


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 37» города Смоленска

Принята на заседании  
методического (педагогического)  
совета  
от «30» августа 2024 г.  
Протокол № 1

Утверждаю:  
И.о. директора МБОУ «СШ № 37»  
г. Смоленска  
М.А. Шалдина  
Приказ №170-од от 30.08.2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Юнармеец»**

Возраст обучающихся: 12-15 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Кожекин И.П.,  
Преподаватель ОБЖ

Смоленск  
2024

## І.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа «Юнармеец» является программой физкультурно-спортивной направленности, разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми актами Российской Федерации и образовательного учреждения:

- Федеральный Закон РФ от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года №678-р;

- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Приказ Минтруда и социальной защиты населения Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 298 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и 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 МБОУ «СШ № 37» города Смоленска.

**Актуальность программы:** программа направлена на формирование у детей патриотизма, ценностного отношения к своей малой и большой Родине, которую нужно оберегать, посредством реализации программы военно-патриотического воспитания детей и молодежи во внеурочной деятельности.

Актуальность Программы заключается в повышении значимости военно-патриотического воспитания обучающихся через интегрированную деятельность по следующим взаимосвязанным направлениям:

- познавательная деятельность;
- туристско-краеведческая деятельность;
- спортивно-оздоровительная деятельность.

Актуальность данной Программы подтверждается словами президента Российской Федерации В.В. Путина: «У нас нет, и не может быть никакой другой объединяющей идеи, кроме патриотизма» и учитывает запросы со стороны детей и родителей на содержание программы военно-патриотического и гражданского воспитания.

**Педагогическая целесообразность:** всероссийское детско-юношеское военно-патриотическое общественное движение «ЮНАРМИЯ» образовано по инициативе министерства обороны РФ в 2016 году, в целях улучшения патриотического воспитания. Это сравнительно молодое движение, которое растёт и набирает свои обороты. Программа основана на комплексном подходе к подготовке молодого человека «новой формации», умеющего жить в современных условиях: компетентного, мобильного, с высокой культурой общения, готового к принятию справедливых решений, умеющего эффективно взаимодействовать с окружающим миром.

Реализация Программы основывается на тесной межпредметной интеграции с дисциплинами «Основы безопасности жизнедеятельности», «Физическая культура».

Процесс формирования готовности к защите Отечества у обучающихся строится с учетом имеющихся знаний, жизненного опыта, общих задач обучения и воспитания. Программа способствует освоению учебной информацией лично значимого характера, опираясь на высокую эмоциональность, впечатлительность, восприимчивость, формирования у обучающихся чувства восхищения воинами Вооруженных Сил РФ, формировании желания в будущем встать в их ряды.

При разработке содержания Программы учитывались:

- основные закономерностей развития теории военно-патриотического воспитания;
- интегративность – охват многих сфер человеческой деятельности;
- направленность на формирование у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность личности, общества и государства.

**Новизна программы:** современные вызовы и угрозы диктуют необходимость укрепления обороноспособности нашей Родины и повышения боеспособности её вооружённых защитников. В этих условиях в системе военно-патриотического воспитания на первый план выходят такие задачи, как формирование у подрастающего поколения возвышенного чувства верности своему Отечеству, готовности к достойному служению обществу, государству

и подготовки старшеклассников к честному выполнению воинского долга.

Растёт общественный запрос на качественное совершенствование системы военно-патриотического воспитания, наполнение её конкретным содержанием, обучение допризывной молодёжи знаниям, умениям и навыкам, отвечающим актуальным потребностям и уровню развития современной Российской армии и соответствующим решаемым ею сегодня задачам.

**Адресат программы:** подростки в возрасте 12-17 лет.

**Доступность программы для различных категорий детей**

Занятия по программе доступны для отдельных категорий детей с ОВЗ и детей-инвалидов. Это возможно, так как в учреждении создана доступная образовательная среда, при проведении занятий используются здоровье-сберегающие педагогические технологии.

Программа предусматривает обучение детей с выдающимися способностями. При работе с этой категорией детей применяются элементы технологии разноуровневого обучения. Для этих обучающихся предусмотрено участие в конкурсах, фестивалях, выставках, соревнованиях, олимпиадах различного уровня.

Программа подходит для работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации. При работе с этой категорией детей используется технология педагогической поддержки. Обучаться по программе имеют возможность дети из малообеспеченных семей, так как она не предусматривает приобретение дорогостоящих материалов и специального оборудования.

**Объем программы:** 36 часов.

**Срок освоения программы:** 1 год.

Режим занятий: 1 раза в неделю по 1 академическим часа продолжительностью 40 минут

Формы организации учебного процесса: очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Виды занятий:

- мастер-классы;
- мастерские;
- тренинги.

Цель программы: Воспитание и развитие у обучающихся среднего и старшего возраста высокой гражданской ответственности, готовности к поступлению в военные образовательные учреждения, формирование чувства патриотизма и профессионально значимых качеств, знаний и умений, готовности к их активному применению в различных сферах жизни общества, при выполнении конституционного и воинского долга в условиях мирного и военного времени.

## **Задачи**

### **Образовательные:**

1. Создать условия для приобретения обучающимися новых знаний, умений, навыков и компетенций в области обороны и основ безопасности жизнедеятельности.

2. Углубить и обеспечить практическое закрепление теоретических знаний, полученных на занятиях по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных организациях, приобретение практических навыков, необходимых юношам для быстрой адаптации к военной службе, знакомство с вооружением и военной техникой, основными видами боевых действий и действиями военнослужащих в различных условиях, выполнение практических стрельб из пневматической винтовки.

3. Создать условия для изучения основ безопасности военной службы, конструкции и правил обращения с боевым ручным стрелковым оружием, основ тактической, строевой, инженерной подготовки, основ оказания первой помощи, вопросов радиационной, химической и биологической защиты войск и основ связи.

### **Воспитательные:**

1. Содействовать формированию морально-политических и психологических качеств гражданина, необходимых для прохождения военной службы.

2. Обеспечить воспитание у обучающихся патриотизма, глубокого уважения к государственным символам Российской Федерации, историческому и культурному прошлому России, гордости за свою страну, Вооружённые Силы и их боевые традиции, готовности к службе в их рядах и защите своей Родины.

3. Способствовать профессиональной ориентации, укреплению нравственных ориентиров и формированию положительной мотивации к профессии защитника Родины.

