

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 54 г. Томска**

Утверждаю:

Директор МАОУ СОШ № 54 г. Томска

_____ /С.М. Никульшин

Приказ № 146/1 от 13.09.2024 г.

**Дополнительная
общеобразовательная (общеразвивающая) программа
физкультурно - спортивной направленности
«Военно-патриотический клуб Честь»**



Срок реализации: 1 год

Возраст обучающихся: 13-17 лет

**Составитель: Богданов А.В.
Преподаватель-организатор ОБЗР**

г. Томск - 2024

Информационная карта программы

Название программы	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Военно-патриотический клуб Честь»
Направленность	Физкультурно- спортивная
Сведения об авторе (составителе)	
ФИО	Богданов Андрей Владимирович
Год рождения	1987
Образование	Высшее, ТСХИ
Место работы	МАОУ СОШ № 54 г. Томска
Должность	Преподаватель-организатор ОБЖ
Квалификационная категория	
Электронный адрес	Bogdan_av@bk.ru
Сведения о программе	
1. Срок реализации	1 год
2. Возраст обучающихся	13- 18 лет
3. Тип программы	модифицированная
4. Характеристика программы	
По месту в образовательной модели	Общеобразовательная общеразвивающая
По уровню усвоения	Стартовая, базовая
По форме организации содержания и процесса педагогической деятельности	Очная
5. Цель программы	Развитие у детей и подростков гражданственности, патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, формирование у них профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, особенно в процессе военной и других, связанных с ней, видов государственной службы, высокой ответственности и дисциплинированности.
6. Учебные разделы (в соответствии с учебным планом)	История вооруженных сил России. Строевая подготовка. Основы медицинских знаний. Виды вооружений. Огневая подготовка. Основы рукопашного боя. Основы выживания в сложных условиях. Тактическая подготовка.
7. Ведущие формы и методы образовательной деятельности	Практические занятия, мастер – классы, мини-конкурсы, беседы, видео-уроки. Методы: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, ИКТ-технологии, творческий и др.
8. Формы мониторинга результативности	Исследовательские конференции, соревнования и смотры военно-патриотического содержания.
9. Результативность реализации программы	Участие в мероприятиях школы, района, города. Участие в «Зарнице»
10. Дата последней корректировки	сентябрь 2024г.
11. Рецензенты	

Нормативная база

- **Федеральный закон** Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- **Федеральный Закон** от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания».
- **Федеральный проект «Успех каждого ребенка»** (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07.12.2018, протокол № 3).
- **Стратегия развития воспитания в РФ** на период до 2025 года / Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р.
- **«Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»** утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
- **Письмо Минобрнауки России** от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, включая разноуровневые программы»).
- **Приказ Министерства просвещения РФ** от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 N 70226)
- **Приказ Министерства просвещения Российской Федерации** от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- **Постановление Главного государственного санитарного врача РФ** от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- **Постановление Главного государственного санитарного врача РФ** от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- **Федеральные требования** к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений (утверждены приказом Минобрнауки России от 4 октября 2010 г. № 986).
- **Рабочая программа воспитания МАОУ СОШ №54** от 30.08.2024, приказ №129

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «5 шагов к ГТО» модифицированная, имеет **физкультурно - спортивную направленность** (направление – спортивно-оздоровительное), по функциональному назначению досуговая, по форме организации – групповая, с включением индивидуально ориентированных занятий. и органично дополняет содержание программ основного общего образования. Уровень освоения программы – общекультурный (ознакомительный) уровень.

Программа разработана для возрастных групп 13-18 лет, независимо от наличия у них специальных физических данных, с учетом отсутствия у старшеклассников каких-либо практических навыков в плане военно-патриотической подготовке в предыдущие годы обучения и направлена на патриотическое воспитание и привитие начальных навыков военной подготовки. Программа удовлетворяет индивидуальные потребности учащихся в патриотическом, практическом, военном, нравственном и интеллектуальном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом. Набор учащихся свободный, вид группы разновозрастной, состав постоянный. При составлении программы мы опирались на общенаучное положение, что сохранение, укрепление, развитие физического и духовно-нравственного здоровья обучающихся немислимы без формирования у них потребности в здоровом образе жизни.

Программа разработана для возрастных групп 13-18 лет независимо от наличия у них специальных физических данных.

Набор учащихся свободный, вид группы разновозрастной, состав постоянный.

Срок реализации 1 год.

Актуальность программы

курса военно-патриотического клуба «Честь» заключается в необходимости реализации основной цели: развитие и поддержка инициативы в освоении истории отечественного воинского искусства, вооружения и воинских традиций, освоения воинских профессий, подготовки обучающихся к службе в рядах вооруженных сил.

Проблема патриотического воспитания и гражданского становления подрастающего поколения сегодня одна из актуальных задач государства и общества. В Национальной доктрине образования в Российской Федерации определена не только государственная политика в области образования, но и дан социальный заказ государства на воспитание человека с активной жизненной позицией, трудолюбивого и высоконравственного, патриота своей Родины, уважающего права и свободы личности, традиции и культуру других народов, проявляющего национальную и религиозную терпимость. Изменения военно-политической обстановки в мире требуют укрепления экономической мощи Отечества, повышения его обороноспособности, отлаженной работы всей системы патриотического воспитания подрастающего поколения, подготовки его к защите Родины.

Обществу нужны здоровые, мужественные, смелые, инициативные, дисциплинированные, грамотные люди, которые были бы готовы работать и учиться на его благо. Поэтому особое место в воспитании подрастающего поколения отводится воспитанию патриотизма, чувства любви к Родине.

Патриотизм – система ценностей, которыми располагает человек и общество; важнейший духовно-нравственный фактор сохранения общественной стабильности, независимости и безопасности государства.

В настоящее время в нашей стране возрождается система патриотического воспитания детей и подростков, в котором наряду с традиционными задачами подготовки подрастающего поколения к военной службе, появилась необходимость ориентировать ребят на выбор профессии спасателя, социального работника, пожарного, сотрудника правоохранительных органов.

Педагогическая целесообразность программы объясняется тем, что данная программа направлена на воспитание патриотизма, приобретение военно-практических навыков, укрепление здоровья и гармоничное развитие обучающихся, формирование устойчивого интереса к службе в армии и правоохранительных органах, занятиям физической культурой и спортом, развитие и совершенствование физических качеств, воспитание патриотизма.

