

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного
образование «Дом детского творчества»



Утверждаю
Директор МБОУ ДО ДДТ
Д.О. Разволяев
Приказ от 01.09.2016 №66

«Патриоты России»

дополнительная образовательная программа по патриотическому
воспитанию для детей 13-18 лет
срок реализации – 1 год

Составитель:
Мачавариани Иван Владимирович,
педагог дополнительного
образования МБОУ ДО ДДТ

Принята на заседании
педагогического совета МБОУ ДО ДДТ
протокол № 1 от 31.08.2016

Калтанский городской округ, 2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Государственный человек более других сограждан должен быть одушевлен, движим и руководствован любовью к отечеству. Он должен любовью к отечеству жить, вливать ее в своих подчиненных и быть примером в ней всему государству.

Державин Г.Р.

Программа «Патриоты России» дополнительного образования детей рассчитана на возраст учащихся 13 – 18 лет. Срок реализации – 1 год.

Данная программа направлена на социальное становление, патриотическое воспитание, формирование активной гражданской позиции подростков в процессе интеллектуального, духовного, нравственного и физического развития, подготовку учащихся к защите Отечества, формирование чувства гордости за свой народ и страну, приобщение к системе культурных ценностей, воспитание стремления к здоровому образу жизни.

Программа составлена на основе программ для спортивных школ в соответствии с Законом РФ «Об образовании», Федеральным Законом от 13.01.96 №12-ФЗ и Типовым Положением об образовательном учреждении дополнительного образования детей (Постановление Правительства РФ от 07.03.95 №233, нормативными документами Министерства общего и профессионального образования РФ по физической культуре, спорту и туризму, регламентирующими работу спортивных школ.

В современных условиях развития нашего общества глубокие перемены, происходившие в жизни России, повлияли на ослабление внимания к патриотическому воспитанию подрастающего поколения. В общественном сознании и в сознании молодежи получили широкое распространение равнодушие, эгоизм, цинизм, не мотивируемая агрессивность, неуважительное отношение к государству и социальным институтам. И как вследствие этого, отношение большинства молодежи к жизни - потребительское. Увеличилось число юношей не готовых к службе в армии ни физически, ни морально. Нет ни одного универсального рецепта как воспитать ребенка - в будущем настоящего гражданина, который любит свою Родину, ту, в которой он родился, где корни его народа, который будет бороться за её возрождение. Реформирование общества в наши дни сориентировало людей, болеющих за будущее страны, на разработку новых концепций воспитания нового поколения, цели и содержание которых базируются на общечеловеческих ценностях: вечное стремление человека к добру, красоте, истине, справедливости, к самосовершенствованию.

Особое место отводится чувству любви к родному очагу, к своему Отечеству. Отечество — это единственное уникальное для каждого человека:

Родина, данная ему судьбой, завещанная его предками. Патриотизм активизирует духовный потенциал ребенка, поднимает уровень развития личности на более высокую ступень. Ценностные ориентации, связанные с патриотическими чувствами, обеспечивают активное деятельностное вхождение детей в жизнь общества.

В настоящее время в российском обществе происходят события, связанные с изменениями всех сфер нашей жизни. Экономические преобразования, расслоение общества, коснувшееся каждой семьи, привели к смене мироощущений и ценностных ориентаций детей и подростков, усилилось их отчуждение от мира взрослых, негативное отношение к понятиям человеческого достоинства, гражданского долга, личной ответственности. Растущий дефицит гуманности, социальная напряженность, деформация семей отрицательно влияют на нравственное и физическое здоровье подрастающего поколения. Появился новый тип войн – террористические войны, от которых страдают прежде всего мирные граждане, как правило не подготовленные к экстремальным ситуациям. Поэтому одним из перспективных направлений развития учащихся в плане подготовки юношей к службе в армии, является развитие сети дополнительного образования детей и подростков.