#### **Развивающие:**

1. Способствовать формированию у обучающихся социальной активности.

2. Содействовать формированию знаний о правилах поведения военнослужащих, воинской вежливости, основах воинского этикета и выполнения воинских ритуалов.

3. Способствовать военно-профессиональной ориентации на овладение военно-учётными специальностями и выбору профессии офицера.

4. Создать условия для формирования у обучающихся потребности в здоровом образе жизни и желания быть полезным своей Родине.

5. Создать условия для самореализации личности путём включения в разнообразные виды деятельности.

6. Способствовать формированию и развитию навыков общения и взаимодействия в совместной коллективной деятельности.

#### **Планируемые результаты**

**Личностные:** достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в российском обществе правилами и нормами поведения.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения курса «Юнармия», должны способствовать процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, развития внутренней позиции личности, патриотизма, гражданственности и

проявляться прежде всего в уважении к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, гордости за российские достижения, бережном отношении к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, готовности к осознанному исполнению воинского долга и вооружённой защите Отечества.

**Метапредметные:** формируемые в ходе реализации курса внеурочной деятельности «Юнармия», должны отражать овладение универсальными учебными действиями. Самостоятельно определять актуальные проблемные вопросы обеспечения военной безопасности государства, обосновывать их приоритет и всесторонне анализировать; устанавливать существенный признак или основания для обобщения, сравнения и классификации событий и явлений в военной сфере, выявлять их закономерности и противоречия; определять цели действий применительно к заданной (смоделированной) ситуации, выбирать способы их достижения с учётом самостоятельно выделенных критериев в парадигме военной службы, оценивать риски возможных последствий собственных действий; моделировать объекты (события, явления), связанные с военной службой, анализировать их различные состояния для решения практических задач, переносить приобретённые знания в повседневную жизнь; планировать и осуществлять учебные действия в условиях дефицита информации, необходимой для решения стоящей задачи; развивать творческое мышление при решении ситуационных задач.

**Предметные:** представлены с учётом специфики содержания вопросов, затрагиваемых новых знаний, навыков и умений, дополняющих содержание школьной программы, которые должны мотивировать их к получению военно-учётной специальности, способствовать быстрой адаптации к службе в Вооружённых Силах и помогать в выборе будущей профессиональной деятельности.

Обучающиеся должны знать: героическую историю Российского государства, Государственные символы Российской Федерации; историю создания Во-



оружённых Сил Российской Федерации, их основные традиции; структуру и задачи, решаемые Вооружёнными Силами Российской Федерации; назначение и устройство основных видов стрелкового оружия, состоящего на вооружении Сухопутных войск; порядок и правила стрельбы из стрелкового оружия; основы оказания первой помощи на поле боя; боевые и технические характеристики основных образцов военной техники; основы тактической, инженерной, разведывательной, технической подготовки и связи; приёмы и правила выполнения действий солдата в бою; основные положения общевоинских уставов, права и обязанности военнослужащих; нормы и правила повседневной жизни и быта военнослужащих.

#### **Условия реализации программы:**

- кабинет, оснащенный партами, стульями, учебной доской;
- Проектор, ПК с выходом в интернет;
- Специальные технические средства
- Муляжи огнестрельного оружия

#### **Виды и формы контроля**

Вводный контроль проводится в сентябре-месяце, в начале обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе. Он проходит в форме беседы и педагогического.

**Текущий контроль** осуществляется на каждом занятии. Он проводится в форме педагогического наблюдения, устного опроса, анализа выполнения практических занятий.

**Промежуточный контроль** осуществляется 1 раз в год в декабре-месяце. Формы проведения: тест, практическое задание.

**Итоговый контроль** проводится в мае-месяце, в конце обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе. Он проходит в форме промежуточной аттестации.

## II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Р-1. «Огневая подготовка»</b>	4	2	2	Самостоятельная работа
	Патриотизм-основное качество защитника Отечества.				
2	Вооруженные Силы РФ-наследники героических традиций народа.				
3	Государственные и военные символы Российской Федерации.	4	2	2	Самостоятельная работа
4	Почетные награды государства за доблестный труд и воинскую доблесть.				
5	Устройство и ТТД автомата АК-74.	4	2	2	Самостоятельная работа
6	Предназначение и работа основных частей и механизмов автомата.				
7	Порядок неполной разборки АК-74.	4	2	4	Практическая работа
8	Порядок сборки АК-74.				
9	Тренировка по неполной сборке и разборке АК-74.	2	-	4	Практическая работа
10	Выполнение норматива по разборке и сборке автомата.				
11	Выполнение норматива по разборке и сборке АК-74.	4	2	2	Самостоятельная работа
12	Правила безопасности при обращении с оружием и при стрельбе.				
13	Стрельба из пневматической винтовки стоя.	4	-	4	Практическая работа
14	Стрельба из пневматической винтовки с упора.				
15	Ознакомление с вопросами тактической подготовки в армии.	4	2	2	Самостоятельная работ
16	Способы передвижения на поле боя.				
17	Способы передвижения на поле боя.	4	2	2	Практическая работа
18	Тренировка по одеванию и снятию противогаза.				
19	Особенности противогазов ГП-7В, ГП-7ВМ и ГП-9.	4	2	2	Практическая работа
20	Ознакомление со средствами защиты кожи.				
21	Выполнению норматива по одеванию противогаза и ОЗК.	4	-	4	Практическая работа
22	<b>Р-2 « Строевая подготовка»</b>				
	Строй и его элементы.				
23	Строевая стойка и выполнение команд в строю.	4	-	4	Практическая работа
24	Повороты на месте. Строевой шаг.				
25	Строевые повороты в движении.	4	-	4	Практическая работа
26	Выход из строя и возвращение в строй.				

27	Отработка строевых приемов на месте и в движении.	4	-	4	Практическая работа
28	Воинское приветствие при нахождении вне строя.				
29	Воинское приветствие при движении в строю.	4	-	4	Практическая работа
30	Контрольное занятие по строевой подготовке.				
31	<b>Р-3 «Медицинская и физическая подготовка»</b>	4	2	2	Практическая работа
	Проверка общефизической подготовки. Бег. Потягивание. Полоса препятствий..				
32	Виды кровотечений и способы их остановки.	4	2	2	Практическая работа\устный опрос
33	Правила наложения повязки на рану.				
34	Правила наложения повязки на рану.	4		4	Устный опрос
35	Промежуточная аттестация.				
36	Итоговое занятие в форме собеседования.				
<b>Итого: 72 часа</b>					

### III. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

#### Раздел 1. «Огневая подготовка»

**Теория:** иметь представление о вооружении отделения и тактико-технических характеристиках стрелкового оружия; классифицировать виды стрелкового оружия и ручных гранат; иметь представление о перспективах развития стрелкового оружия; знать назначение и устройство частей и механизмов автомата, патронов и принадлежностей, общее устройство ручных гранат.

