовка»

1. Общие положения: История строя. Строи и управление ими. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю.

2. Одиночная строевая подготовка: Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой шаг. Отмашка. Повороты в движении. Строевая стойка с оружием. Повороты и движение с оружием. Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой шаг. Отмашка. Повороты в движении. Строевая стойка с оружием. Повороты и движение с оружием. Смотр по одиночной строевой подготовке.

3. Действия в составе отделения: Строи отделения. Развернутый и походный строй отделения. Повороты отделения, размыкание и смыкание на месте.

Повороты отделения в движении. Перестроение отделения из развернутого строя в походный и наоборот. Выполнение воинского приветствия в строю на месте. Выполнение воинского приветствия в строю в движении.

Прохождение торжественным маршем. Прохождение с песней. Строевой смотр.

4.Выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него: Выполнение воинского приветствия без оружия на месте. Выполнение воинского приветствия без оружия в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строевой смотр.

5. Практическое применение навыков строевой подготовки: Участие в Военно-спортивной игре «Победа». Участие в несении почетного наряда на Посту № 1

Формы аттестации / контроля

В процессе обучения осуществляется текущий контроль за уровнем знаний, умений и навыков в соответствии с пройденным материалом программы.

Текущий контроль осуществляется:

-в начале учебного года (входная диагностика– оценка исходного уровня знаний, умений и навыков, сформированности компетенций учащихся перед началом образовательного процесса),

-в течение учебного года (тематический контроль - определение уровня и качества освоения отдельной части дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, раздела программы или изученной темы).

Промежуточная аттестация учащихся проводится как оценка результатов обучения за каждое полугодие.

Итоговая аттестация учащихся проводится по окончании полного курса обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

критерии оценки результативности обучения и формы предъявления и демонстрации (фиксации) образовательных результатов.

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Начальный или входная диагностика		
В начале учебного года	выявления базового уровня знаний у обучающихся	проводится в формате тестирования, опрос, беседа.
Текущий контроль		
В течение всего учебного года	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала.	Педагогическое наблюдение, опрос.
Промежуточный контроль		
В конце полугодия	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Соревнования, выполнение контрольных нормативов, смотр-конкурс, зачет,

		тестирование, презентация собственных работ.
Итоговый контроль		
В конце курса обучения	Определение результатов обучения. Получение сведений для дальнейшего улучшения образовательной программы и методов обучения.	Соревнования, выполнение контрольных нормативов, смотр-конкурс, зачет, тестирование, презентация собственных работ, участие в городских мероприятиях.

Основными оценочными материалами по всем программам являются карты наблюдения, разрабатываемые педагогами в соответствии со спецификой программы.

Оценочные материалы, дидактические материалы, календарный учебный график представлены в приложениях к программе.

Комплекс организационно-педагогических условий Материально-техническое обеспечение

Таблица 2

№ п./п.	Наименование	Кол-во единиц
1.	Видеопроектор	1 шт.
2.	Экран демонстрационный	1 шт.
3.	Ноутбук	1 шт.
4.	Колонки	2 шт.
5.	Компас жидкостный для ориентирования	10 шт.
6.	Аптечка медицинская в упаковке	Компл.
7.	Видеофильмы по программе	Компл.
8.	Презентации по программе	Компл.
9.	Карты спортивные, планы местности, планы микрорайона школы, карты своей местности	Компл.
10.	Флажки семафорные	10 компл.
11.	Палатка 5-ти местная	2 шт.
12.	Коврики пенополиуретановые	10 шт.
13.	Спальные мешки	10 шт.
14.	Сидушки туристические	10шт.
15.	Пила двуручная в чехле	1 шт.
16.	Топор в чехле	1 шт.
17.	Котлы туристические	2 шт.
18.	Тросик костровой	1 шт.
19.	Рукавицы костровые (брезентовые)	Компл.
20.	Тент хозяйственный 4х6	1 шт.

21.	Веревка для тента 25м d8мм	1 моток
22.	Посуда для приготовления пищи (ножи, терка, консервный нож и т. п.)	Компл.
23.	Лопата саперная в чехле	3 шт.
24.	Специализированный интерактивный стрелковый тир	1
25.	Винтовки для стрельбы в тире	3
26.	Макеты автомата «Калашников»:	2
27.	Макеты: комплект различных ранений и переломов	
28.	Аптечка индивидуальная – АИ	
29.	Индивидуальный противохимический пакет - ИПП	
30.	Индивидуальный перевязочный пакет - ППИ (бинт 7 метров, шириной 10 и более см)	

Методическое обеспечение программы

–**методы обучения и воспитания:** словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, частично-поисковый, проблемный, игровой, дискуссионный, убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация.