Программа построена так, что часть материала учащиеся изучают самостоятельно. При этом идет развитие познавательных и двигательных навыков, укрепление знаний отечественной истории, дней ратной славы.

Занятия построены таким образом, что теоретические и практические задания чередуются и дополняют друг друга. Это позволяет сделать работу учащихся оптимальной, творческой, интересной. В процессе занятий так же формируются важные качества личности учащихся: самостоятельность, наблюдательность, находчивость, сообразительность, ловкость, физическая сила, вырабатывается терпение и стремление преодолевать трудности, развивается мыслительная деятельность.

Новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься военно-прикладными видами спорта, предъявляя повышенные требования в процессе обучения. Она дает возможность участвовать в районных, городских и муниципальных военно-спортивных соревнованиях, военно-патриотической направленности, участие в «Зарнице».

Адресат программы

Программа адресована обучающимся от 13 до 18 лет желающий заниматься военно-патриотической подготовкой.

Для обучения принимаются все желающие.

В группе могут заниматься до 20 человек.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения, 34 учебные недели.

1 год обучения. Возрастная группа учащихся 13-18 лет – 8-11 класс

Объём часов -136 часов

(4 часа в неделю, 2 занятия по 2 часа)

Процесс обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе построен с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов.

Формы организации занятий

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная;
- индивидуальная;
- групповая

Цель: развитие у детей и подростков гражданственности, патриотизма как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, формирование у них профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, особенно в процессе военной и других, связанных с ней, видов государственной службы, высокой ответственности и дисциплинированности.

В процессе реализации программы предполагается решение следующих **задач:**

обучающие:

- приобщать к боевым и трудовым традициям российской и советской армии, разъяснять истоки героизма и самоотверженности русского народа;
- помочь интеллектуальному и духовному развитию личности юного гражданина России, его лидерских качеств.
- воспитывать гордость за подвиги разных поколений защитников Отечества и стремление подражать им;
- учить применять полученные знания на практике
- создавать условия для физического, психического, нравственного развития учащихся;

- прививать навыки здорового образа жизни;
- воспитывать дисциплинированность, добросовестность отношения к порученному делу при выполнении тренировочных заданий.

развивающие:

- развивать умения необходимые для службы в армии или правоохранительных органах;
- развивать познавательные, эмоциональные и волевые качества учащегося, чувства долга, ответственности и патриотизма;
- развивать общие координационные способности (разборка и сборка автомата, метания гранат, снаряжение магазина);
- развивать основные физические способности учащихся, повысить функциональные возможности их организма;
- развивать интерес к отечественной истории, ко дням Боевой Славы;
- развивать навыки ориентирования на местности и выживанию в сложных природных условиях;
- развивать навыки рукопашного боя;
- развивать согласованности работы в команде (обучение работы в команде, командные действия).

воспитательные:

- провести работу по воспитанию патриотических, нравственных и волевых качеств личности учащихся, привлекались к участиям в массовых патриотических мероприятиях;
- сформировать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывать культуру здорового и безопасного образа жизни.
- воспитание любви к Отечеству и гордости за Родину.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/ п	Тема	Количество часов:			Формы аттестации контроля
		всего	тео- рия	прак- тика	
1	История вооруженных сил России	6	6	3	
1. 1	Виды вооруженных сил.	2	1	1	Вводное тестирование
1. 2	Символы воинской чести. Государственная символика.	2	1	1	опрос
1. 3	Полководцы и герои.	1	1	-	Викторина
1. 4	Военные профессии	1	1	-	анкетирование
2	Строевая подготовка	15	5	10	
2. 1	Строй и его элементы	1	1	-	опрос
2. 2	Строевая стойка и выполнение команд	4	1	3	Зачёт
2. 3	Повороты на месте и в движении	4	1	3	зачёт

2. 4	Строевые приёмы. Воинское приветствие	6	2	4	зачёт
3	Основы медицинских знаний	24	10	14	
3. 1	Принципы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях	8	4	4	опрос
3. 2	Ранения и кровотечения	10	5	5	зачёт
3. 3	Травмы опорно-двигательного аппарата	6	1	5	зачёт
4	Виды вооружений	20	8	12	
4. 1	История оружия.	2	2	-	опрос
4. 2	Виды вооружения. Холодное, огнестрельное, метательное.	5	3	2	опрос
4. 3	Автомат Калашникова. АКМ-74: устройство, назначение, тактико-технические характеристики.	13	3	10	зачёт
5	Огневая подготовка	24	4	20	
5. 1	Приемы и правила стрельбы из пневматической винтовки.	12	2	10	соревнование
5. 2	Приёмы и правила метания ручных гранат	12	2	10	зачёт
6	Основы рукопашного боя	12	2	10	
6. 1	История развития рукопашного боя в России.	1	1	-	опрос
6. 2	Элементы страховки.	3	1	2	зачёт
6. 3	Ударная техника.	2	-	2	зачёт
6. 4	Техника захватов.	2	-	2	зачёт
6. 5	Бросковая техника.	2	-	2	зачёт
6. 6	Боевые приемы.	2	-	2	зачёт
7	Основы выживания в сложных условиях	25	8	17	
7. 1	Основы ориентирования на местности	4	1	3	зачёт
7. 2	Организация привалов и ночлегов	3	1	2	зачёт
7. 3	Организация питания в полевых условиях	3	1	2	зачёт
7. 4	Костровое хозяйство. Меры безопасности.	3	1	2	зачёт

7. 5	Виды узлов. Способы переправы через овраги, водоёмы	4	1	3	зачёт
7. 6	Ориентирование на местности.	5	2	3	зачёт
7. 7	Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы препятствий	3	1	2	опрос
8	Тактическая подготовка	10	6	4	
8. 1	Передвижение на поле боя	10	6	4	зачёт
	Итого:	136	49	87	

СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО МАТЕРИАЛА

Вводное занятие. Знакомство с основными разделами программы. Правила безопасного поведения на занятиях.

Раздел 1. История вооруженных сил России

Тема 1.1. Виды вооруженных сил.

Воинская слава России. Армия и флот России XX века.

Армия России на современном этапе. Виды и рода войск ВС РФ. Вооружение Российской армии на современном этапе. Ракетные войска. Сухопутные войска. Военно-космические силы. Военно-морской флот. Пограничные войска. Внутренние войска.