**Практика:** уверенно и безопасно обращаться с оружием; выполнять практические действия по неполной разборке-сборке автомата Калашникова; знать порядок подготовки к бою ручных гранат; знать и соблюдать меры безопасности при проведении занятий по боевой подготовке и обращении с оружием; самостоятельно оценивать риски нарушения правил и мер безопасности; владеть навыками прицеливания и производства выстрела; выполнять практические действия по изготовке к стрельбе из различных положений; знать условия выполне-

ния упражнений начальных стрельб и метания ручных гранат; выполнять нормативы по снаряжению магазина боеприпасами и изготовке для стрельбы из положения лёжа; выполнять упражнения начальных стрельб.

## **Раздел 2. «Строевая подготовка»**

**Теория:** иметь представление об основных положениях строевого устава; знать и практически выполнять строевые приёмы на месте; понимать алгоритм выполнения строевых приёмов в движении; знать и практически выполнять строевые приёмы в движении без оружия; понимать алгоритм выполнения строевых приёмов с оружием.

**Практика:** знать и практически выполнять строевые приёмы с оружием на месте; знать и практически выполнять основные строевые приёмы в составе подразделения в движении.

## **Раздел 3. «Медицинская и физическая подготовка»**

**Теория:** иметь представление о алгоритме оказания первой помощи; знать состав и назначение средств оказания первой помощи; классифицировать типы ранений; знать порядок и условия остановки различных видов кровотечений, иммобилизации конечностей, действий при отсутствии признаков жизни, нарушении проходимости дыхательных путей, общем переохлаждении и отморожении, перегревании и ожогах.

**Практика:** выполнять практические действия по оказанию первой помощи (проведение сердечно-лёгочной реанимации, восстановление проходимости дыхательных путей, остановка кровотечения, наложение повязок, иммобилизация, психологическая поддержка); выполнять практические действия по эвакуации раненых с поля боя.

### **Физическая подготовка:**

**Теория:** обобщённые знания о функциональных системах организма, поддерживающих работоспособность человека (ССС, дыхательная, кровеносная, опорно-двигательных аппарат).

**Практика:** Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, ловкость посредством сдачи тестов физической подготовленности.

#### IV. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

- вводное занятие;
- занятие по углублению и совершенствованию знаний, умений и навыков;
- практическое занятие;
- занятие по обобщению и систематизации знаний;
- занятие по контролю знаний, умений и навыков;
- комбинированная форма организации занятий.

№ п/п	Месяц	Тема занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Форма контроля
1.	сентябрь	Патриотизм-основное качество защитника Отечества. Вооруженные Силы РФ-наследники героических традиций народа. Государственные и военные символы Российской Федерации. Почетные награды государства за доблестный труд и воинскую доблесть.	вводное	2	групповая
			вводное	2	групповая
			вводное	2	групповая
			вводное	2	групповая
2.	Октябрь	Устройство и ТТД автомата АК-74. Предназначение и работа основных частей и механизмов автомата. Порядок неполной разборки АК-74. Порядок сборки АК-74.	Вводное	2	групповая
			Практическое	2	индивидуальная
			Практическое	2	индивидуальная
			Практическое	2	индивидуальная
3.	Ноябрь	Тренировка по неполной сборке и разборке АК-74. Выполнение норматива по разборке и сборке автомата. Правила безопасности при обращении с оружием и при стрельбе. Стрельба из пневматической винтовки стоя.	Практическое	2	индивидуальная
			Практическое	2	индивидуальная
			Практическое	2	индивидуальная
			Вводное	2	
4.	Декабрь	Стрельба из пневматической винтовки с упора. Ознакомление с вопросами тактической подготовки в армии. Способы передвижения на поле боя. Способы передвижения на поле боя.	Практическое	2	индивидуальная
			Вводное	2	групповая
			Практическое	2	индивидуальная
			Практическое	2	индивидуальная
5.	Январь	Тренировка по одеванию и снятию противогаза. Особенности противогазов ГП-7В, ГП-7ВМ и ГП-9. Ознакомление со средствами защиты кожи.	Практическое	2	индивидуальная
			Практическое	2	индивидуальная
			Практическое	2	групповая

		Выполнению норматива по одеванию противогаза и ОЗК.		2	
6.	Февраль	Строй и его элементы. Строевая стойка и выполнение команд в строю. Повороты на месте. Строевой шаг. Строевые повороты в движении.	Практическое	2	индивидуальная
			Практическое	2	индивидуальная
			Практическое	2	индивидуальная
			Практическое	2	индивидуальная
7.	Март	Выход из строя и возвращение в строй Отработка строевых приемов на месте и в движении. Воинское приветствие при нахождении вне строя. Воинское приветствие при движении в строю.	Практическое	2	индивидуальная
			Практическое	2	индивидуальная
			Практическое	2	индивидуальная
				2	индивидуальная
8.	Апрель	Контрольное занятие по строевой подготовке. Проверка общефизической подготовки. Бег. Потягивание. Полоса препятствий. Виды кровоточений и способы их остановки.	Практическое	2	индивидуальная
				2	групповая
			Вводное	4	групповая
9.	Май	Правила наложения повязки на рану. Промежуточная аттестация. Итоговое занятие в форме собеседования.	Практическое	4	групповая
			Контрольное	2	групповая
			Контрольное	2	групповая

## V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

**Информационное обеспечение программы методическими видами продукции, необходимыми для ее реализации**

(макет АК – 74 – 2шт.; пневматические винтовки МУР- 501 - 4 шт.; учебные ручные гранаты - Ф1; РГД - 5 – 1 шт.; мина противопехотная – 2 шт.; мина противотанковая – 2 шт.; макет ударно-спускового механизма АКМ – 3 шт.; магазин для АКМ; ОЗК – 2 шт.; противогазы ГП-5,7 – 4 шт.; ВПХР – 2 шт.; ДП-5А – 2 шт.; деревянные макеты АК – 10 шт.; командирский ящик – 2 шт.; - прицельные

станки – 2 шт.; ТА-57 – 2 шт.; - медицинский манекен «Максим»; носилки медицинские.