–**формы организации учебного занятия** - беседа, встреча с интересными людьми, игра, лекция, мастер-класс, открытое занятие, поход, праздник, практическое занятие, соревнование, тренинг, турнир, экспедиция, эстафета.

–**педагогические технологии** - технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающая технология,

-

Список литературы

для педагогов

1. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2012-2015годы». М.,
2. Кривоносенко Ф.Х. Патриотизм как наиболее глубокое чувство любви к Родине. М., 2005.
3. Растим патриотов России. Программы и методические разработки победителей конкурса среди воспитателей и преподавателей образовательных учреждений образования г. Москвы. М., 2007.
4. Керсновский А.А. История русской армии, т.1. М., 1992.; т.2. М.,1993.
5. Исторический опыт организации воспитательной работы, моральнопсихологического обеспечения служебно-боевой деятельности органов и войск Пограничной службы России (1990-2003). М., 2005.
6. Терещенко В.В. На охране рубежей Отечества. М., 2008.
7. «Учебное и методическое пособие по НВП» Москва, «Просвещение», 1984 г.

8. А.А.Доманевский. Авторская образовательная программа «Комплексная программа военно-патриотического воспитания». 2002.

учащихся и родителей

1. В.Н.Шунков, «Оружие Красной Армии» Минск, «Харвест», 1999 г.
2. Д Уайзмен. «Спецназ-курс индивидуальной подготовки» Москва, 2001 г.
3. А.Тарас, Ф.Заруцкий «Подготовка разведчика» Минск «Харвест» Москва «Аст», 2002 г.
4. А.Теплин «Школа выживания в природных условиях» Москва, «ЭКСМОПРЕСС.» 2001
5. Военная история России. Учебное пособие для общеобразовательных организаций. РВИО – школьнику. Москва, Издательство «Просвещение», 2016.

интернет-ресурсы

1. <https://yunarmy.ru/>
2. https://voenpatriot.mskobr.ru/patriotika/vserossijskoe_detsko_yunosheskoe_voenno_patrioticheskoe_obwestvennoe_dvizhenie_yunarmiya/modul_nye_programmy_yunarmii_moskvy/
3. <http://surviveclub.ru/archives/317>
4. https://nepropadu.ru/blog/school_survival/11857.html
5. http://rus-sur.ru/Biblioteka/sposob_avtonom_vyziv.pdf
6. <http://kombat. /stat. html> - Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях

Приложение 2

Оценка уровней освоения программы

Уровни / количество%	Параметры	Критерии	Показатели
Высокий уровень/ 100-80%	Теоретические знания.	Широта кругозора, свобода восприятия теоретической информации, развитость практических навыков работы со специальной литературой, осмысленность и свобода использования специальной терминологии.	Учащийся освоил практически весь объем знаний 100-80%, предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием
	Практические умения и навыки.	Соответствие развития уровня практических умений и навыков программным требованиям, свобода владения специальным оборудованием и оснащением, качество выполнения практического задания, технологичность практической деятельности.	Учащийся овладел на 100-80% умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества
Средний уровень/ 79-50%	Теоретические знания.	Широта кругозора, свобода восприятия теоретической информации, развитость практических навыков работы со специальной литературой, осмысленность и свобода использования специальной терминологии.	У учащегося объем усвоенных знаний составляет 79-50%; сочетает специальную терминологию с бытовой
	Практические умения и навыки.	Соответствие развития уровня практических умений и навыков программным требованиям, свобода владения специальным оборудованием и оснащением, качество выполнения практического задания, технологичность практической деятельности.	У учащегося объем усвоенных умений и навыков составляет 79-50%; работает с оборудованием с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца
Низкий уровень / Менее 50%	Теоретические знания.	Широта кругозора, свобода восприятия теоретической информации, развитость практических навыков работы со специальной литературой, осмысленность и свобода использования специальной терминологии.	Учащийся овладел менее чем 50% объема знаний, предусмотренных программой; учащийся, как правило, избегает употреблять специальные термины.
	Практические умения и навыки.	Соответствие развития уровня практических умений и навыков программным требованиям, свобода владения специальным оборудованием и оснащением, качество выполнения практического задания, технологичность практической деятельности.	Учащийся овладел менее чем 50%, предусмотренных умений и навыков; испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием; обучающийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