Тема 1.2. Символы воинской чести.

Сила воинских традиций. Роль и место традиций и ритуалов в жизнедеятельности воинских коллективов. Система воинских традиций и ритуалов.

Боевое знамя воинской части. История военной присяги и порядок ее принятия. Флаг. Герб. Гимн. Геральдика. Знаки отличия.

Тема 1.3. Полководцы и герои.

Полководцы XX века: Брусиллов, Жуков, Рокоссовский, Антонов, Конев. Создание новых видов и родов вооруженных сил. Герои Советского Союза. Военачальники. Героизм женщин.

Тема 1.4. Воинские профессии.

Профессия военного: описание и содержание деятельности. Необходимые умения. Область применения. Военные профессии для девушек.

Раздел 2. Строевая подготовка

Тема 2.1. Строй и его элементы.

Элементы. Виды. Управление строем. Обязанности перед построением и в строю.

Тема 2.2. Строевая стойка и выполнение команд.

Команды: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!»

Тема 2.3. Повороты на месте и в движении.

Повороты «Налево!», «Направо!», «Кругом!». Строевой шаг. Походный шаг. Построение в шеренгу, колонну. Перестроения. Движение в колонне в обход, по кругу. Движение в колонну по одному, по два, по три.

Тема 2.4. Воинская честь. Строевые приемы.

Строевая стойка. Выход из строя и возвращение в строй, ответ на приветствие. Отдание воинской чести в движении.

Раздел 3. Основы медицинских знаний

Тема 3.1. Принципы оказания первой медицинской помощи в неотложных ситуациях.

Осмотр места происшествия. Осмотр пострадавшего. Признаки жизни и смерти. Выполнение реанимационных мероприятий.

Тема 3.2. Ранения и кровотечения

Виды ранений. Обработка ран. Виды и правила наложения повязок на раны. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений. Правила наложения жгута.

Тема 3.3. Травмы опорно-двигательного аппарата

Вывихи, растяжения, разрывы связок. Переломы конечностей. Оказание первой помощи. Правила наложения шин. Способы транспортировки пострадавших.

Раздел 4. Виды вооружений

Тема 4.1. История оружия от древних времен до современности.

Примитивное оружие. Средневековое оружие. Оружие современности.

Тема 4.2. Виды вооружения Российской армии.

Холодное, огнестрельное, метательное. Оружие массового поражения.

Раздел 5. Огневая подготовка

Тема 5.1. Приёмы и правила стрельбы из пневматической винтовки

Техника безопасности при стрельбе. Правила заряжания и разряжения.

Изготовка для стрельбы. Прицеливание и производство выстрела. Корректирование при ошибках.

Выполнение учебных стрельб. Сдача нормативов.

Тема 5.2. Приёмы и правила метания ручных гранат.

Техника безопасности при выполнении броска гранаты. Положения для метания. Последовательность осуществления броска.

Выполнение метания. Сдача нормативов.

Тема 5.3. Автомат Калашникова. АКМ-74.

Устройство, назначение, тактико-технические характеристики.

Раздел 6. Основы рукопашного боя

Тема 6.1. История развития рукопашного боя в России.

История развития. Виды рукопашного боя.

Тема 6.2. Элементы страховки.

Страховка при падении на бок. Страховка при падении на спину. Страховка при выполнении бросков и приемов.

Тема 6.3. Ударная техника.

Техника ударов руками. Техника ударов ногами.

Тема 6.4. Техника захватов.

Захваты за одежду. Освобождение от захватов.

Тема 6.5. Бросковая техника.

Бросок «через бедро». Бросок «передняя подножка». Бросок «задняя подножка». Бросок «подсечка». Бросок «охватом».

Тема 6.6. Боевые приемы.

Защита от удара ножом снизу, сверху, сбоку. Защита от угрозы холодным оружием. Материальная часть автомата Калашникова.

Раздел 7. Основы выживания в сложных условиях

Тема 7.1. Основы ориентирования на местности.

Карты и схемы. Правила работы с картой. Сопоставление карты с местностью. Ориентирование с использованием крупных форм рельефа. Ориентирование с помощью компаса и карты. Ориентирование с картой без компаса. Погрешности в ориентировании. Определение азимута и

отработка навыков по азимуту. Сопоставление способов ориентирования.

Тема 7.2. Привалы и ночлеги.

Назначение привалов, их периодичность и продолжительность. Личное и групповое снаряжение. Ночлег в полевых условиях: выбор места, распределение обязанностей при устройстве бивака. Меры безопасности при ночлегах в полевых условиях. Охрана природы в месте ночлегов.

Тема 7.3. Организация питания в полевых условиях.

Питание войск в полевых условиях. Составление и гигиеническая оценка раскладки продуктов.

Тема 7.4. Костровое хозяйство. Меры безопасности.

Типы костров. Место для костра. Разжигание костра. Безопасность.

Тема 7.5. Виды узлов. Способы переправы.

Виды узлов. Узлы для связывания веревок одинакового и разного диаметров. Узлы для закрепления концов веревок. Специальные узлы.

Тема 7.6. Ориентирование на местности

Определение азимута. Определение ориентиров. Движение по ориентирам. Движение по азимуту.

Тема 7.7. Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы препятствий

Техника прохождения различных препятствий: переправа по бревну, переправа по параллельным верёвкам, навесная переправа, «маятник», «бабочка».

Раздел 8. Тактическая подготовка

Тема 8.1. Передвижение на поле боя

Способы передвижения на поле боя. Действия при обороне и в наступлении. Действия в различных составах подразделения.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Образовательные результаты

- приобщать к боевым и трудовым традициям российской и советской армии, разъяснять истоки героизма и самоотверженности русского народа;
- помочь интеллектуальному и духовному развитию личности юного гражданина России, его лидерских качеств.
- воспитывать гордость за подвиги разных поколений защитников Отечества и стремление подражать им;
- учить применять полученные знания на практике
- создавать условия для физического, психического, нравственного развития учащихся;
- прививать навыки здорового образа жизни;
- воспитывать дисциплинированность, добросовестность отношения к порученному делу при выполнении тренировочных заданий.