### **Дидактический материал:**

Специализированные стенды: государственная символика; великие полководцы и флотоводцы России; государственные награды РФ; защита Отечества – почётный долг и обязанность гражданина РФ; арсенал России; защитные сооружения, действия при авариях и катастрофах, стихийных бедствиях; первая медицинская помощь; аварийно-спасательные и другие неотложные работы; действия при пожаре; индивидуальные средства защиты.

Образцы изделий: средства пожаротушения и защиты человека; индивидуальные средства защиты органов дыхания и кожи; средства первой медицинской помощи.

### **Наглядный материал**

Плакаты по ТТХ и устройству АК74, пистолета ПМ, устройству гранаты Ф1 и РГД5.

Плакаты по оказанию доврачебной помощи связанные с реанимационными процедурами, остановкой кровотечения, наложение шины и транспортировки пострадавших.

### **Описание общей методики работы**

Основными методами обучения являются устное изложение материала, беседа, показ, упражнение и самостоятельная работа.

**Устное изложение:** применяется преимущественно при сообщении. Изучаемые приёмы и действия могут быть показаны лично преподавателем, специально проинструктированными командирами отделений, а также посредством учебного кино. Метод устного изложения наиболее часто сочетается с демонстрацией, упражнение - с показом, показ - объяснение. На выбор методов обучения оказывают влияние состав учащихся и уровень их подготовки, количество учебного времени, отводимого на занятия, наличие и состояние учебно-материальной базы и средств наглядности.

**Личный показ:** строевых приёмов, действий с оружием и на тактических занятиях служит для учащихся источником знаний, образцом для подражания.

**Упражнения:** основной метод закрепления знаний, выработки умений и навыков. Упражнения: основной метод закрепления знаний, выработки умений и навыков по начальной военной подготовке. Многократное, сознательное, усложняющееся повторение определённых приёмов и действий с целью выработки и совершенствования у учащихся навыков и умений, определяемых программой. Разновидностью упражнений являются тренировки. Они служат для закрепления и совершенствования уже сформированных навыков и умений. При проведении упражнения и тренировок необходимо соблюдать определённые педагогические требования. Отработка тех или иных приёмов и действий осуществляется учащимися не механически, а сознательно. Успешное применение одного метода предполагает сочетание его с другим.

**Тренировки** - разновидность упражнений. Они служат для закрепления и совершенствования уже сформированных навыков и умений. Отработка тех или иных приёмов и действий должна осуществляться учащимися не механически, а сознательно.

### **Методы обучения**

Основными методами, используемыми в обучении, являются: словесные; наглядные; практические.

### **Технологии обучения**

В образовательном процессе применяются следующие технологии обучения: здоровье-сберегающие; игровые, личностно-ориентированного обучения.



## VI. ЛИТЕРАТУРА

1. Воробьёв Ю.Л. «Основы безопасности жизнедеятельности» - М, 2018г (5-9 класс);
2. Воробьёв Ю.Л. «Основы безопасности жизнедеятельности» - М, 2018г (8 класс);
3. Выдрин И.Ф. «Начальная военная подготовка» - М, 2017г;
4. Синяев А.Д. «В помощь призывнику» - М, 2017г;
5. Домушин А.П. «Первые и впервые» - М, 2014г;
6. Зырянов А.А. «Общевойсковые уставы» - М, 2014г;
7. Лутовинов В.И. «Подготовка учащейся молодёжи к защите Отечества и военной службе» - М, 2003г;
8. Махальцов В.Д. «Проблемы патриотического воспитания: опыт, перспективы» - Новосибирск, 2005г;
9. Боярский В.И. «Партизаны и армия» - М, 2011 г;
10. Яроцкий А.П. «Знай стрелковое оружие» - М, 2017г;
11. Яроцкий А.П. «Наставление по стрелковому делу. Автомат Калашникова (АК)» - М, 2017г;
12. Казаков Д.Ф. «Виды Вооружённых Сил Российской Федерации» - М, 2017 г.

### Сайты, используемые при подготовке и проведении занятий

<i>Название сайта</i>	<i>Электронный адрес</i>
Совет безопасности РФ	<a href="http://www.scrf.gov.ru">http://www.scrf.gov.ru</a>
Министерство внутренних дел	<a href="http://www.mvd.ru">http://www.mvd.ru</a>
МЧС России	<a href="http://www.emercom.gov.ru">http://www.emercom.gov.ru</a>
Министерство здравоохранения РФ	<a href="http://www.minzdrav-rf.ru">http://www.minzdrav-rf.ru</a>
Министерство обороны РФ	<a href="http://www.mil.ru">http://www.mil.ru</a>
Министерство образования и науки РФ	<a href="http://www.mon.gov.ru">http://www.mon.gov.ru</a>

## VII. ПРИЛОЖЕНИЕ

### Приложение 1

Материалы для входного контроля

Комплексное силовое упражнение КСУ — это последовательность упражнений, которая выполняется в круговой манере, все упражнения выполняются по 10 раз. В КСУ входят такие упражнения: отжимания в упоре лежа; + упор присев – упор лёжа; приседания (руки за голову) с выпрыгиваниями. Норматив не устанавливается, учитываются индивидуальные возможности учащегося. Комплекс направлен на развитие общей выносливости.

### Приложение 2

Материалы для текущего контроля образовательных результатов

#### «Карта наблюдения на занятии»

Наблюдение - метод сбора первичной информации путем непосредственной регистрации педагогом наличия заранее выделенных показателей. Для оценки эффективности занятий можно использовать следующие показатели: - степень помощи, которую оказывает педагог учащимся в процессе выполнения задания: чем помощь педагога меньше, тем выше самостоятельность детей и, следовательно, выше развивающий эффект знаний; - поведение детей на занятиях: живость, активность, заинтересованность обеспечивают положительные результаты занятий;- результаты выполнения самостоятельных заданий, при выполнении которых выявляются, справляется ли учащийся с этими заданиями при минимальной помощи педагога.