**ПРОТОКОЛ
РЕЗУЛЬТАТОВ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ
ПОЛУГОДИЕ УЧЕБНЫЙ ГОД**

Объединение:
Педагог дополнительного образования
Группа № 1
Дата проведения:
Форма диагностики: техника исполнения
Форма оценки результатов: по 5-бальной шкале

№	Фамилия, имя учащегося	Разделы программы		Уровень
		Теоретическая часть	Практическая часть	
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				

Таблица 3

Уровень выполнения в баллах:
Высокий уровень – от 4 до 5 баллов
Средний уровень – 3
Низкий уровень – 2

Уровни освоения	Кол-во человек	%
Высокий уровень		
Средний уровень		
Низкий уровень		

Результаты диагностики (выводы): Общее % - е усвоение ЗУН в группе № 1 за полугодие составляет: %

«дата» год.

Методические материалы для проведения промежуточной и итоговой аттестации по модулям

«Оказание первой помощи пострадавшему»

Билет №1.

1. Понятие «Первая помощь», значение своевременности и правильности ее оказания.
2. Виды кровотечений. Признаки.
3. При каких показаниях следует переносить пострадавшего только на животе. При каких показаниях - только сидя и полусидя?

Билет №2.

1. Первая помощь при различных видах кровотечений.
2. Ушибы и их симптомы
3. Как обрабатываются ожоги на месте происшествия?

Билет №3.

1. Первая помощь при ранении.
2. Ожоги. Виды ожогов.
3. На какое время накладывается жгут при артериальном кровотечении?

Билет №4.

1. Оказание первой помощи при ушибах.
2. Правила наложения повязок при ранениях и кровотечениях.
3. В каком месте необходимо прижимать артерию в случае артериального кровотечения?

Билет №5.

1. Порядок действия при электротравме.
2. Рана, признаки ранений. Виды ран.
3. Запрещенные действия при обморожениях.

Билет №6.

1. Первая помощь при ушибах.
2. Вывихи, симптомы.
3. Какие признаки определяют наличие у пострадавшего венозного кровотечения?

Билет №7.

1. Оказание первой помощи при вывихах.
2. Ушиб. Симптомы.
3. Какие признаки определяют наличие у пострадавшего артериального кровотечения?

Билет №8.

1. Первая помощь при переломах. Правила накладывания шины.
2. Вывихи, Симптомы.
3. Какие правила установлены при обработке ожога без нарушения целостности ожоговых пузырей?

Билет №9.

1. Первая помощь при вывихах.
2. Переломы. Виды переломов. Симптомы.
3. Какие правила установлены при обработке ожога с нарушением целостности ожоговых пузырей и кожи?

Билет №10.

1. Первая помощь при поражениях электрическим током.
2. Обморожения. Степени обморожения.
3. При каких показаниях следует наложить шины на конечности человека?

Билет №11.

1. Оказание первой помощи при обморожениях.
2. Электротравмы. Степени поражения. Симптомы.
3. При каких показаниях следует немедленно наложить кровоостанавливающий жгут?

Билет №12.

1. Порядок действий при травмах.
2. Ожоги. Степени ожогов.
3. Какие действия выполняются при проведении искусственного дыхания?

Билет №13.

1. Первая доврачебная помощь при ожогах.
2. Правила наложения жгутов при кровотечениях.
3. Какие действия выполняются при наружном массаже сердца?

Билет №14.

1. Искусственное дыхание.
2. Правила переноса пострадавшего при различных травмах.
3. Что необходимо выполнить в случае перелома конечности?

Билет №15

1. Наружный массаж сердца.
2. Действия по оказанию первой помощи при травмах.
3. При каких показаниях следует накладывать давящую повязку?

Тест по дисциплине «Основы оказания первой помощи».

Вопрос № 1. Транспортная шина, какой она должна быть.

- А. С возможностью фиксации только места перелома.
- Б. С возможностью фиксации места перелома и обездвиживанию двух смежных суставов.
- В. С возможностью фиксации места перелома и обездвиживания ближайшего сустава.

Вопрос № 2. Какую повязку следует наложить при повреждении пальца.

- А. Крестообразную
- Б. Спиральную
- В. Працевидную

Вопрос № 3. При транспортировке пострадавшего с переломом позвоночника пострадавший должен находиться в положении:

А. Пострадавший должен быть уложен на жесткий щит, в положении «на животе» (с валиком под верхнюю часть туловища) или на спине (с валиком в поясничном отделе).