Любая страна нуждается в наличии действенной системы патриотического воспитания. Его содержание должно соответствовать сложившейся в стране ситуации, а его системе надлежит быть гибкой и постоянно изменяющейся в свете современных требований. Исследования ученых убедительно доказали, что военно-патриотическое воспитание тесно связано с воспитанием патриотизма.

Однако имеются отличия. Если патриотическое воспитание призвано готовить и к труду, и к обороне, то главная цель военно-патриотического воспитания – подготовка к защите Отечества, т.е. подготовить молодежь к экстремальной ситуации вооруженной борьбы с агрессором, сформировать готовность к службе в силовых структурах.

Поэтому как никогда актуальна программа «Патриоты России», разработанная и реализуемая центром патриотического воспитания детей и молодежи Калтанского городского округа «Отечества достойные сыны» с учетом изменений социально-политического климата страны.

Программа рассчитана на обучающихся 13-18 лет, тех, кто проявляет желание подготовить себя физически и морально к службе в армии, главное условие участия в программе - отсутствие медицинских противопоказаний.

Программа успешно реализуется в каникулярное время на профильных сменах, при проведении экскурсий и мероприятий военно-патриотической направленности.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена проблемами интеллектуального и социального развития детей в современном обществе. Ребенок не рождается с готовыми формами поведения, логическим мышлением, знанием о мире. Он усваивает опыт предыдущих поколений и

формируется как личность в социальном окружении через влияние моделей, социальных ролей и культуры в целом.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

- создание условий и возможностей для формирования и становления целостной личности - гражданина и патриота.

ЗАДАЧИ:

- социальное становление, патриотическое воспитание, формирование активной гражданской позиции подростков в процессе интеллектуального, духовно-нравственного и физического развития;
- подготовка учащихся к защите Отечества;
- обучение умению вести себя правильно в экстремальных ситуациях, уметь помочь себе и окружающим;
- формирование чувства гордости за свой народ и страну;
- помощь молодежи в определении смысла жизни в условиях социально-экономических изменений;
- приобщение детей к системе культурных ценностей, отражающих богатство общечеловеческой и родной российской культуры;
- развитие стремления к усвоению общечеловеческих норм морали (доброты, справедливости, терпимости, правдивости, веры в созидательные возможности человека, чести и совести);
- формирование представления у детей о труде, как высшей ценности в жизни, воспитание целеустремленности, честности и ответственности во благо Отчизны;
- воспитание стремления к здоровому образу жизни.

Программа предназначена для детей 13-18 лет, рассчитана на 1 учебный год (324 часа).

Условием эффективного образовательного процесса является использование современных методов, форм, приемов и педагогических технологий.

Учебно–воспитательный процесс по программе предполагает получение следующих результатов:

- Формирование качественно новой целостно-нормативной модели поведения молодого человека — гражданина своей страны, патриота и сына своей малой родины, физически крепкого, способного переносить жизненные трудности, адаптированного к возникающим проблемам, активно ищущего пути их решения, любящего социально-значимый труд, готового к службе в рядах ВС РФ.
- Социальная адаптация.
- Формирование у молодых людей позитивного интереса к молодежной политике.
- Овладение правовыми знаниями, предупреждающими правонарушения среди молодежи.
- Ознакомление с отечественной историей и ратной славой армии.

- Воспитание стремления к здоровому образу жизни.
- Развитие стремления к усвоению общечеловеческих норм морали (доброты, справедливости, терпимости, правдивости, веры в созидательные возможности человека, чести и совести).
- Развитие экологической культуры и любви к родному краю;
- Усвоение общечеловеческих норм морали.
- Приобретение навыков здорового образа жизни, умения выживать в экстремальных условиях, оказывать доврачебную помощь.