№ п/п	ФИО обучающегося	Степень помощи	Поведение на занятиях	Результаты выполнения самостоятельных занятий	Общий уровень освоения предмета изучения

Необходимо по каждому из показателей дать оценку каждому из качеств в баллах (по пятибалльной системе):

5 баллов – такое качество сильно выражено у ребенка;

4 балла – выражено выше среднего;

3 балла – выражено средне;

2 балла – слабо выражено;  
1 балл – совсем не выражено.

### **Приложение 3. Опросник «Вопросы для самоанализа»**

Вопросы для самоанализа используются для оценивания осознанности каждым учащимся его собственного процесса обучения.

Инструкция: беседа проводится с каждым учащимся в конце занятия. Учащимся задается ряд вопросов.

1. Чем больше всего понравилось заниматься? (Продвинутый уровень устанавливается с помощью дополнительного вопроса: «Какая технология тебе больше всего понравилась?» «В каких техниках ты попробовал бы сам сделать дома»).

2. Что ты будешь делать со своей работой (умением, навыком)? (Продвинутый уровень устанавливается с помощью дополнительного вопроса: «Как тебе пригодиться в жизни?»)

### **Приложение 4. Диагностические материалы для промежуточного и итогового контроля образовательных результатов** Диагностические материалы для оценки личностных результатов «Карта наблюдения за личностными достижениями»

Цель: оценить сформированность личностных результатов обучающихся.

Фи обучающегося	1	2	3	4	5

Примечание:

1. Активный познавательный интерес к предмету.
2. Культура поведения и умение организовывать свое рабочее место
3. Доброжелательное отношение друг к другу.
4. Общественная активность личности, гражданская позиция.
5. Желание добиваться успеха собственным трудом.

Необходимо по каждому из показателей дать оценку каждому из качеств в баллах (по пятибалльной системе):

- 5 баллов – такое качество сильно выражено у ребенка;
- 4 балла – выражено выше среднего;
- 3 балла – выражено средне;
- 2 балла – слабо выражено;
- 1 балл – совсем не выражено.

## Приложение 5. Предметные результаты:

Диагностическая (предметная) проба в форме задания по изученному материалу.

Предметная проба – практико-ориентированные задания на установление фактического уровня теоретических знаний, практических умений и навыков учащихся по предмету, изучаемому согласно учебно-тематическому плану программы, позволяющие выявить не только степени обучаемости учащихся, но и одаренных детей и детей «группы риска».

Цель: определение уровня развития обучающегося.

Предметное задание №	ФИ обучающегося	Уровень оценки предметных результатов ребенка

Критерии оценки уровень

Уровень 1 - может быть квалифицирован как несформированность предметных результатов;

уровень 2 - как уровень ниже среднего предметных знаний, представлений, умений и навыков;

уровень 3 - удовлетворительный;

уровень 4 - выше среднего;

уровень 5 – высокий

### 1. Теория

#### Оказание доврачебной помощи

#### Примерный перечень вопросов для текущего контроля

1. Дополните фразу: «\_\_\_\_\_ - является местное повреждение целостности тканей организма в результате механических, физических или химических воздействий».

2. Закончите фразу: «Раны сопровождаются кровотечением, болью, нарушением функций поврежденного организма и могут осложняться \_\_\_\_\_».

3. Дополните фразу: «\_\_\_\_\_ рана возникает под воздействием тупого ранящего орудия большой массы или обладающего большой скоростью».

4. Дополните фразу: «Транспортная \_\_\_\_\_ осуществляется посредством специальных шин или шин, изготовленных из подручных материалов».

5. Дополните фразу: «Перед рефлекторным вызыванием рвоты рекомендуется выпить несколько стаканов \_\_\_\_\_, или 0,25 – 0,5-процентного раствора пищевой соды, или 0,5-процентного раствора \_\_\_\_\_».

6. Дополните фразу: «Целью оказания первой медицинской помощи при отморожении является по возможности быстрое и полноценное восстановление \_\_\_\_\_ в пораженных тканях, для этого, прежде всего, необходимо их \_\_\_\_\_».

7. Дополните фразу: «Если одежда и обувь \_\_\_\_\_, а кожа \_\_\_\_\_, то электрическое сопротивление снижается, и опасность поражения током резко возрастает».

8. Дополните фразу: «Конец бинта разрывают продольно и завязывают узлом на стороне, \_\_\_\_\_ повреждению».

9. Установите соответствие между видами антисептики и ее основными характеристиками (*ответ представьте в виде цифры с буквой, например 3 В*).

1) Механическая антисептика.	А) Уничтожение микробов и повышение иммунологической защиты организма; применяются антибиотики, ферменты или сыворотки.
2) Химическая антисептика.	Б) Использование физических факторов для уничтожения микробов; применяется гипертонический раствор или бактерицидная лампа.
3) Физическая антисептика.	В) Первичная обработка раны, удаление инородных тел.
4) Биологическая антисептика.	Г) осуществляется с помощью дезинфицирующих средств и химиотерапевтических средств, синтетических сульфаниламидных препаратов.

10. Установите очередность действий по наложению жгута:

А) жгут захватывают правой рукой у края с цепочкой, левой – на 30 – 40 см ближе к середине;

Б) последующие туры жгута накладывают по спирали, не растягивая, и фиксируют крючок в цепочке;

В) конечность со жгутом хорошо иммобилизируют с помощью транспортной шины или подручных средств;

Г) к жгуту или одежде пострадавшего прикрепляют записку с указанием даты и времени (часы, минуты) его наложения;

Д) жгут растягивают руками и накладывают первый циркулярный тур таким образом, чтобы начальный участок жгута перекрывался последующим туром;

Е) выше раны и ближе к ней на кожу накладывают прокладку из одежды или мягкой ткани;

Ж) для обеспечения оттока венозной крови конечность поднимают на 20 – 30 см.

## **2. Практика**

**КСУ на перекладине.** Выполняется непрерывно с фиксацией вися и упора не более 3 секунд (хват сверху). При подтягивании подбородок - выше перекладины, при поднимании ног - касание грифа. Разрешается сгибание и разведение ног, отклонение тела от неподвижного положения, выполнение движений махом и рывком. Выполнить в последовательности: подтягивание, поднимание ног, подъем переворотом. Оценка производится по количеству циклов. Учитываются индивидуальные особенности испытуемого.

### **Разборка и сборка автомата Калашникова.**

Разборка Старшая группа 15 сек. Отлично 18 сек. Хорошо 21 сек. Удовлетворительно Младшая группа 18 сек. Отлично 21 сек. Хорошо 24 сек. Удовлетворительно.