Б. Пострадавший должен быть уложен на жесткий щит, в положении «на животе» с приподнятым головным концом.

В. Пострадавший должен быть уложен на жесткий щит, в положении «на животе» с опущенным головным концом.

Вопрос № 4. Первая помощь при открытом переломе.

А. Осуществить правильную иммобилизацию конечности, наложить на рану стерильную повязку, дать обезболивающее средство и организовать транспортировку пострадавшего в лечебное учреждение.

Б. Погрузить обнаженные костные осколки в рану, наложить на рану стерильную

повязку и пузырь со льдом, дать обезболивающее лекарство и обеспечить покой

конечности.

В. Концы сломанных костей совместить, наложить стерильную повязку на рану, осуществить иммобилизацию конечности.

Вопрос № 5. Основные правила наложения транспортной шины при переломе костей голени.

А. Наложить 2 шины с внутренней и наружной сторон ноги от стопы до коленного сустава и прибинтовать их.

Б. Наложить 2 шины с внутренней и наружной сторон ноги от стопы до середины бедра, чтобы обездвижить место перелома, коленный и голеностопный суставы.

Вопрос № 6. Какой материал может быть использован в качестве шины.

А. Кусок доски.

Б. Бинт, вата.

В. Ткань, мягкий картон.

Вопрос № 7. Первая помощь при обморожении.

А. Растереть пораженный участок жестким материалом или снегом.

Б. Создать условия для общего согревания, наложить ватно-марлевую повязку на обмороженный участок, дать теплое питье.

В. Сделать легкий массаж, растереть пораженное место одеколоном.

Вопрос № 8. Чем характеризуется венозное кровотечение.

А. Кровь из раны вытекает пульсирующей струей, имеет ярко-алую окраску.

Б. Кровь из раны вытекает непрерывно, сплошной струей темно-красного цвета.

В. Кровь из раны вытекает редкими каплями или медленно расплывающимся пятном.

Вопрос № 9. Какие признаки закрытого перелома костей конечностей.

А. Сильная боль, припухлость мягких тканей и деформация конечностей.

Б. Конечность искажена, поврежден кожный покров, видны осколки костей.

В. Синяки, ссадины на коже.

Вопрос № 10. Как оказать помощь при ожоге кипятком.

А. Смазать обожженный участок мазью или лосьоном, наложить стерильную повязку.

Б. Промыть обожженный участок холодной водой минут 10, наложить стерильную повязку, дать болеутоляющее средство.

В. Обожженную поверхность присыпать пищевой содой, наложить стерильную повязку.

Ответы: 1 Б, 2 Б, 3 А, 4 А, 5 Б, 6 А, 7 Б, 8 Б, 9 А, 10 Б

Тест по предмету: "Строевая подготовка"

1. Что называется строем?

а) Строй, в котором военнослужащие расположены один возле другого на одной линии

б) Сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом

в) Установленное Уставом размещение военнослужащих, подразделениях и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах

2. Что такое шеренга?

а) Сторона противоположная фронту

б) Строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии

в) Расстояние между флангами

3. Что называется флангом?

а) Правая /левая /оконечность строя

б) Расстояние по фронту между военнослужащими /машинами/, подразделениями и частями

в) Расстояние в глубину между военнослужащими /машинами/ подразделениями и частями

4. Что такое фронт?

а) Расстояние от первой шеренги до последней шеренги

б) Строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу

в) Сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом

5. Что называется тыльной стороной строя?

а) Два военнослужащих, стоящих в двух-шереножном строю в затылок один другому

б) Сторона, противоположная фронту

в) Сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом

6. Что называется интервалом?

а) Состояние в глубину, между военнослужащими

б) Расстояние между флангами

в) Расстояние по фронту между военнослужащими /машинами/, подразделениями и частями

7. Что такое дистанция?

а) Расстояние в глубину между военнослужащими

б) Подразделения построены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю

в) Два военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому

8. Что называется шириной строя.

а) Сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом

б) Расстояние между флангами

в) Расстояние от первой шеренги до последней шеренги

9. Что называется глубиной строя?

а) Расстояние по фронту между военнослужащими /машинами/, подразделениями и частями

б) Расстояние от первой шеренги до последней шеренги

в) Военнослужащие расположены один возле другого на одной линии

10. Что такое колонна?

а) Строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу.

б) Два военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому.

в) Установленное Уставом размещение военнослужащих, подразделениями и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

11. Что называется рядом?