**Учебно-тематический план
«Патриоты России»**

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях. Ознакомление с программой.	3	3	
2.	Вооруженные силы РФ - защитники нашего Отечества.	10	6	4
2.1	История создания ВС РФ.		2	1
2.2	Высокое звание «Солдат».		1	1
2.3	Виды Вооруженных сил, рода войск		1	1
2.4	Служба в рядах ВС РФ.		1	
2.5	Патриотизм — источник морального духа русского воина.		1	1
3.	Традиции Вооруженных Сил России.	6	4	2
3.1	Символы воинской чести.		1	1
3.2	Ритуалы ВС РФ. Дни воинской славы.		1	
3.3	Знакомство с днями воинской славы.		2	1
4.	Воинские уставы - закон жизни солдата.	6	6	
4.1.	Воинские уставы.		1	
4.2.	Права и обязанности, ответственность военнослужащих.		1	
4.3	Взаимоотношения между военнослужащими.		1	
4.5	Воинская дисциплина.		2	
4.6	Военные аспекты международного права		1	
5.	Воинская обязанность и военная служба граждан	8	8	
5.1	Воинская обязанность.		2	
5.2	Воинский учет и его предназначения		2	
5.3	Размещение, жизнь и быт солдат.		2	
5.4	Внутренний порядок подразделения.		2	
6.	Физическая подготовка	40		40
6.1	Легкая атлетика			8
6.2	Подвижные игры			8
6.3	Лыжный спорт			8
6.4	Гимнастика (элементы акробатики)			8
6.5	Плавание			8
7.	Специальная физическая подготовка	29		29

7.1	Упражнения на развитие физических качеств быстрота, ловкость, выносливость.			
7.2	Специальные эстафеты с применением сложных двигательных заданий. Эстафеты на преодоление туристической полосы препятствий.			
8.	Противопожарная подготовка	8	6	2
8.1	Виды лесных пожаров. Причины возникновения. Способы тушения. Экскурсия в пожарную часть			
9.	Медицинская подготовка	10	4	6
9.1	Личная гигиена, профилактика различных заболеваний		1	2
9.2	Походная медицинская аптечка.		1	
9.3	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи		1	2
9.4	Приемы транспортировки пострадавшего		1	2
10.	Огневая подготовка	9	3	6
10.1	Основные части и механизмы пневматической винтовки.		1	1
10.2	Работа частей и механизмов винтовки		1	1
10.3	Назначение, боевые свойства и типы гранат. Способы метания гранат.		1	4
11.	Строевая подготовка	12	2	10
11.1	Строй и его элементы. Предварительная и исполнительная команды.		1	2
11.2	Строевая стойка с оружием.		1	2
11.3	Отдача чести на месте и в движении с оружием и без оружия. Подход к начальнику и отход от него.			2
11.4	Прохождение торжественным маршем.			4
12.	Посещение городской библиотеки	15	12	3
13.	Участие в акциях	15	3	12
13.1	Акция посвященная Дню России «Мы – Россияне»		1	3
13.2	Областная акция «Чистый берег», «Я гражданин России»			3
13.3	Всероссийская акция «Вахта Памяти»			3
13.4	Участие в открытии областного этапа Всероссийской акции «Вахта Памяти»		1	2