Сборка Старшая группа 27 сек. Отлично 30 сек. Хорошо 33 сек. Удовлетворительно Младшая группа 30 сек. Отлично 33 сек. Хорошо 36 сек. Удовлетворительно.

Строевые приёмы. Оценка определяется: «отлично», если прием выполнен в строгом соответствии с требованиями Строевого устава, четко и уверенно; «хорошо», если прием выполнен в соответствии с требованиями Строевого устава, четко и уверенно, но при этом была допущена одна ошибка; «удовлетворительно», если прием выполнен в соответствии с требованиями Строевого устава, но при этом были допущены две ошибки; «неудовлетворительно», если прием не выполнен, либо выполнен не в соответствии с требованиями Строевого устава, или при его выполнении допущено три ошибки и более Условия.

## Примерный перечень вопросов для итогового контроля

### Тест 1

Дополните фразу: «\_\_\_\_\_ - повреждения тканей организма вследствие механического воздействия, сопровождающегося нарушением целостности кожи и слизистых оболочек».

2. Закончите фразу: «Ушибленные раны обычно сильно \_\_\_\_\_».

3. Дополните фразу: «При \_\_\_\_\_ ранах наблюдается отслойка кожи и клетчатки с отделением их от подлежащих тканей».

4. Дополните фразу: «Недостаточная иммобилизация закрытого перелома может превратить его в \_\_\_\_\_ и тем самым утяжелить травму и ухудшить исход».

5. Дополните фразу: «Обезвреживание яда в организме осуществляется веществами, которые входят в химическое соединение с ядами, переводя их в \_\_\_\_\_ состояние».

6. Дополните фразу: «Тепловой удар – это болезненное состояние, вызванное \_\_\_\_\_ тела».

7. Дополните фразу: «Перевязку следует начинать с наиболее \_\_\_\_\_, места, постепенно переходя к более \_\_\_\_\_».

8. Дополните фразу: «Чрезмерное затягивание жгута может вызвать \_\_\_\_\_ мягких тканей (мышц, нервов, сосудов) и стать причиной развития параличей конечностей».

9. Установите соответствие между стадией отравления (интоксикации) и ее основными характеристиками (*ответ представьте в виде цифры с буквой, например 3 В*).

1) Стадия 1.	А) Стадия характеризуется отсутствием всех рефлексов, наблюдаются признаки нарушения жизненно важных функций организма; на первый план выступают нарушения дыхания.
2) Стадия 2.	Б) Стадия характеризуется сонливостью, апатией, снижением реакции на внешние раздражители.
3) Стадия 3.	В) Стадия характеризуется потерей сознания, затрудненным глотанием, ослаблением кашлевого рефлекса, повышением температуры до 39 – 40 <sup>0</sup> С.
4) Стадия 4.	Г) Стадия характеризуется постепенным восстановлением сознания; в первые сутки после пробуждения могут наблюдаться плаксивость, умеренное психомоторное возбуждение, нарушение сна.

10. Установите очередность действий при наложении повязки «чепец»:

А) на втором циркулярном туре, дойдя до одной держалки, оборачивают бинт вокруг нее и поворачивают косо вверх на лобную кость;

Б) ленту широкого бинта (держалку) серединой укладывают на теменную область;

В) бинт направляется к другой держалке, закрывая при этом лоб и часть теменной области;

Г) конец бинта крепят к одной из держалок;

Д) начинают наложение повязки с циркулярного тура вокруг головы по-верх держалок;

Е) концы бинта опускаются вертикально вниз, впереди ушных раковин;

Ж) держалки связывают под подбородком;

З) на противоположной стороне бинт также оборачивают вокруг держалки и направляют на затылочную область, закрывая часть затылка и темени.

### ВАРИАНТ 3

1. Дополните фразу: «Колотая рана характеризуется небольшой зоной повреждения тканей и в очень редких случаях может стать источником \_\_\_\_\_ или \_\_\_\_\_».

2. Закончите фразу: «Обработку укушенных ран производят стерильным жидким мылом, которое убивает вирус \_\_\_\_\_».

3. Дополните фразу: «Антисептика – комплекс мероприятий, направленных на уничтожение \_\_\_\_\_ в ране или организме в целом».

4. Дополните фразу: «Отравление рассматривается как химическая \_\_\_\_\_, развивающаяся вследствие попадания в организм чужеродного вещества в токсической (отравляющей) дозе».

5. Дополните фразу: «Отравление медикаментами зачастую происходит при \_\_\_\_\_, когда человек принимает лекарственные препараты без назначения врача».



6. Дополните фразу: «Солнечный удар – состояние организма, которое наступает из-за сильного \_\_\_\_\_ головы прямыми солнечными лучами, под воздействием которых мозговые поверхностные сосуды расширяются, и происходит прилив \_\_\_\_\_».

7. Дополните фразу: «Особенность обширных ожогов состоит в том, что при них в патологический процесс почти всегда вовлекаются все органы и системы организма, возникают расстройства функций дыхания, кровообращения, выделения, появляются резкие \_\_\_\_\_, что зачастую обуславливает развитие ожогового \_\_\_\_\_».

8. Дополните фразу: «Сердечная недостаточность – это патологическое состояние, характеризующееся недостаточностью \_\_\_\_\_ вследствие снижения \_\_\_\_\_ функции сердца».

9. Установите соответствие между степенью отморожения и ее основной характеристикой (*ответ представьте в виде цифры с буквой, например 3 В*).

1) 1-я степень.	А) Степень сопровождается омертвением кожи и подкожной клетчатки; кожа пораженного участка остается холодной, приобретает синюшную окраску, пульс на стопе или запястье ослабевает или вовсе исчезает.
2) 2-я степень.	Б) Степень, когда поражается базальный слой эпидермиса с образованием пузырей.
3) 3-я степень.	В) Степень сопровождается омертвением не только мягких тканей, развивается также омертвление кости.
4) 4-я степень.	Г) Степень характеризуется поражением поверхностного слоя кожи.