а) Расстояние по фронту – между военнослужащими; подразделениями и частями

б) Строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии

в) Военнослужащие, стоящие в двухшереножном строю в затылок один другому

12. Двухшереножный строй это "-"

а) Военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага /вытянутой руки/

б) Строй, в котором военнослужащие расположены в затылок один другому

в) Размещение военнослужащих, подразделениями и частей для их совместных, действий в пешем порядке и на машинах

13. Сомкнутый строй это -

а) Строй, когда подразделения расположены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю

б) Строй, когда военнослужащие в шеренгах располагаются по фронту один от другого на интервалах, равных ширине ладони между локтями, расстояние от первой шеренги до последней шеренги

14. Разомкнутый строй это —

а) Строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии

б) Линия колонна интервалах

- в) Военнослужащие в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах в один шаг или на интервалах указанных командиром
15. Развернутый строй это -
- а) Строй, когда подразделения расположены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю
- б) Расстояние по фронту между военнослужащими, подразделениями и частями
- в) Строй, в котором военнослужащие расположены в затылок один другому
16. Походный строй это -
- а) Военнослужащие в шеренгах располагаются по фронту один от другого на интервалах, равных ширине ладони между локтями
- б) Подразделение построено в колонну или подразделения в колонках построены одно за другим на дистанциях
- в) Военнослужащие в шеренгах расположены один от другого на интервалах в один шаг или на интервалах указанных командиром
17. Кто такой направляющий?
- а) Военнослужащий - левофланговый второй шеренги
- б) Военнослужащий /подразделение/,двигающийся в головном указанном ему направлении
- в) Военнослужащий /подразделение/,двигающийся последним в колонне
18. Кто такой замыкающий?
- а) Правофланговый первой шеренги
- б) Военнослужащийдвигающийся последним в колонне
- в) Военнослужащий второй шеренги стоящий в затылок военнослужащему первой шеренги
19. По какой команде принимается строевая стойка?
- а) "Становись" или "Смирно"
- б) "Заправиться"
- в) "Равняйсь"
20. Нормальная скорость движения шагом?
- а) 90-100 шагов в минуту
- б) 110-120 шагов в минуту
- в) 130-140 шагов в минуту
21. Размер шага?
- а) 50-60 см б) 90-100 см в) 70-80 см
22. Нормальная скорость движения бегом?
- а) 165-180 шагов в минуту
- б) 150-165 шагов в минуту
- в) 180-195 шагов в минуту
23. Размер шага при движении бегом? а) 75-80 см б) 85-90-см в) 95-100 см
24. При движении строевым шагом ногу следует выносить на высоту?
- а) 15-20 см б) 25-30 см в) 10-15 см
25. При выходе военнослужащего из второй шеренги он.
- а) Услышав свою фамилию, поворачиваются лицом к начальнику

- б) Выходит из строя на указанное количество шагов, считая от первой шеренги, останавливается и поворачивается лицом к строю
 - в) Слегка накладывает левую руку на плечо впереди стоящего военнослужащего
 - г) Выходит из строя в сторону ближайшего фланга, делая предварительно поворот направо /налево/
26. Перестроение отделения, на месте из одной шеренги в две и обратно производится в.
- а) Четыре счета б) Два счета в) Три счета

Тесты по предмету: «Туристская подготовка Юнармейца»

Распределение обязанностей в группе.

I. Кто в группе отвечает за питание?

- 1. Руководитель.
- 2. Завхоз
- 3. Реммастер
- 4. Медик
- 5. Хронометрист

II. Кто в группе контролирует время (ходовое)?

- 1. Реммастер
- 2. Руководитель
- 3. Медик
- 4. Хронометрист
- 5. Завхоз

III. Кто в группе отвечает за ремонт и подготовку снаряжения?

- 1. Реммастер
- 2. Медик
- 3. Завхоз
- 4. Хронометрист
- 5. Руководитель

IV. Кто отвечает в группе за доврачебную медицинскую помощь?

- 1. Руководитель
- 2. Медик
- 3. Завхоз
- 4. Хронометрист
- 5. Фотограф

V. Кто в походе отвечает за жизнь и безопасность?

- 1. Руководитель

2. Завхоз
3. Медик
4. Хронометрист
5. Реммастер

VI. Кем является каждый идущий в поход?

1. Руководителем
2. Завхозом
3. Групповиком
4. Участником
5. Фотографом

VII. Чем обязан заниматься завхоз?

1. Во время подготовки к походу?
2. В походе?
3. После похода?
 - а) Закупать продукты.
 - б) Следить за дежурными.
 - в) Расфасовывать продукты.
 - г) Стирать мешочки от продуктов.
 - д) Распределять продукты и снаряжение.
 - е) Закупать продукты в походе.
 - ж) Составлять график дежурств.

