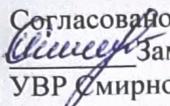


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Кордюковская средняя общеобразовательная школа»

Принята на заседании  
педагогического совета  
«28» августа 2023 г.  
Пр.№ 1

Согласовано:  
 Зам. директора по  
УВР Смирнова М.А.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
Направленность программы -  
физкультурно-спортивная**

**отряд «Витязь»**

Уровень программы: ознакомительный  
Возраст обучающихся: 12 – 17 лет  
Срок реализации: 1 год

Составитель (разработчик):  
Тупицин Рудольф  
Александрович  
Учитель физкультуры

с. Кордюково, 2023 г.

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной образовательной общеразвивающей программы**

### **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа отряд «Витязь» разработана в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. 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» (далее – СанПиН); образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»);
12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);
13. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

**1) Направленность программы – физкультурно-спортивная.**

## **2) Актуальность, отличительные особенности программы:**

Условия, в которых сегодня находится российское общество, в целом пока неблагоприятны для формирования у подрастающего поколения патриотического самосознания, ориентированного на высокие гражданские идеалы. Можно выделить ряд факторов, которые противоречат патриотическому воспитанию и ограничивают его эффект:

- в настоящее время Россия переживает духовный кризис. Вслед за распадом коммунистических ценностей поставлена под вопрос и ее либеральная альтернатива;
- основательно дискредитированы понятия общего блага и социальной справедливости;
- поиски национальной идеи, которая могла бы помочь преодолеть духовный кризис и консолидировать общество, не принесли желаемых результатов.
- упадок общественной морали, которая не может быть остановлена без приоритетного внимания государства к воспитанию подрастающего поколения.

Однако ещё в 90-е г.г. приоритетом школьной реформы стал перенос акцента с воспитательной деятельности образовательного учреждения на внедрение либеральной модели обучения (гуманистический характер образования, приоритет общечеловеческих ценностей, свободы и плюрализма в образовании). Очень скоро стало очевидно, что в этой модели воспитание не имеет того особого значения, которое оно приобрело в традиционной российской культуре и педагогике, а именно не направлено на духовно – нравственное развитие человека в процессе образования. Единую Всероссийскую пионерскую организацию заменили малочисленные детские организации, которые должны были подчеркнуть плюрализм молодежной политики и ее свободу от какой – либо идеологии. Оказавшись в новой рыночной среде, без государственной поддержки эти организации не смогли эффективно влиять на воспитание детей и молодежи. Патриотические ценности были монополизированы радикальными группировками левого и правого толка. Но и формирование государственной системы воспитания не сулит быстрого успеха. Этому мешает общее неблагоприятное состояние социальной среды: непомерно высокий уровень социальной дифференциации населения, деструкция коллективистских начал и моделей поведения, отчуждение людей от гражданских идеалов и общественных ценностей. Нравственное воспитание личности не может рассматриваться в отрыве от социальных ожиданий человека и возможностей его самореализации. Здесь в полной мере действует формула: каково сегодняшнее общество – такова и молодежь, какова сегодняшняя молодежь – такова и завтрашнее общество.

Все отмеченные факторы не благоприятствуют развитию патриотического самосознания. Остановить эти негативные процессы может только возрождение российского общества, изменение в позитивную сторону морально – психологического климата в стране. Уже одно это делает принципы патриотического воспитания актуальными, а их последовательную реализацию неотложной общественной и педагогической задачей.

Современное общественное развитие России остро поставило задачу духовного возрождения нации. Патриотическое воспитание подрастающего поколения является приоритетным направлением деятельности организаций социальной сферы.

Программа рассчитана на обучение и воспитание подростков (юношей и девушек) от 12 до 17 лет. Набор обучающихся в группы – свободный: все, кто проявляет желание и интерес. Но, главное, без медицинских противопоказаний.

Уровень сложности – стартовый.

3) Адресат программы – обучающиеся 12-17 летнего возраста.

Количество обучающихся в группе – 8-15 человек.

4) Срок освоения программы – 1 год,

5) Объем программы – 136 часа

б) Режим занятий – Занятия проводятся 2 раза в неделю: по 2 академических часа, Продолжительность занятий 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут.

## 1.2. Цели и задачи программы

**Цель программы** – социальное становление, патриотическое воспитание и формирование активной гражданской позиции подростков в процессе интеллектуального, духовно– нравственного и физического развития, подготовки по защите Отечества.

**Основными задачами программы являются:**

1. Развитие мотивации обучающихся к познанию важнейших духовно- нравственных ценностей, отражающих специфику формирования и развития нашего общества и государства, национального самосознания и образа жизни, миропонимания и судьбы россиян.
2. Компенсация отсутствующих в общем образовании знаний, умений и навыков в области истории Отечества и Вооруженных Сил России, физкультуры, спортивной гигиены, медицины, развитие интереса к воинским специальностям и формирование желания получить соответствующую подготовку; выработка готовности к достойному служению обществу и государству.
3. Физическое развитие обучающихся, формирование навыков дисциплины, самоорганизации и умения действовать в сложных и экстремальных ситуациях.
4. Воспитание силы воли, мужества, стойкости, гражданственности и патриотизма.

**Достижение поставленных задач предполагается осуществить на основе интереса подростков в военному искусству, физической силе и красоте, мужеству, стойкости, смелости и решительности; стремлению к самоутверждению.**

Реализацию программы предполагается осуществлять на основе следующих принципов: гуманистических начал, многообразия и вариативности форм организации жизнедеятельности и образования детей, и подростков;

- приоритета интересов каждого обучающегося, учета его интеллектуальных и психофизиологических и личностных особенностей;
- непрерывности образования и воспитания;
- воспитывающего обучения;
- учета специфических региональных особенностей культуры, экологии и условий жизни;
- обеспечения подростку комфортной эмоциональной среды – «ситуации успеха» и развивающего обучения;
- содействия выбору индивидуального образовательного маршрута.