10. Установите очередность действий при наложении повязки «перчатка»:  
А) начинают наложение повязки с фиксирующих циркулярных туров вокруг лучезапястной области;

Б) сделав оборот вокруг запястья, переходят по тыльной поверхности на четвертый палец;

В) спиральными турами закрывают его и возвращаются по тылу кисти к запястью;

Г) бинт направляют по тыльной поверхности к ногтевой фаланге пятого пальца левой руки (на правой руке бинтование начинают со второго пальца);

Д) забинтовывают четвертый палец, а затем поочередно, в той же последовательности бинтуют третий и второй пальцы;

Е) заканчивают наложение повязки циркулярными турами вокруг лучезапястной области.

### Ответы на тест

№	В-1	В-2	В-3
1	Травмой	Раны	Сепсиса, газовой гангрены
2	Инфекцией	Загрязнены	Бешенства
3	Ушибленная	Скальпированных	Микробов
4	Иммобилизация	Открытый	Травма
5	Воды, марганцовки	Нейтральное	Самолечения
6	Кровообращения, согревание	Перегреваним	Перегрева, крови
7	Мокрые, влажная	Узкого, широкому	Боли, шока
8	Противоположной	Размозжение	Кровообращения, насосной
9	1в, 2г, 3б, 4а	1б, 2в, 3а, 4г	1г, 2б, 3а, 4в
10	е, ж, а, д, б, г, в	б, е, д, а, в, з, г, ж	а, г, в, б, д, е

### Практика оказания первой медицинской помощи:

1. Наложение жгута Эсмарха
2. Наложение повязки «Чепец»
3. Оказание первой медицинской помощи при переломе конечностей
4. Наложение индивидуального перевязочного пакета
- 5.

### РХБ ЗАЩИТА

1. Надевание противогаза:

#### Порядок надевания противогаза следующий:

- затаить дыхание и закрыть глаза;
- снять головной убор и положить его рядом или зажать между ног;
- вынуть из сумки противогаз, взяться обеими руками за нижнюю часть шлем-маски и, прижав ее к подбородку, натянуть на голову так, чтоб не было складок, а очки прищипались против глаз;
- после этого нужно обязательно сделать резкий выдох, открыть глаза, возобновить дыхание, надеть головной убор и закрыть сумку клапаном.

#### Ошибки:

- при надевании противогаза обучаемый не закрыл глаза и не затаил дыхание или после надевания не сделал полный выдох;
- шлем – маска надета с перекосом или перекручена соединительная трубка;
- концы носового зажима респиратора не прижаты к носу;
- допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем – маску.

**Время надевания:**

«отлично» - 7 сек.

«хорошо» -8 сек.

«удовлетворительно» - 9 сек.

**2. Надевание общевойскового защитного комплекта в виде плаща**

**Порядок надевания:**

- обучаемый кладёт оружие на землю;
- надевает чулки, застегивает хлястики и завязывает обе тесьмы на пояском ремне;
- переводит в «боевое» положение противогаз;
- надевает защитный шлем;
- вынимает из чехла и надевает перчатки;
- раскрывает чехол плаща, дернув тесьму вверх, и надевает плащ в рукава, при этом петли на низках рукавов надевает на большие пальцы поверх перчаток;
- надевает капюшон на защитный шлем и застегивает плащ;
- берет оружие «на ремень».

**Ошибки:**

- надевание чулок с застёгнутыми хлястиками
- неправильно застёгнуты борта плаща

- не закреплены закрепками держатели шпенок или не застёгнуты два шпенёка
- не надето поверх защиты снаряжение
- не закреплены тесёмки на ремне
- допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем – маску
- не обеспечена герметичность соединения противогазовой коробки с лицевой частью

**Время надевания:**

«отлично» - 3 мин.

«хорошо» - 3 мин 20 сек.

«удовлетворительно» - 4 мин.

## **ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА**

### **Неполная разборка ММГ АК-74 (норматив № 10)**

#### **Порядок выполнения норматива**

По команде: «К неполной разборке оружия – ПРИСТУПИТЬ».

При выполнении неполной разборке автомата (ручного пулемета) обучаемый отделяет магазин и проверяет, нет ли патрона в патроннике. Вынимает пенал принадлежности из гнезда приклада. Последовательно отделяет шомпол, крышку ствольной коробки, возвратный механизм, затворную раму с затвором, затвор от затворной рамы и газовую трубку со ствольной накладкой и отвечает «Готов».

**Время выполнения:**

«отлично» - 15 сек

«хорошо» - 17 сек

«удовлетворительно» - 19 сек

### **Сборка ММГ АК-74 после неполной разборки (норматив № 11)**

#### **Порядок выполнения норматива**

По команде «К сборке оружия - ПРИСТУПИТЬ».

При выполнении сборки после неполной разборки автомата (ручного пулемета) обучаемый последовательно выполняет все операции в обратном порядке.

**Время выполнения:**

«отлично» - 25 сек

«хорошо» - 27 сек

«удовлетворительно» - 32 сек

**Снаряжение магазина автомата АК-74 патронами (норматив № 13)**

**Условия выполнения норматива**

Обучаемый находится перед подстилкой, на которой разложены магазины и учебные патроны россыпью.

Время отсчитывается от команды руководителя «К снаряжению магазина приступить» до доклада обучаемого «Готов»

Временные показатели и оценка за выполнение норматива № 16

Снаряжения магазина автомата АК-74 30 патронами:

**Оценка по времени (секунд):**

«отлично» - 33 сек

«хорошо» - 38 сек

«удовлетворительно» - 43 сек

**Стрельба из пневматической винтовки (расстояние 10 метров)**

**Порядок выполнения**

Участник выполняют три пробных выстрела, осуществляют корректировку своей стрельбы

Производят пять выстрелов на зачет

Оценка стрельбы:

«отлично» - 25 очков

«хорошо» - 20 очков

«удовлетворительно» - 13 очков

## ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Выполнение контрольных нормативов определяющих кондиционный координационный уровень подготовленности:

**Бег 1500 м, 2000м** (юноши, девушки). Выполняется с высокого старта на беговой дорожке. Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 1 секунды.

**Бег 30 м** (юноши, девушки 6 класс), **60 м** (юноши, девушки 7, 8, 9 классы), **100 м** (юноши, девушки 10,11 классы). Проводится на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

**Челночный бег 3х10 м (с кубиками)** (юноши и девушки). Проводится на ровной дорожке длиной не менее 12-13 м. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта). За каждой чертой – два полукруга радиусом 50 см с центром на черте. На дальний полукруг за финишной линией кладут кубик (5 см). Участник становится за стартовой чертой и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; обегает полукруг, берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладет кубик (бросать не разрешается) в полукруг на стартовой линии и снова бежит к дальней – финишной – черте, пробегая ее. Учитывается время выполнения теста от команды «марш» до пересечения линии финиша.