Результаты в формировании военно-патриотических навыков

- развить умения необходимые для службы в армии или правоохранительных органах;
- развить познавательные, эмоциональные и волевые качества учащегося, чувства долга, ответственности и патриотизма;
- развить общие координационные способности (разборка и сборка автомата, метания гранат, снаряжение магазина);
- развить основные физические способности учащихся, повысить функциональные возможности их организма;
- развить интерес к отечественной истории, ко дням Боевой Славы;
- развить навыки ориентирования на местности и выживанию в сложных природных условиях;
- развить навыки рукопашного боя;
- развить навыки обращения с оружием;
- развить навыки стрельбы и безопасного обращения с оружием;

- принять участие в районных, городских и муниципальных военно-патриотических соревнованиях, принять участие в «Зарнице»;
- развить согласованности работы в команде (обучение работы в команде, командные действия).

Результаты в воспитании

- воспитать в учениках патриотизм, нравственные и волевые качества личности, привлечь к участиям в массовых патриотических мероприятиях;
- сформировать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывать культуру здорового и безопасного образа жизни.
- воспитание любви к Отечеству и гордости за Родину.

РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Организационно-педагогические условия

Календарный учебный график

Количество учебных недель – 34

Календарный учебный график на 2024-2025 учебный год

Учебный период	Количество учебных недель	Дата начала учебного периода	Продолжительность каникул	Каникулы: организация деятельности по отдельному расписанию и плану
1 полугодие	16 учебных недель	01 сентября	27.10. 2024 - 04.11.2024 29.12. 2024 - 07.01.2025	По решению администрации школы
2 полугодие	18 учебных недель	09 января	23.03.2025 - 31.03.2025 27.05.2025 - 31.08.2025	

Продолжительность учебного года – с 02.09.2024 по 25.05.2025 г.

Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации программы внеурочной военно-патриотической деятельности учащихся необходимо обеспечить определённые ресурсы: материально-технический, организационный, информационно-методический.

Материально-технический ресурс:

- площадка для строевой подготовки;
- пришкольный стадион (площадка);
- кабинет, оснащённый компьютером;
- секундомер;
- ММГ АК – 74;
- ММГ АКМ
- ММГ РГД-5;
- ММГ Ф-1;
- запасные магазины и подсумки;
- компас;
- пневматические винтовки;
- пневматический пистолет;

- маты;
- коврики туристические;
- мишени для стрельбы (бумажная мишень для пневматической винтовки № 8);
- камуфляжная форма и головные уборы;
- подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования;
- аптечка первой помощи;

Организационный ресурс:

- поддержание необходимой дисциплины;
- проведение занятий при строгом соблюдении правил техники безопасности и режима. Это позволяет избегать случаев травматизма, переутомления учащихся.

Информационно-методический ресурс:

- комплектность обеспечения внеурочной деятельности учебными пособиями, демонстрационными учебными пособиями, учебно-методической литературой, электронными образовательными ресурсами с учётом достижения целей и планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности;

Занятия военно-прикладным спортом проходят в специально оборудованных спортзалах, также на спортивной, специально оборудованной площадке. И в зале, и на площадке должны создаваться условия согласно государственному нормативу. И в зависимости от погодных условий, и условий, где будет проходить ваше занятие. Стрельба из пневматической винтовки проводится в оборудованном тире, с соблюдением всех мер безопасности.

Требования к одежде для занятий:

- одежда должна быть чистой;
- должна впитывать пот;
- должна иметь длину, позволяющую выполнять свободно разные физические движения;
- должна быть лёгкой и удобной.

Для занятий обычно требуется два вида форм:

- длинная (для занятий на улице, или спортивных площадка);
- короткая (для занятий в спортзале).

Короткая спортивная форма – это может быть шорты и футболка, майка и короткие лосины, топ и шорты.

Длинная форма — это может быть спортивные костюмы: спортивные брюки и футболка, длинные лосины и кофта, и т.д.

Требования, к обуви:

- подошва кроссовок должна быть толстой и упругой;
- должна быть изготовлены из мягкой ткани;
- должна иметь супинатор.

Для занятий необходимо иметь два варианта обуви:

- для улицы;
- для спортзала.

Из обуви это могут быть: кроссовки, кеды, мокасины, спортивные ботинки. Для занятий на улице лучше отдать предпочтение летней обуви, так как бегать в мае или сентябре будет очень жарко. А в более холодную погоду ноги не успеют замёрзнуть из-за постоянной активности.

Спортивная обувь должна не давить и не натирать, должна быть удобной и не слишком тяжёлой. Во время занятий бегом должно быть легко и удобно поднимать ноги.

Методическое обеспечение программы

В зависимости от поставленных задач на учебном занятии используются различные методы обучения (словесные, наглядные, практические), чаще всего их комплексное сочетание.

Основные формы проведения занятий – учебно-тренировочное занятие.

В качестве дидактического материала используются:

- наглядные пособия;
- сведения из интернета;

- книги, брошюры, газетные материалы;
- фото и видеоматериалы;
- тесты;
- компьютерные презентации по темам.

Формы аттестации

Для осуществления индивидуального учета результатов освоения обучающимися программ используются:

вводный контроль - проводится с целью определения стартового уровня развития ребенка. На основании результатов вводного тестирования, при необходимости, проводится корректировка содержания материала программы, разрабатываются индивидуальные учебные планы;

текущий контроль - проводится в течение всего учебного периода, с целью проверки уровня усвоения обучающимися тем занятий, разделов образовательных программ, прочности формируемых знаний и умений, степени развития деятельно-коммуникативных умений, ценностных ориентаций, установление фактического уровня теоретических и практических знаний, умений, навыков по каждому предмету учебного плана;

промежуточная аттестация - проводится с целью определения качества освоения обучающимися образовательной программы по окончании курса обучения. Аттестация предусматривает анализ полноты, прочности, осознанности, системности освоения содержания образовательных программ, соотнесение этого уровня подготовки обучающихся с требованиями образовательных программ, а также выполняет функцию контроля реализации образовательных программ.

Аттестацией обучающихся, проводится в формах, определенных учебным планом, и в порядке, установленном образовательной организацией:

Конкурсы, соревнования, викторины, анкетирование, опрос, зачёты, тестирование.

Оценочные материалы

Первоначальная диагностика по программе проводится на основании анкеты для учащихся. На основании анализа анкетных данных педагог вносит соответствующие корректировки в методику работы и содержание программы, определяет индивидуальные виды деятельности для учащихся.

Предметные результаты курса педагог оценивает на основании вопросов по теоретическим и практическим разделам программы.