13.5	Участие в закрытии областного этапа Всероссийской акции «Вахта Памяти»		1	2
13.6	Подготовка команды к Всероссийской акции «Вахта Памяти»			2
14.	Пост №1	17	2	15
14.1	История создания. Строевой шаг.		1	2
14.2	Смена караула. Возложение гирлянды, корзины		1	13
15.	Музейные уроки:	12	12	
	«По следам Вахты Памяти»		2	
	Цикл музейных уроков «Салют Победы» по темам:		2	
	Калтанцы -Герои Советского Союза		2	
	-Фронтовые письма		1	
	-Бессмертие и сила Ленинграда		1	
	-Подвиг Сталинграда		2	
	-Курская битва		2	
16.	Слет-отчет поисковых отрядов ОУ «Я современник»	3	1	2
17.	Мероприятия в рамках сетевого взаимодействия	9	3	6
17.1	Мероприятие посвященное 9 мая (автопробег)			1
17.2	Подготовка к мероприятию «День памяти и скорби»		1	1
17.3	Участие в торжественной церемонии ко Дню Защитника Отечества		1	1
17.4	Урок Мужества			2
17.5	Месячник оборонно-массовой работы (по отдельному плану).	10	1	9
18.	Всероссийская акция «Вахта Памяти»	10	4	6
19.	Бессмертный полк	6	3	3
19.1	Регистрация		3	
19.2	Участие в торжественном мероприятии			3
20.	Военная теоретическая подготовка	15	12	3
20.1	Информация плюс «Основы обороны государства», Вооруженные силы РФ		2	
20.2	Виды войск РФ, Государственная и военная символика		2	
20.3	Герои Советского Союза Герои РФ.		2	

20.4	Города – Герои		2	1
20.5	Государственные награды		2	1
20.6	Военная техника		2	1
21	Уроки– соревнования:	12		12
	«Мировой парень»,			3
	«Биатлон»,			3
	«Юный боец»,			3
	«Тропа бойца»			3
22	Муниципальные соревнования	9		9
22.1	«Меткий стрелок»			3
22.2	«День допризывника»			3
22.3	«Снежный снайпер»			3
23	Областные профильные смены	50	15	35
	«Юный патриот»	23	5	18
23.1	Основы медицинских знаний «Если ты остался один на один с пострадавшим»			3
23.2	Стрелковой смотры «Статен в строю , силен в бою».			6
23.3	Мастер –класс: Сборка и разборка автомата Калашникова, снаряжение магазина к АК 30 патронами			3
23.4	Огневая подготовка соревнования по стрельбе			3
23.5	Соревнование перетягивание каната			3
23.6	Визитка		5	
24	Областной (открытый) слет поисковых объединений «Наследники Победы»	27	10	17
24.1	Визитка		5	5
24.2	Конкурс поисковой песни «А мы идем искать ровесников следы»		3	
24.3	Конкурс патриотической песни		2	
24.4	Марш –бросок «Тропа поисковика»			10
24.5	Исторический конкурс «Подвиг народа»			2
	Всего	324	110	214

Содержание программы

1. Вводное занятие.

- Техника безопасности на занятиях.
- Ознакомление с программой.

2. Вооруженные силы РФ – защитники нашего Отечества

2.1. История создания ВС РФ.

- История создания русской армии. Этапы становления.
- Викторина «Ратные страницы истории».

2.2. Высокое звание «Солдат».

- Основные понятия и определения обороны государства.
- Правовые основы происхождения военной службы. Законы государства о защите Родины.

2.3. Виды Вооруженных сил, рода войск.

- Назначение и состав ВС РФ.
- Принципы строительства ВС РФ. Ракетные войска стратегического назначения. Сухопутные войска. Военно-Воздушные Силы. Военно-Морской Флот.
- Игра - эстафета «Я бы в армию пошел...».
- Викторина «Вооруженные силы России» .Тестирование.

2.4. Служба в рядах ВС РФ.

- Особенности прохождения службы в различных видах и родах ВС РФ.
- Альтернативная гражданская служба.
- Диспут «Почему престижна сегодня профессия - военный».

2.5. Патриотизм — источник морального духа российского воина.

- Встреча с военнослужащими, воинами-интернационалистами.

3. Традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести

3.1. Символы воинской чести.

- Боевое Знамя воинской части. Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги.
- Историческая игра «Ордена и Знамена России».

3.2. Ритуалы ВС РФ.

- Знакомство с основными военными ритуалами.

3.3. Дни воинской славы.

- Знакомство с календарем воинской славы.
- Игра «Гордиться славою предков должно..»

3.4. Знакомство с днями воинской славы.

- Устный журнал «Победные дни России».