VIII. Чем обязан заниматься хронометрист?

1. Перед походом?
2. В походе?
3. После похода?
 - а) Фиксировать ходовое время.
 - б) Подготовить блокнот, карандаш и часы.
 - в) Фиксировать все контрольные пункты, азимуты движения и т.д.
 - г) Составить таблицу хронометража и отдать руководителю для отчета.
 - д) Забывать записывать ходовое время.
 - е) Фиксировать пройденные километры.

IX. Каковы обязанности руководителя группы?

1. Во время подготовки к походу?
2. В походе?
3. После похода?
 - а) Оформить отчет о походе.
 - б) Организовать подготовку к походу.
 - в) Закупать продукты.

- г) Пройти всестороннюю подготовку до начала похода.
- д) Делать отметки о прохождении маршрута в контрольных пунктах.
- е) Помогать попавшим в беду.

Х. Кто и за что отвечает в походе?

- 1. Хронометрист?
- 2. Завхоз?
- 3. Реммастер?
- 4. Медик?
- а) Приобретает и хранит ремонтный инструмент.
- б) Фиксирует прохождение контрольных пунктов.
- в) Составляет меню.
- д) Фиксирует время в пути.
- г) Руководит ремонтом.
- е) Приобретает и хранит медаптечку.
- ж) Распределяет продукты и снаряжение
- з) Следит за выполнением санитарных правил

Снаряжение

I. Что относится к личному снаряжению?

- 1. Палатка.
- 2. Рюкзак.
- 3. Котелок.
- 4. Куртка.
- 5. Нож.

II. Что относится к общественному (групповому) снаряжению?

- 1. Свитер.
- 2. Картографический материал.
- 3. Веревка.
- 4. Велосипед.
- 5. Топор.

III. Что относится к специальному снаряжению?

- 1. Лыжи.
- 2. Ботинки.
- 3. Коврик.
- 4. Бахилы.
- 5. Спальник групповой.

IV. Какое личное снаряжение надо взять в поход, чтобы было тепло спать в палатке

- 1. Кроссовки.
- 2. Свитер.
- 3. Носки шерстяные.

4. Белую рубашку.
5. Шапку.

V. Без какого снаряжения нельзя пойти кататься на лыжах?

1. Кружки.
2. Куртки.
3. Котелок.
4. Лыжи.
5. Рукавицы.

VI. Что относится к костровому снаряжению?

1. Кружка.
2. Котелок.
3. Топор.
4. Тросик с крючками.
5. Половник.

VII. Что надо взять в ремнабор для ремонта лыж?

1. Отвертку.
2. Лезвие.
3. Шило.
4. Шурупы.
5. Стамеску.

VIII. Что надо взять в ремнабор для ремонта лямок рюкзака?

1. Напильник.
2. Толстую иглу.
3. Капроновые нитки.
4. Гвозди.
5. Пассатижи.

IX. Какая деталь на рюкзаке необходима и обязательна в зимнем походе?

1. Карман.
2. Тубус.
3. Пояс.
4. Шнуровка боковая.
5. Стяжки боковые.

X. Какой спальный мешок предпочтительнее брать с собой в зимний поход, когда идешь с учащимися?

1. Одноместный.
2. Кокон.
3. Одеяло.

4. Многоместный.
5. Любой.

XI. Какие лыжи предпочтительнее брать в лыжный поход?

1. В горном районе?
2. В лесном районе?
3. Для лыжной прогулки?
 - а) «Бескид»
 - б) «Турист»
 - в) «Лесные»
 - г) «Тайга»
 - д) Беговые деревянные
 - е) Беговые (пластик)

XII. Что обязательно должно быть на штормовке у туриста лыжника?

1. Капюшон с опушкой.
2. Большой нагрудный карман.
3. Тубусы на рукавах.
4. Резинка внизу.
5. Боковые карманы.

XIII. Какое снаряжение туриста – лыжника защищает его ноги от отморожения и попадания снега?

1. Ботинки.
2. Носки.
3. Бахилы.
4. Чуни.
5. Брюки штормовые.