Мониторинг результатов освоения образовательной программы проводится по карте самооценки и оценки педагога. Самооценка обучающегося и оценка педагога суммируются, и вычисляется среднеарифметическое значение по каждой характеристике.

Таким образом определяется индивидуальный уровень освоения образовательной программы. В конце диагностики делаются общие выводы по группе в целом по уровню освоения программы. В выводах отражается количество учащихся по каждому уровню, %, анализ полученных результатов.

1 – 3 балла – минимальный уровень освоения программы (информационный)

4 – 7 баллов – средний уровень освоения программы (репродуктивный)

8 – 10 баллов – максимальный уровень освоения программы (творческий)

Итоговая аттестация

Опрос (тестирование) учащихся по пройденному теоретическому материалу.

- Мониторинг результатов физической подготовленности в военно-спортивном направлении по окончанию курса обучения.
- Мониторинг результатов технической подготовленности по окончанию курса обучения.
- Участие в военно-патриотических соревнованиях.

Методическое обеспечение

Технологии, формы и методы обучения

В образовательном процессе используются следующие педагогические технологии:

- информационно-коммуникативного обучения;
- дифференцированного обучения;
- игровые технологии (общие и расширенные формы);
- обучение в сотрудничестве;
- здоровьесберегающие технологии.

Формы занятий, методы и приемы обучения и воспитания используются с учетом возрастных особенностей.

Для реализации программы используются следующие методы:

В процессе занятий по программе используются две большие группы методов: общепедагогические, включающие словесные и наглядные методы, и практические, включающие методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный.

- Рассказ - демонстрация практических действий, с использованием иллюстрированного материала, ТСО, учебного видео, компьютерных презентаций.
- Тренировочное тестирование.
- Решение ситуационных задач.
- Поиск и изучение учебной литературы по тематическим линиям с последующим выполнением практического задания, обсуждением допускаемых ошибок.
- Тренировочные занятия по формированию навыков поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях и соревнованиях «Зарница».
- Встречи с интересными людьми-ветеранами боевых действий, специалистами (врачи, пожарные, сотрудники военкомата, МЧС).

Все эти методы применяют в различных сочетаниях. Каждый метод используют не стандартно, а постоянно приспособливают к конкретным требованиям, обусловленным особенностями спортивной практики.

Педагогические методы

Словесный метод - применяемым в военно-патриотическом воспитании, относится рассказ, объяснение, беседа, анализ и обсуждение и др. Эти формы наиболее часто используют в лаконичном виде, чему способствует специальная терминология, сочетание словесных методов с наглядными.

Наглядный метод, используемые в военной практике, многообразны и в значительной степени обуславливают действенность процесса подготовки. В последние годы широко применяются вспомогательные средства демонстрации - учебные фильмы, видео записи, макеты.

Методы физической подготовки

Методы строго регламентированного упражнения. Основная черта данных методов заключается в строгой упорядоченности действий выполняющего упражнения и достаточно четком регулировании воздействующих факторов.

Среди методов, направленных преимущественно на освоение техники выполнения, следует выделять методы разучивания упражнений в целом (целостно-конструктивные) и по частям (расчленено-конструктивные).

Игровой метод - основной метод, реализуется в виде общепринятых подвижных и спортивных игр, однако, его нельзя осуществлять с какой-либо конкретной игрой. В принципе, он может быть использован на материале самых разнообразных двигательных действий при условии, что они поддаются организации в соответствии с требованиями игрового метода.

Соревновательный метод предполагает специально организованную соревновательную деятельность, которая в данном случае выступает в качестве оптимального способа повышения эффективности тренировочного процесса.

Методическое обеспечение программы

Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
Введение в общеобразовательную программу	Образовательное-тренировочное.	Словесные: рассказ, беседа. Практическая: знакомство с оружием.	Видеоматериал, иллюстрации.	Учебный кабинет.	Вводное тестирование
История вооруженных сил России	Образовательное	Словесные: рассказ, беседа, пояснение. Видеопокказ. Практические: составление таблиц и рассказа, знакомство с музеем.	Видеоматериал, иллюстрации.	Учебный кабинет	Тестирование уровня теоретических знаний
Основы медицинских знаний.	Образовательное-тренировочное.	Словесные: рассказ, беседа, пояснение. Практические: использование аптечки, бинта, жгута.	Мед. инвентарь, раздаточный материал.	Оборудованный кабинет, спортзал с матами.	Опрос, зачёт.
Виды вооружений	Образовательное-тренировочное.	Словесные: рассказ, беседа, пояснение. Практические: разборка и сборка автомата, устройство и назначение частей, ттх.	ММГ АК-74 ММГ РГД-5	Оборудованный кабинет.	Опрос, зачёт.
Огневая подготовка	Образовательное-тренировочное.	Словесные: рассказ, беседа, пояснение. Практические: приемы и правила стрельбы, приемы и правила метания гранат.	Пневматическая винтовка, ММГ АК-74, ММГ Ф-1.	Тир, спортивный стадион, оборудованный класс.	Соревнования, зачёт.
Основы рукопашного боя.	Образовательное-тренировочное.	Словесные: рассказ, беседа, пояснение. Практические: отработка навыков и приёмов самообороны, отработка	Спортивный инвентарь, раздаточный материал по направлению развития двигательных	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь, спор-	Опрос, зачёт.

		ударов рукой, ногой, бросков.	качеств.	тивный стадион.	
Основы выживания в сложных условиях.	Образовательное-тренировочное.	Словесные: рассказ, беседа, пояснение. Практические: ориентирование на местности, разведение костров, вязание узлов, организация ночлега и привала.	Спортивный инвентарь, раздаточный материал по направлению развития двигательных качеств.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь, спортивный стадион.	Опрос, зачёт.
Тактическая подготовка.	Образовательное-тренировочное.	Словесные: рассказ, беседа, пояснение. Практические: ориентирование на поли боя, составление карточек огня, отработка действий в составе подразделения.	Пневматическая винтовка, ММГ АК-74, ММГ Ф-1	Оборудованный спортивный зал, спортивный стадион.	Зачёт.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога

1. Агапова И., Давыдова М. Патриотическое воспитание в школе. - М., Айрис-пресс, 2012 - С.224
2. Бачевский, В.И. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан: Учебно-методическое пособие по разделу "Основы военной службы". - М.: ООО "Редакция журнала "Военные знания", 2010. - 186 С.
3. Валеев Р.А., Зайцев А.А., Зайцева В.Ф. Военно-патриотическая работа с подростками в молодежных организациях России // Проблемы воспитания патриотизма. - Вологда.: ВИРО, 2014.
4. Вороненко А.Г. Из истории патриотического воспитания в России. Методические рекомендации для учителей и педагогов дополнительного образования. М.: ИОО МО РФ. - 2014.
5. Гаврилов Ф.К., Кожин Г.А. Военно-спортивные игры. - М.: Изд-во ДОСААФ, 2006 г.
6. Касимова, Т.А. Патриотическое воспитание школьников: Методическое пособие / Т.А. Касимова, Д.Е. Яковлев. - М.: Айрис-пресс, 2013. - 64 С.
7. Кларин М.В. Педагогическая технология в учебном процессе. - М., 2010 - С - 346.
8. Кобылянский В.А. Национальная идея и воспитание патриотизма // Педагогика - 2007 - №5 - С.52

Для детей

1. Общевоинские уставы ВС РФ. – М.: Военное издательство, 1994. - 157с.
2. Бачевский В.И. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие для преподавателей. – Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 1995. -

262 с.

3. Бачевский В.И. Подготовка граждан к военной службе. – Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 2004. 17
4. Виснев В.А. Основы подготовки к военной службе. Методическое пособие. – М.: Просвещение, 2002г.
5. Конституция Российской Федерации.
6. Конвенция о правах ребенка.
7. Наставление по физической подготовке. – М.: Военное издательство, 1987

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятий	К-во ча- сов	Дата	
			плана	факт
1	Виды вооруженных сил	2		
2	Символы воинской чести. Государственная символика.	2		
3	Полководцы и герои.	1		
4	Военные профессии	1		
5	Строй и его элементы.	1		
6	Строевая стойка и выполнение команд.	4		
7	Повороты на месте и в движении.	4		
8	Строевые приемы. Воинское приветствие.	6		
9	Принципы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях.	8		
10	Ранения и кровотечения.	10		
11	Травмы опорно-двигательного аппарата.	6		
12	История оружия.	2		
13	Виды вооружения. Холодное, огнестрельное, метательное.	5		
14	Автомат Калашникова. АК-74: устройство, назначение, тактико-технические характеристики.	13		
15	Приемы и правила стрельбы из пневматической винтовки.	12		
16	Приёмы и правила метания ручных гранат.	12		
17	История развития рукопашного боя в России.	1		
18	Элементы страховки.	3		
19	Ударная техника.	2		
20	Техника захватов.	2		
21	Бросковая техника.	2		
22	Боевые приемы.	2		
23	Основы ориентирования на местности.	4		
24	Организация привалов и ночлегов.	3		
25	Организация питания в полевых условиях.	3		
26	Костровое хозяйство. Меры безопасности.	3		
27	Виды узлов. Способы переправы через овраги и	4		

	водоёмы.			
28	Ориентирование на местности.	5		
29	Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы препятствий.	3		
30	Передвижение на поле боя.	10		
Всего часов: 136				

ПРИЛОЖЕНИЯ
Приложение №1.

Тест «Юный патриот»

А.1. В каком символе России есть двуглавый орел?

1. Флаг
2. Герб
3. Гимн
4. Знамя

А.2. Какой правитель сделал двуглавого орла символом России?

1. Владимир Мономах
2. Иван III
3. Иван IV
4. Петр I

А.3. Какой из государственных флагов России красного цвета?

1. Знамя Победы
2. Императорский флаг
3. Флаг Военно-морского флота
4. Государственный флаг РФ

А.4. Герб России изображается:

- А. На пасторате граждан страны.
Б. На денежных знаках России.
1. Верно только А
 2. Верно только Б
 3. Оба ответа верны
 4. Нет верного ответа

А.5. Верно ли, что:

- А. Гимн – это торжественная песнь, хвала и прославление в стихах и музыке.

Б. Флаги могут иметь не только государства, но и организации.

1. Верно только А
2. Верно только Б
3. Оба ответа верны
4. Нет верного ответа

А.6. Что из перечисленного является флагом Военно-морского флота Российской Федерации?

1. Олимпийский флаг
2. Государственный флаг РФ
3. Андреевский флаг
4. Красное знамя Победы

Б.1. Человек, принадлежащий к постоянному населению данного государства, подчиняющийся его законам и имеющий определенные права и обязанности:

1. Патриот
2. Депутат
3. Делегат
4. Гражданин

Б.2. Решение важных государственных вопросов путем всенародного опроса:

1. Выборы
2. Референдум
3. Анкетирование
4. Перепись

Б.3. Военные формирования, создаваемые на время войны из гражданского населения, не состоящего на военной службе (главным образом добровольцев):

1. Дружина
2. Армия
3. Ополчение
4. Гвардия

Б.4. Участвовать в выборах Президента РФ имеют право:

- А. Все граждане РФ;
Б. Все постоянно проживающие на территории РФ.

1. Верно только А
2. Верно только Б
3. Оба ответа верны
4. Нет верного ответа

Б.5. Верны ли следующие суждения о понятии «гражданин»:

А. В Смутное время Кузьма Минин проявил себя настоящим гражданином и патриотом своей страны;

Б. Быть гражданином может человек, не достигший 18 лет.

1. Верно только А
2. Верно только Б
3. Оба ответа верны
4. Нет верного ответа

ТТХ АК-74

Укажите какой калибр у автомата АК-74?

- 5,45
- 7,62
- 5,56
- 5,54
- 7,54
- 7,65

Вопрос 2

Автомат Калашникова предназначен для:

- Уничтожения живой силы противника, поражения его огневых средств, низколетящих воздушных целей и парашютистов. Для поражения противника в рукопашном бою.
- уничтожения противника, самолётов, парашютистов, как при огневом контакте, так и в рукопашном бою.
- Ведения боевых действий и уничтожения любых живых существ, как на войне, так и в мирной жизни.
- Уничтожения живой силы противника, воздушных целей и парашютистов. Для поражения противника в рукопашном бою.