4. Воинские уставы — закон жизни солдата.

4.1. Воинские уставы.

- Силы и значение Воинских уставов и их роль в ВС РФ.

4.2. Права и обязанности, ответственность военнослужащих.

- Правовые основы военной службы: военнослужащих Конституция РФ, Федеральные законы «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе». Права и обязанности.

4.3. Взаимоотношения между военнослужащими.

- Статус военнослужащих. Обязанности командиров, солдат (матросов). Единоначалие. Начальники и подчиненные. Старшие и младшие.
- Диспут «Дедовщина и армия».

4.4. Воинская дисциплина.

- Дисциплина: сущность и значение. Ответственность за нарушение уставных взаимоотношений.

4.5. Военные аспекты международного права.

- Понятие: «международное право». «Правила ведения боевых действий».
- Диспут «Война и международный терроризм».

5. Воинская обязанность и военная служба граждан.

5.1. Воинская обязанность.

- Основные понятия о воинской обязанности.

5.2. Воинский учет и его предназначения.

- Обязанности граждан по воинскому учету.
- Постановка на воинский учет. Тестирование «Обязательная подготовка граждан к военной службе».

5.3. Размещение, жизнь и быт солдат.

5.4. Внутренний порядок подразделения.

- Суточный наряд. Распределение времени. Повседневный порядок. Размещение военнослужащих.
- Несение караульной службы.

6. Физическая подготовка

- Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки на месте и в движении.
- Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.
- Упражнения для туловища в различных исходных положениях на формирование правильной осанки: наклоны, повороты и вращения туловища, в положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.
- Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады с дополнительными пружинящими движениями.
- Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.
- Упражнения с предметами. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки с вращением скакалки вперед, назад, на одной и обеих ногах, прыжки с поворотами в приседе и полуприседе.
- Упражнения с отягощением: упражнения с набивными мячами — бросать и ловить в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями.
- Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.
- Элементы акробатики. Кувырки (вперед, назад, в стороны) в группировке, полушпагат; полет кувырок вперед с места и с разбега, перевороты (в стороны и вперед).
- Подвижные игры и эстафеты. Игры с мячом. Игры бегом с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием. Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий с переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов. Игры на внимание, сообразительность, координацию.
- Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции — 30, 60, 100 м из различных исходных положений. Эстафетный бег на эти же дистанции. Бег по пересеченной местности (кросс) до 3—5 км с преодолением

различных естественных и искусственных препятствий. Интервальный и переменный бег. Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной, пятерной прыжок и многоскоки. Метание гранаты, толкание ядра. Прыжки в высоту.

- Лыжный спорт. Изучение попеременного и одновременного способа ходьбы на лыжах. Изучение техники поворотов на месте и в движении. Прохождение на лыжах дистанции 3, 5 км на время. Катание с гор. Спуски и подъемы на склонах различной крутизны. Повороты и торможение во время спусков. Ложные падения.
- Гимнастические упражнения. Упражнения на снарядах: гимнастическая стенка, канат, шест, лестница, скамейка, перекладина, брусья, кольца; опорные и простые прыжки с мостика и трамплина через «козла», «коня».
- Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол, футбол, волейбол.
- Плавание. Освоение одного из способов плавания: старты и повороты, проплывание на время 25, 50, 100 и более метров.
- Выполнение упражнений на перекладине и брусках. Гиревое двоеборье. Бег на короткие и длинные дистанции. Кроссовая подготовка.