XIV. Какое «приспособление» желательно иметь в походе, чтобы было безопасно сидеть у костра, на снегу, на мокрой кочке?

1. Стул.
2. меховые рукавицы.
3. Подстилку из меха.
4. Рюкзак.
5. Сидушку.

XV. Что может надежно защитить лицо участника лыжного похода при сильном ветре?

1. Маска.
2. Шарф.
3. Воротник свитера.
4. Рукавица.
5. Капюшон.

XVI. Что надо одеть на ноги ночью, чтобы они не мерзли в спальнике?

1. Мокрые валенки.

2. Чуни или меховые чулки.
3. Шерстяные носки.
4. Намотать портянки.
5. Ботинки.

XVII. В чем должно лежать КЛМН, чтобы оно не терялось у костра и в рюкзаке?

1. В полиэтиленовом мешке.
2. В тряпичном мешке.
3. Просто так.
4. В кармане рюкзака.

XVIII. Какое общественное снаряжение необходимо, чтобы переночевать в сильный мороз в шатре?

1. Топор.
2. Печка.
3. Ремнабор.
4. Тент.

Бивак

I. Какие действия у костра могут привести к травме (ожогу)?

1. Сушка обуви.
2. Махание горячей веткой.
3. Борьба за место у костра.
4. Бег вокруг костра.
5. Чтение книги.

II. Каков порядок установки палатки?

1. Застегнуть вход палатки.
2. Вынуть палатку из чехла.
3. Натянуть и закрепить боковые оттяжки.
4. Закрепить натяжение центральных оттяжек с помощью колышек.
5. Растянуть и закрепить днище палатки.
6. Поставить центральные стойки спереди и сзади палатки.

III. Каков порядок сборки палатки?

1. Выдернуть из земли все колышки, удерживающие палатку.
2. Взявшись за центральные оттяжки конька собрать все оттяжки, расположенные с одной и с другой стороны конька.
3. Уложить в чехол.
4. Вывернуть палатку на левую сторону, вытряхнуть мусор, затем вернуть палатку в исходное состояние.
5. Уложить на землю и свернуть.

IV. В какой последовательности надо завалить дерево толщиной 25 – 30 см. и более?

1. Сделать подруб запила (со стороны 1/3).
2. Определить естественный наклон дерева.
3. Когда дерево начнет падать, отойти в сторону.
4. Сделать надпил на 1/3 толщины ствола со стороны, куда надо завалить дерево.
5. С другой стороны на 10 – 15 см. выше первого сделать надпил, пока оба надпила не совместятся.

V. Что нельзя делать, когда валишь дерево?

1. Проверять насадку топора.
2. Ничего.
3. Все можно делать.
4. Раскачивать подпиленное дерево.
5. Подрубать первый надпил.

VI. Как надо обрубать сучки на поваленном дереве?

1. Как хочешь.
2. От вершины к комелю.
3. Справа от середины ствола.
4. От комеля к вершине.
5. Слева от середины ствола.

VII. Какой тип костра применяется для освещения?

1. Нодья.
2. Колодец.
3. Таежный.
4. Шалаш.
5. Любой.

VIII. Какой тип костра лучше применять большой группе при плохой погоде?

1. Нодья.
2. Колодец.
3. Шалаш.
4. Таежный.
5. Любой

IX. Какой тип костра лучше применять при аварийной ночевке в лесу?

1. Шалаш.
2. Колодец.
3. Таежный.
4. Любой.

5. Нодья.

X. Как правильно развести костер?

1. Приготовить дрова от тонких до толстых.
2. Зажечь березовую кору.
3. Подготовить площадку для костра (окопать, обложить камнями).
4. Положить березовую кору на настил, сверху положить тонкие дрова (ветки), а еще выше – потолще.
5. Сделать настил из толстых веток.
6. Заготовить березовую кору.
7. По мере возгорания пламени подкладывать потолще ветки.

XI. Зимой, после установки шатра с печкой, должен ли быть постоянный дежурный у горячей печи?

1. Без разницы.
2. Да.
3. Нет.
4. Может быть временно (подкинуть дрова).

XII. Как надо сушить ботинки у костра?

1. Поставил и ушел.
2. Поставил и попросил дежурного присмотреть.
3. Поставил перед собой и постоянно их поворачивать.
4. Не знаю.
5. Держишь ботинки в руках.

XIII. Как надо сушить ботинки у печки в шатре?

1. Поставить под печку.
2. Поставить возле печки и уйти.
3. Держать в руках.
4. Постоянно следить за ними.
5. Подвесить к крыше шатра или на кол.