Вопрос 3

Какой огонь может вестись из АК-74

- одиночный
- автоматический
- как одиночный, так и автоматический

Вопрос 4

Прицельная дальность выстрела (м)

- 1000
- 800
- 700
- 500
- 200
- 350

Вопрос 5

Темп стрельбы (выстрелов/мин)

- 600
- 60
- 200
- 700
- 100
- 400

Вопрос 6

Начальная скорость пули (м/сек)

- 900
- 800
- 700
- 1000
- 3600
- 360

Вопрос 7

Подача патронов при стрельбе производится из коробчатого магазина. Какой ёмкости магазин (патронов)?

- 30
- 35
- 45
- 40
- 25

Вопрос 8

Масса автомата со снаряженным магазином (кг)

- 2,5
- 3,6
- 4,2
- 6,3
- 5,2

Вопрос 9

Дальность убойного действия пули (м)

- 1350
- 1500
- 1530
- 1053
- 1250

Вопрос 10

Предельная дальность полёта пули (м)

- 3150
- 1530
- 1350
- 3510
- 3550

Вопрос 11

Боевая скорострельность очередями (выстр/мин)

- до 100
- до 60
- до 40
- до 600
- до 200

Вопрос 12

Боевая скорострельность одиночными выстрелами (выстр/мин)

- до 100
- до 60
- до 40
- до 20
- до 80

Вопрос 13

Длина автомата с прикинутым штык-ножом (м)

- 1,1
- 1,25
- 1,52
- 0,84
- 1,34

Вопрос 14

Наиболее действенный огонь по наземным целям (м)

- до 500
- до 600
- до 750
- до 800
- до 700

Вопрос 15

из АК-74 может вестись автоматический огонь короткими очередями (до ?? выстрелов)

- до 5
- до 2
- до 7
- до 4
- до 6

Вопрос 16

из АК-74 может вестись автоматический огонь длинными очередями (до ?? выстрелов)

- до 6
- до 8
- до 10
- до 12
- до 15

Вопрос 17

укажите ТРАССИРУЮЩИЙ патрон (7ТЗ)



Вопрос 18

укажите ОБЫКНОВЕННЫЙ патрон (7Н6)



Вопрос 19

укажите БРОНЕБОЙНО-ЗАЖИГАТЕЛЬНЫЙ патрон (7Н-23)





•
•
•
Вопрос 20
укажите **ХОЛОСТОЙ** патрон (7X3)



•
•
•
•
•
•
Вопрос 21
укажите **УЧЕБНЫЙ** патрон (7X4)



•
Вопрос 22
Укажите какая деталь АК указана на картинке.



- крышка ствольной коробки
- возвратный механизм
- дульный тормоз-компенсатор
- газоотводная трубка со ствольной накладкой
- прицельная планка
- магазин
- шомпол
- цевьё

Вопрос 23

Укажите какая деталь АК указана на картинке.



- крышка ствольной коробки
- возвратный механизм
- дульный тормоз-компенсатор
- газоотводная трубка со ствольной накладкой
- прицельная планка
- магазин
- шомпол
- цевьё

Вопрос 24

Укажите какая деталь АК указана на картинке.



- крышка ствольной коробки
- возвратный механизм
- дульный тормоз-компенсатор
- газоотводная трубка со ствольной накладкой
- прицельная планка
- магазин
- шомпол
- цевьё

Вопрос 25

Укажите какая деталь АК указана на картинке.



- крышка ствольной коробки
- возвратный механизм
- дульный тормоз-компенсатор
- газоотводная трубка со ствольной накладкой
- прицельная планка
- магазин

- шомпол
- цевьё
- затвор

Вопрос 26

Укажите какая деталь АК указана на картинке.



- крышка ствольной коробки
- возвратный механизм
- дульный тормоз-компенсатор
- газоотводная трубка со ствольной накладкой
- затворная рама с газовым поршнем
- магазин
- шомпол
- цевьё
- затвор

Вопрос 27

Укажите какая деталь АК указана на картинке.



- крышка ствольной коробки
- возвратный механизм
- дульный тормоз-компенсатор
- газоотводная трубка со ствольной накладкой
- затворная рама с газовым поршнем
- магазин
- шомпол
- цевьё
- затвор

Вопрос 28

Укажите какая деталь АК указана на картинке.



- крышка ствольной коробки
- возвратный механизм
- дульный тормоз-компенсатор
- газоотводная трубка со ствольной накладкой
- затворная рама с газовым поршнем
- магазин
- шомпол
- цевьё

- затвор

Вопрос 29

Укажите какая деталь АК указана на картинке.



- крышка ствольной коробки
- возвратный механизм
- дульный тормоз-компенсатор
- газоотводная трубка со ствольной накладкой
- затворная рама с газовым поршнем
- магазин
- шомпол
- цевьё
- затвор

Вопрос 30

Укажите какая деталь АК указана на картинке.



- крышка ствольной коробки
- возвратный механизм
- дульный тормоз-компенсатор
- газоотводная трубка со ствольной накладкой
- затворная рама с газовым поршнем
- магазин
- шомпол
- цевьё
- затвор

Приложение №2.

Меры безопасности при обращении с оружием и патронами при проведении стрельб

I. Общие положения

1. Безопасность при проведении стрельб обеспечивается благодаря четкому и грамотному руководству, исправности оружия и патронов, мишенного оборудования, обученности участников стрельб.
2. Всем сотрудникам необходимо знать и беспрекословно соблюдать установленные меры безопасности при проведении стрельб, обращении с боевым ручным стрелковым оружием и патронами к нему.
3. В случае нарушения сотрудником безопасности при проведении стрельб ведение огня всеми сотрудниками немедленно прекращается, а сотрудник, допустивший нарушение, по решению руководителя стрельбы (руководителя стрельбы на участке) отстраняется от практического выполнения упражнений стрельб с последующим докладом об этом руководителю территориального органа принудительного исполнения.

II. Меры безопасности при обращении с боевым ручным стрелковым оружием

4. Получив оружие, проверить отсутствие патрона в патроннике.
5. Перед стрельбой убедиться в исправности оружия.
6. При осмотре, зарядании направлять оружие дульной частью в сторону мишенного поля или вверх под углом 45-60 градусов в безопасном направлении.
7. Разрядив оружие, поставить его на предохранитель.
8. Не направлять оружие в сторону людей, в тыл стрельбища независимо от того, заряже-

но оно или нет.