7. Специальная физическая подготовка

- Упражнения на развитие выносливости. Бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности, открытой и закрытой, в том числе и по заболоченной на дистанции от 5 до 10 км. Бег «в гору». Ходьба на лыжах на дистанции от 5 до 10 км. Марш-броски и туристские походы (однодневные и многодневные). Плавание различными способами на дистанции до 800 м. Многократное пробегание различных дистанций с изменением скорости, темпа и продолжительности бега в различных условиях местности. Смешанное передвижение с чередованием ходьбы, бега. Бег по песку, по кочкам; бег в воде на мелком месте. Упражнения со скакалкой в заданном темпе.
- Упражнения на развитие быстроты. Бег с высокого и низкого старта на скорость на дистанции 30, 60, 100, 200, 400 м. Бег на месте в быстром темпе с высоким подниманием бедра. Бег семенящий, прыжковый. Бег с внезапной сменой направлений, с внезапными остановками, с обеганием препятствий. Эстафеты: встречные, с преодолением препятствий, с прыжками, по кругу и т.д. Быстрое приседание и вставание. Бег с переменной скоростью и повторный бег. Бег боком и спиной вперед. Бег змейкой между расставленными в различном положении стойками. Упражнения со скакалкой: два прыжка на один оборот скакалки, один прыжок на два оборота скакалки, чередование

различных прыжков на одной и двух ногах. Бег через барьеры различной высоты на дистанции 60, 100, 200 м.

- Различные игры и игровые упражнения, выполняемые в быстром темпе (баскетбол 3:3, футбол 5:5, с укороченными таймами).
- Упражнения для развития ловкости и прыгучести. Прыжки в длину в яму с песком, через яму с водой, канаву, ручей. Прыжки по кочкам. Прыжки в высоту через планку, жердь, поваленное дерево с одной и двух ног. Прыжки через «коня», «козла». Прыжки на одной и обеих ногах на месте и в движении. Прыжки со скакалкой в движении. Прыжки вверх из положения приседа, упора присев. Бег-прыжки и прыжки по ступенькам в заданном темпе. Прыжки вниз с гимнастической лестницы, бровки оврага, берега реки и т.д.
- Элементы акробатики: кувырки, перекаты, перевороты, ложные падения на лыжах. Гимнастические упражнения на различных снарядах, требующие сложной координации движений. Упражнения на равновесие, выполняемые на гимнастическом бревне, скамейке.
- Переправа по бревну через овраг, ручей, канаву; переправа по качающемуся бревну. Подъем по гимнастической лестнице, стенке, в том числе без помощи ног; подъем по крутым склонам оврагов, берегам ручьев. Элементы скалолазания.
- Игры: баскетбол, гандбол, футбол — со специальными падениями. Эстафеты с применением сложных двигательных заданий, требующих проявления координации движений. Участие в преодолении туристской полосы препятствий.
- Упражнения для развития силы. Сгибание и разгибание рук в упорах о предметы на разной высоте от пола (гимнастическую стенку, стул, гимнастическую скамейку, пол). Из упора лежа отталкивание от пола с хлопком. Приседания на двух и одной ногах. Прыжки и подскоки на одной и двух ногах без отягощения и с отягощением (гантели, набивные мячи весом 2—4 кг, диск от штанги, штанга) с последующим быстрым выпрямлением. Броски набивного мяча одной и двумя руками из-за головы, от груди, снизу, сбоку, броски с поворотом туловища. Упражнения для развития силы отдельных мышечных групп (туловища, рук, ног) без предметов и с предметами (набивными мячами, гантелями, резиновыми амортизаторами).
- Упражнения на гимнастической стенке: подтягивание на руках, поднимание ног до прямого угла и др.
- Эстафеты с переноской тяжелых предметов (набивных мячей, камней, партнеров по команде и т.д.).
- Упражнения для развития гибкости, на развитие и расслабление мышц. Ходьба с выпадами, скрестным шагом. Пружинистые приседания в положении выпада, «полушпагат», «шпагат». Маховые движения руками и ногами в различной плоскости. Пружинистые наклоны туловища вперед, в стороны, назад из различных исходных положений.