XIV. Можно ли оставлять зажженную свечу без присмотра в шатре (палатке)?

1. Можно.
2. Нельзя.
3. Можно, но иногда заглядывать в шатер.
4. Можно на пять минут.

XV. Что жизненно необходимо при ночном дежурстве у печи в шатре?

1. Сухое горючее и растопка
2. Чай.
3. Дрова.

- 4.Фонарь.
- 5.Кружка.

XVI. Где должен располагаться центр тяжести рюкзака по отношению к центру тяжести тела человека?

1. Выше.
2. Ниже
- 3.Справа.
4. Как можно ближе.
5. Слева.

Команды при работе с веревками

I. Какая команда подается при освобождении участником перильной веревки?

1. Пошел.
2. Вперед.
3. Быстрее.
4. Свободно.
5. Ухожу.

II. Какая команда подается при провисании страховочной веревки?

1. Подтяни.
2. Выбери
3. Возьми
4. Забери
5. Выдай

III. Какая команда подается при сильном натяжении страховочной веревки?

1. Отдай.
2. Выбери.
3. Расслабь.
4. Выдай.
5. Отпусти.

IV. Какая команда подается при готовности к страховке?

- 1.Я держу тебя.
2. Я страхую.
3. Страховка готова.
4. Все нормально.
5. Можешь идти.

V. После какой команды страхуемый начинает движение в опасной зоне?

1. Можно идти.
2. Вперед.
3. Двигай.
4. Начинай движение.
5. Пошел.

Узлы

I. Какие узлы используются для вязки петель?

1. Прямой.
2. Восьмерка.
3. Булинь.
4. Ткацкий.
5. Штык.

II. Какие узлы используются для связывания веревок одного диаметра?

1. Прямой.
2. Двойной проводник.
3. Ткацкий.
4. Булинь.
5. Встречный.

III. Какие узлы используются для связывания веревок разного диаметра?

1. Академический.
2. Ткацкий.
3. Прямой.
4. Встречный.
5. Брамшкотовый.

IV. Какие узлы не требуют завязывания на концах веревки контрольных узлов?

1. Восьмерка.
2. Встречный.
3. Ткацкий.
4. Прямой.
5. Проводник.

V. Какой из узлов предназначен для связывания веревок одного диаметра, подвержен саморазвязыванию и сильно затягивается?

1. Встречный.
2. Проводник.

3. Булинь.
4. Прямой.
5. Схватывающий.

VI. Какой узел применяется для самостраховки на наклонных перилах?

1. Двойной проводник.
2. Двойной схватывающий.
3. Прямой.
4. Стремя.
5. Удавка.

VII. Какой узел применяется для перевязки перетертых веревок и для вязки петли на середине веревки?

1. Австрийский проводник.
2. Серединный проводник.
3. Бабочка.
4. Пчелка.
5. Прямой.

VIII. Какой узел применяется для самостраховки при движении по наклонным перилам, когда веревка мокрая или обледенела?

1. Удавка.
2. Штык.
3. Стремя.
4. Узел Бахмана.
5. Схватывающий.

IX. Каким узлом блокируется страховочная система, состоящая из грудной и беседочной обвязок?

1. Проводник.
2. Восьмерка.
3. Булинь.
4. Стремя.
5. Встречный.

Оценочный материал по предмету: «Юный стрелок»

Вариант контрольных вопросов

1. Меры безопасности при стрельбе из огнестрельного и спортивного оружия.
2. Порядок обращения с пневматическим оружием. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение.
3. История развития, назначение и свойства пневматического оружия.
4. Олимпийские чемпионы – россияне в стрелковом спорте.

5. Общее устройство винтовок МР-512. Устройство, назначение и работа основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Внесение поправок на прицеле.
6. Основы техники стрельбы. Выстрел. Траектория пули. Спуск курка
7. Приемы изготовления к стрельбе стоя, сидя, лежа.
8. Положение корпуса, рук, ног, головы, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча.
9. Понятие прицеливания.
10. Порядок заряжания и разряжения винтовки.
11. Влияние упражнений на расслабление различных групп мышц на результативность стрельбы. Спортивные и подвижные игры как средство активного отдыха

Зачетные соревнования по стрельбе

**Квалификационные соревнования. Упражнение выполняется из пневматической винтовки. Дистанция стрельбы – 5м и 10м;
Количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных; Норматив – выбить не менее 40 очков.**