III. Меры безопасности при обращении с патронами

9. Проверить количество полученных патронов и осмотреть каждый патрон.
10. Осмотреть пулю, гильзу и капсюль. На поверхности патрона не должно быть механических повреждений, препятствующих досылке в патронник, коррозии (особенно на стыке пули с гильзой и капсюле).
11. Патроны, у которых обнаружено выпадение пули или ее шевеление в гильзе, имеются вмятины, забоины на пуле и гильзе, поражены коррозией фланец гильзы, капсюль или кольцевая канавка под выбрасыватель, сдаются на пункт боевого питания.
12. Запрещается использовать патроны с трещинами на дульце, корпусе или фланце гильз, так как при зарядании возможен случайный выстрел.

IV. Меры безопасности при проведении стрельб

13. Перед началом стрельбы руководитель стрельбы организует осмотр территории стрельбища (тира). С территории стрельбища необходимо удалить людей, животных и транспорт.
14. Границы стрельбища открытого типа обозначаются на местности указателями "Стой, стреляют", "Проход и проезд запрещены", которые устанавливаются в пределах видимости, а также в местах пересечения троп и дорог, ведущих на территорию стрельбища.
15. Разрешение на открытие огня руководитель стрельбы дает после выставления оцепления на посты, а руководитель стрельбы на участке - после общей команды руководителя стрельбы "Огонь". Стрельба прекращается по команде "Стой, прекратить стрельбу" или "Отбой".
16. При практическом выполнении упражнений стрельб с использованием различного хвата руками удержание оружия должно быть таким, чтобы движение затвора назад не травмировало руки сотрудника.
17. На занятиях по огневой подготовке при проведении стрельб автомат (пистолет-пулемет) должен находиться в положении "на ремень" с разложенным (откинутым) прикладом.
18. Категорически запрещается:
 - оставлять оружие и патроны без присмотра;
 - выполнять упражнения стрельб из неисправного или не приведенного к нормальному бою оружия;
 - при подготовке к выполнению упражнения и в процессе выполнения стрельбы в защитных очках, наушниках, средствах защиты надевать, поправлять и снимать их с оружием и патронами в руках;
 - применять патроны, имеющие наружные повреждения, не соответствующие калибру и маркировке для видов оружия;
 - нарушать конструктивную целостность патронов, а также устранять возникшие в них неисправности.
19. Ведение огня немедленно прекращается всеми сотрудниками самостоятельно в следующих случаях:
 - появление людей, транспортных средств и животных на мишенном поле, низко летящих летательных аппаратов над районом стрельб;
 - неисправность оружия;
 - неисправность мишенного оборудования;
 - поднятие белого флага (фонаря);
 - возникновение возгорания, задымления на мишенном поле;
 - возникновение тумана над районом стрельб или других погодных условий, мешающих наблюдать мишенную обстановку или район проведения стрельб;

потеря ориентации сотрудником;
поступление от оцепления сигнала об опасности продолжения стрельбы.
20. Запрещается без команды руководителя стрельбы (руководителя стрельбы на участке):
извлекать пистолет из кобуры, а для автомата (пистолета-пулемета) менять положение "на
ремень";
снаряжать магазин патронами;
заряжать оружие;
открывать огонь;
передавать оружие и патроны другим сотрудникам.

Приложение №3.

Инструкции по правилам безопасности при выполнении физических упражнений.

В спортивном зале:

1. Обучающиеся должны заниматься в спортивной форме и обуви.
2. Гимнастические снаряды должны быть хорошо укреплены и проверены перед занятиями.
3. В случае поломки снаряда нужно прекратить на нём занятия и сообщить об этом тренеру.
4. Занимающиеся должны соблюдать меры предосторожности при подвижных спортивных играх.
5. При проведении эстафет, передач мяча занимающиеся не должны двигаться навстречу друг другу.
6. Температурный режим и освещение в спортивном зале должно соответствовать установленным нормам.

Правила безопасности на учебно – тренировочных занятиях:

1. Обучающиеся должны заниматься в спортивной форме, соответствующей погодным условиям.
2. Тренер должен обеспечить правильную организацию занятий.
3. Должно быть создано положительное взаимодействие между занимающимися, что обеспечит взаимопомощь и предупреждение травматизма.
4. Тренер должен находиться в удобном для наблюдения и руководства занятиями на месте, он должен уметь предвидеть опасные для здоровья занимающихся ситуации.

5. Тренер выбирает игры в соответствии с возрастными особенностями, подготовкой и состоянием занимающихся.
6. Вовремя учебно–тренировочных занятий болельщики не должны находиться в спортивном зале, на площадке, когда идёт игра.
7. Во время соревнований болельщики не должны находиться на спортивной площадке, когда идёт игра, не разрешается выбегать на поле всячески мешать играющим.
8. На занятиях должна быть укомплектована аптечка.

Правила безопасности на соревнованиях, спортивных праздниках, днях здоровья и спорта:

1. Подготовка участников должна соответствовать характеру соревнований
2. Инвентарь, не соответствующий нормативным требованиям, сразу же изымается из употребления.
3. Соревнования должны обслуживать достаточное количество судей или привлечённых для этих целей лиц, знакомых с мерами безопасности.
4. Место соревнований должно быть тщательно проверено и подготовлено к проведению мероприятия. Организаторы должны ликвидировать опасные для жизни детей предметы.
5. Руководитель команды или ответственный за жизнь детей представитель должны обеспечить контроль за состоянием здоровья участников на соревнованиях, следить за дисциплиной. Если во время соревнований по какой – либо причине участник сходит с дистанции или получает травму, обязательно предупредить судью, медика и оказать первую доврачебную помощь.

Техника безопасности при занятиях на стадионе

Во время занятий бегом на улице соблюдать следующие правила техники безопасности:

- техника безопасности **при беге:**

1. Спортсмен должен внимательно следить за командами тренера и чётко их выполнять;
2. Бежать по кругу можно только в одном направлении – против движения часовой стрелки;
3. При групповом старте на короткие дистанции бежать необходимо только по своей дорожке;
4. Во избежание столкновений исключить резко стопорящую остановку.

- техника безопасности: **прыжки и спортивные снаряды:**

1. Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом грунте, не приземляться при прыжках на руки;
2. При прыжках в длину, прежде чем выполнять разбег, следует проследить, чтобы яма приземления была свободна;
3. При прыжках в высоту нужно соблюдать очерёдность разбега с правой и с левой стороны;
4. На снарядах можно делать упражнения только при наличии подложенных матов;
5. Обнаружив неисправность снаряда, надо немедленно прекратить упражнение.