Парные упражнения с сопротивлением на гибкость, растяжение и подвижность суставов. Круговые движения туловищем, повороты с движением и без движения руками и ногами. Упражнения с палками, булавами. Отведение ног и рук в различных упражнениях, из различных исходных положений, на месте и в движении. Размахивание руками и ногами, расслабление мышцы при взмахе вперед, назад, в стороны. Размахивание свободно опущенными руками при повороте туловища. Наклоны вперед, в стороны, медленный бег с расслаблением мышц плечевого пояса и рук. Встряхивание рук, ног на месте и в движении. Глубокий вдох и продолжительный выдох.

- Различные варианты преодоления общеволевой единой полосы препятствий.

8. Противопожарная подготовка

- Виды лесных пожаров и их последствия. Причины возникновения лесных пожаров. Профилактика лесных и торфяных пожаров. Меры безопасности в зоне пожара. Назначение, виды и правила пользования огнетушителями. Способы тушения природных пожаров.

9. Медицинская подготовка

9.1 Личная гигиена, профилактика различных заболеваний.

- Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание).
- Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.
- Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличение сопротивляемости организма к простудным заболеваниям.
- Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания.
- Закаливание воздухом, солнцем, водой.
- Систематические занятия физическими упражнениями, как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.
- Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.
- Практические занятия

- Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

9.2 Походная медицинская аптечка.

- Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов: ампульные, таблеточные, порошковые, линименты, смазки. Различия в принципе действия. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Перечень и назначение, показания и противопоказания применения лекарственных препаратов. Новейшие фармакологические препараты.
- Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.
- Практические занятия
- Формирование походной медицинской аптечки.

9.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи

- Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм.
- Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков.
- Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги.
- Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током.
- Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные
- заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания.
- Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание
- желудка.
- Практические занятия
- Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи
- условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

9.4 Приемы транспортировки пострадавшего

- Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем

- на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.
- Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.
 - Практические занятия
 - Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

10.Огневая подготовка

10.1. Основные части и механизмы пневматической винтовки.

- Назначение и боевые качества пневматической винтовки. Основные части и механизмы пневматической винтовки. Назначение, устройство частей и механизмов винтовки. Разборка и сборка винтовки.

10.2. Работа частей и механизмов винтовки

- Работа частей и механизмов при зарядании. Работа частей и механизмов при стрельбе. Задержки при стрельбе из винтовки и способы их устранения.
- Назначение и устройство принадлежностей к пневматической винтовке.

10.3. Назначение, боевые свойства и типы гранат. Способы метания гранат.

11. Строевая подготовка

11.1 Строй и его элементы. Предварительная и исполнительная команды.

- Строевая стойка. Выполнение команд "Становись", "Равняйсь!", "Смирно!", "Вольно!", "Заправиться!".
- Повороты на месте. Движение строевым и походным шагом. Повороты в движении. Перестроение из одношереножного строя в двухшереножный и обратно.
- Отделение в строю. Построение отделения в развернутый и походный строй.

11.2 Строевая стойка с оружием.

- Выполнение команд: "Ремень – отпустить (подтянуть)", "Автомат - на грудь!", "Оружие - за спину!", "На Ремень!".
- "Поправить оружие". Повороты и движение с оружием. Выход из строя и возвращение в строй. Отдача чести с оружием на месте в движении.

11.3 Отдача чести на месте и в движении с оружием и без оружия. Подход к начальнику и отход от него.

11.4 Прохождение торжественным маршем.

12. Посещение городской библиотеки

13. Участие в акциях

- Акция «Милосердие». Оказание помощи ветеранам ВОВ, труженикам тыла, ветеранам и инвалидам спорта
- Акция «Чистые Кондома» в рамках акции «Чистые берега»
- Акция, посвященная Дню России «Мы – россияне»
- Акция «Забота», «Ветеран живёт рядом»
- Акция «Весенняя неделя добра»
- Акция «Я – гражданин России»
- Акция «Георгиевская ленточка»
- Акция «Бессмертный полк»

14. Пост №1

15. Музейные уроки:

- «По следам Вахты Памяти» на территории Тверской области.
- Цикл музейных уроков «Салют Победы» по темам: Калтанцы -Герои Советского Союза
- Фронтовые письма
- Бессмертие и сила Ленинграда
- Подвиг Сталинграда
- Курская битва

16. Слет-отчет поисковых отрядов ОУ «Я современник»

17. Мероприятия в рамках сетевого взаимодействия

- Автопробег
- Подготовка к мероприятию «День памяти и скорби»
- Участие в торжественной церемонии ко Дню Защитника Отечества
- Урок Мужества
- Месячник оборонно-массовой работы

18. Всероссийская акция «Вахта Памяти»

19. Бессмертный полк

- Регистрация
- Участие в торжественном мероприятии

20. Военная теоретическая подготовка

- Информация плюс «Основы обороны государства», Вооруженные силы РФ
- Виды войск РФ, Государственная и военная символика.
- Герои Советского Союза. Герои РФ.
- Города – Герои
- Государственные награды
- Военная техника

21. Уроки– соревнования:

- «Мировой парень»
- «Биатлон»
- «Юный боец»
- «Тропа бойца»

22. Муниципальные соревнования

- «Меткий стрелок»
- «День допризывника»
- «Снежный снайпер»

23. Областные профильные смены

- «Юный патриот»
- Основы медицинских знаний. «Если ты остался один на один с пострадавшим».
- Строевая подготовка: «Статен в строю силен в бою». Выполнение строевых приемов в составе отделения на месте, в движении, одиночная строевая подготовка.
- Снаряжение магазина к АК 30 патронами.
- Перетягивание каната.
- **Областной (открытый) слет поисковых объединений «Наследники Победы»**

ЛИТЕРАТУРА

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный Закон от 21 июня 2005 г. «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» и статьи 14 Закона РФ «Об образовании» от 06 июня 2005 г.
3. Общевоинские Уставы Вооруженных Сил РФ, 1993 г
4. Агапова И.И. Патриотическое воспитание в школе.- Москва.: Айрис-пресс, 2002 г
5. Антуфьева, О.А., Фалькович, Т.А., Обухова, Л.А.. К вершинам педагогического мастерства.- Учебно-методическое пособие. – Воронеж, 2006 г
6. Павлова, О.В. Основы безопасности жизнедеятельности. Автономное существование в природных условиях.- Элективный курс.- Волгоград, 2007 г
7. Шляпцева, М.Я. Первая медицинская помощь. - Справочник практического врача.- Москва, 2002 г
8. Бочаров, Е.А., Бочарова, Н.И. Юные спасатели.- Программно-методическое пособие для системы дополнительного образования.- Москва, 2002 г
9. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации. – Москва, Воениздат, 1994 г
10. "Вооруженные Силы России", под редакцией директора Центра военно-патриотического и гражданского воспитания Департамента образования г. Москвы Акчурина Р.С, изд. 2005 г.
11. Огневая подготовка. Авторы Яринов Ю.П., Артемьев В.А., под редакцией Акчурина Р.С, изд. 2006 г.
12. Боевые традиции вооруженных Сил РФ. Символы воинской чести. Автор Воронин А.В. изд., 2001 г.
13. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан. Автор Бический В.Н., изд. 2001 г. Журнал «Военные знания».
14. Учебно-методическое пособие по начальной военной подготовке (библиотека военного руководителя начальной военной подготовки) Министерства обороны СССР, 1988 г.
15. Учебник начальной военной подготовки, изд. Министерства обороны СССР, 1989
16. Программы начальной военной подготовки молодежи к службе в Вооруженных Силах СССР, изд. Министерства обороны СССР .
17. Организация занятия по тактической подготовке. Автор Белых Г.А.. изд. Министерства обороны СССР, 1987 г.
18. Боевой Устав сухопутных войск., изд. Министерства обороны Р