**Подтягивание на перекладине (юноши)**. Участник с помощью судьи принимает положение виса хватом сверху. Подтягивается непрерывным движением так, чтобы его подбородок оказался над перекладиной. Опускается в вис. Самостоятельно останавливает раскачивание и фиксирует на 0,5 сек. видимое для судьи положение виса. Не допускается сгибание рук поочередно, рывки ногами или туловищем, перехват руками, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек.

**Сгибание и разгибание рук в упоре «лежа» (отжимание) (девушки)**. Исходное положение - упор лежа на полу. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью предмета высотой не

более 5 см, не нарушая прямой линии тела, а разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии тела. Дается одна попытка. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения упражнения.

**Подъем туловища из положения «лежа на спине»** (юноши, девушки). Исходное положение - лёжа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 30 сек.

**Прыжок в длину с места** (юноши, девушки). Выполняется с места двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела. Участнику предоставляется три попытки.

	Бег 1000 м и 2000 м	Бег 30 м	Челночный бег	Подтягивание на перекладине	Сгибание и разгибание рук в упоре «лежа»	Подъем туловища из положения «лежа на спине»	Прыжок в длину с места
«5»	8.10/10.00	4,7/5,0	7,2/8,0	12	15	49/43	215/180
«4»	9.40/11.40	5,1/5,4	7,8/8,8	8	10	39/34	190/160
«3»	10.00/12.10	5,3/5,6	8,1/9,0	6	8	35/31	170/150

#### СОДЕРЖАНИЕ ИНСТРУКТАЖА ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

1. К занятиям по стрельбе допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.

2. Опасность возникновения травм:

- при стрельбе из неисправного оружия;
- при нарушении правил стрельбы.

В стрелковом тире должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

### Требования безопасности перед началом занятий

1. Внимательно выслушать инструктаж по ТБ при стрельбе
2. Входить в стрелковый тир спокойно, не торопясь.
3. При слабом зрении надеть очки.
4. Положить гимнастические маты на огневом рубеже так, чтобы их поверхность была ровной, удобной для стрельбы из позиции лёжа.

### Требования безопасности во время занятий

1. Выполнять все действия только по указанию учителя (преподавателя).
2. Не брать на огневом рубеже оружие, не трогать его и не подходить к нему без команды учителя.
3. Не заряжать и не перезаряжать оружие без команды учителя.
4. Не выносить заряженное оружие с линии огня.
5. Не оставлять заряженное оружие на линии огня.
6. Не направлять оружие (заряженное, незаряженное, разобранное, учебное, неисправное) в тыл, на присутствующих и в стороны.
7. Получать патроны только на линии огня.
8. Заряжать оружие только на линии огня по команде учителя «Заряжай!»
9. Держать оружие заряженным со спущенным курком или открытым затвором вне линии огня, а также на линии огня от начала стрельбы до окончания.
10. Держать оружие на линии огня стволом вниз или вверх под углом 60 град. В направлении стрельбы.
11. Не прицеливаться в мишени из незаряженного оружия, если, а их расположении находятся люди

### Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю.
2. При возникновении пожара в стрелковом тире, немедленно прекратить занятия. По команде учителя организовано, без паники покинуть стрелковый тир.



3. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся учителю.
4. В случае нарушения требований инструкции по правилам стрельбы, вы будете немедленно удалены со стрельбища или из стрелкового тира.

#### Требования безопасности по окончании занятий

1. После окончания стрельбы разрядите оружие, убедитесь, что в нём не осталось патронов.
2. Чистку оружия произвести по указанию учителя в специальном месте.
3. Осмотр мишеней производить только после полного окончания стрельбы.
4. Тщательно вымыть лицо и руки с мылом.
5. О всех недостатках, обнаруженных во время стрельбы, сообщите учителю.
6. Ответственность за организацию стрельбы, подготовку тира и стрельбища возлагается на лиц, организующих и проводящих стрельбы.
7. Ответственность за порядок в тире и на стрельбище, и за соблюдение мер безопасности во время стрельбы возлагается на руководителя (инструктора, тренера).
8. К замятиям допускаются только учащиеся, прошедшие медицинский осмотр (с участием врача-психоневролога). В тире и на стрельбище категорически запрещается:
  - проводить стрельбы из неисправного оружия;
  - брать на огневом рубеже оружие, трогать его или подходить к нему без команды (разрешения) руководителя стрельбы;
  - заряжать или перезаряжать оружие до команды руководителя стрельбы;
  - направлять оружие (в каком бы состоянии оно ни находилось: незаряженное, учебное, неисправное, разобранное) в стороны и в тыл, а также на людей;
  - прицеливаться в мишени из незаряженного оружия, если в их расположении находятся люди;
  - выносить заряженное оружие с линии огня;
  - находиться на линии огня, кроме очередной, стреляющей смены);
  - оставлять на линии огня заряженное оружие;

- производить стрельбу одновременно из пистолета и винтовки, не соблюдая интервал 10-15 м между стреляющими.

Особые требования:

1. Выдача патронов производится по распоряжению руководителя только на линии огня. Если показ попаданий производится после каждого выстрела, то стрелкам выдается только по одному патрону.
2. Заряжение оружия производится только на линии огня, после команды руководителя стрельбы «Заряжай!».
3. Чистка оружия производится только в специально отведенных местах.
4. Стрелки, нарушившие правила проведения стрельбы, подлежат немедленному удалению со стрельбища или из тира.

Стрелок обязан:

1. Держать оружие заряженным со спущенным курком или открытым затвором вне линии огня, а также на линии огня с начала стрельбы и до ее окончания;
2. Держать оружие на линии огня дульной частью ствола только в направлении стрельбы вверх или вниз (под углом не более  $60^\circ$  к направлению стрельбы), независимо от того, заряжено оно или нет;
3. По команде «Разряжай!» (во время перерывов в стрельбе, по окончании стрельбы, при оставлении линии огня, при передаче оружия другому лицу) разрядить оружие и убедиться, что в нем не осталось патронов.
4. Обо всех несчастных случаях, происшедших во время стрельбы, следует немедленно сообщить в ближайший медпункт и местные органы милиции.