Средства реализации программы:

- Создание особой микросоциальной, развивающей среды дисциплины, порядка, комфортности;
- Обучение и воспитание подростков в соответствии с определенными программой направлениями и содержанием деятельности;
- Использование отечественного и зарубежного опыта;
- Приобщение подростков к жизни в гражданском обществе, к культуре мира и ненасилия.

Формы учебных занятий.

1. Учебно-тренировочное занятие. Содержание учебного материала должно

- соответствовать обучающей и воспитательной задаче.
2. Тематические экскурсии. Могут являться разновидностью занятий либо культурно-досуговым мероприятием.
  3. Дискуссии, ролевые игры по тематике программы.
  4. Трудовая деятельность педагога и обучающихся. Участие в совместном труде, например, в субботнике или работах по поддержанию материальной базы, что предполагает использование педагогом личного примера как метода решения воспитательной задачи.
  5. Досуговые, массовые мероприятия, соревнования, посвященные различным историческим или памятным датам.
  6. Выездные формы занятий – экскурсии, профильные лагеря, экспедиции, соревнования.

Кроме названных выше существуют и другие формы занятий:

- День отряда (собираются все группы, приходят интересные люди, проводятся беседы, просмотр и обсуждение фото- и видеоматериалов и т.п.);
- походы по знаменательным историческим местам;
- учебные семинары;
- помощь ветеранам войн;
- вахта памяти;
- показательные выступления.

### 1.3. Содержание программы

#### УЧЕБНЫЙ ПЛАН.

№ п/п	Наименование разделов	Общее количество часов
1	Общественно-государственная подготовка	3
2	Тактическая подготовка	8
3	Разведывательная подготовка	3
4	Огневая подготовка	25
5	РХБ защита	4
6	Инженерная подготовка	8
7	Уставы	10
8	Строевая подготовка	22
9	Физическая подготовка	41
10	Медицинская подготовка	12

№ те- мы	Наименование темы	Кол-во Часов
<b>1</b>	<b>Общественно-государственная подготовка.</b>	<b>3</b>
1.1	Вводное занятие. Вооруженные силы Российской Федерации.	1
1.2	Военная присяга и Боевое Знамя воинской части.	2
<b>2</b>	<b>Тактическая подготовка.</b>	<b>8</b>
2.1	Основы общевойскового боя.	2
2.2	Действия солдата в бою.	2
<b>2.3</b>	<b>Ориентирование на местности в туристическом походе</b>	<b>4</b>
<b>3</b>	<b>Разведывательная подготовка</b>	<b>3</b>
3.1	Организация и тактика действий вооруженных сил стран вероятного противника.	3
<b>4</b>	<b>Огневая подготовка</b>	<b>25</b>
4.1	Меры безопасности	2
4.2	Материальная часть стрелкового оружия	2
4.3	Основы и правила стрельбы	3
4.4	Стрелковые тренировки	5
4.5	разборка и сборка акм 74	5
4.6	Снаряжение магазина	5
4.7	Контрольное упражнение (норматив) по огневой подготовки	3
<b>5</b>	<b>Радиационная, химическая и биологическая защита</b>	<b>4</b>
5.1	Ядерное, химическое, биологическое и зажигательное оружие	2
5.2	Средства индивидуальной защиты	2
<b>6</b>	<b>Инженерная подготовка</b>	<b>8</b>
6.1	Инженерное оборудование и маскировка позиций	4
6.2	Минно-взрывные заграждения, их устройство, установка и обезвреживание	4
<b>7</b>	<b>Уставы</b>	<b>10</b>
7.1	Военнослужащие и взаимоотношения между ними.	5
7.3	Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания	5
<b>8</b>	<b>Строевая подготовка</b>	<b>22</b>
8.1	Строевые приемы и движение без оружия.	12
8.2	Строевые приемы и движение с оружием	10
<b>9</b>	<b>Физическая подготовка</b>	<b>41</b>

9.1	Гимнастика	3
9.2	Рукопашный бой	6
9.3	Преодоление препятствий	4
9.4	Ускоренное передвижение	4
9.5	Лыжная подготовка	10
9.6	Биатлон	6
9.7	Сдача норм ГТО	5
9.8	Комплексные занятия	3
<b>10</b>	<b>Медицинская подготовка</b>	<b>12</b>
10.1	Основы медицинских знаний и оказание пмп	4
10.2	ПМП при травмах ,ранениях и отравлениях	4
10.3	выполнения нормативов при оказании ПМП	4

#### 1.4. Планируемые результаты

- овладение умениями и навыками личной гигиены и закаливания,
- освоение приемами строевой подготовки;
- получение навыков походной и маршевой подготовки, умения ориентироваться на местности, обустроить бивак, добывать воду и пищу, различать съедобные и лекарственные растения;
- выполнение нормативов «Юный стрелок»;
- знакомство с историей Вооруженных Сил и силовых структур России.

### Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

#### 2.1. Календарный учебный график

Комплектование групп	До 15 сентября
Дата начала и окончания реализации программы	С 15 сентября по 31 мая
Количество учебных часов	136

6

#### 2.2. Условия реализации программы

Для обеспечения выполнения программы требуется наличие

- учебного класса;
- спортивного зала (для занятий физической и строевой подготовкой в холодное время года, отработки нормативов);
- места для стрельбы из пневматического оружия (длиной не менее 12 м шириной не менее 3 м, может быть совмещено со спортивным залом);
- кладовой (для хранения имущества клуба), с металлическим шкафом (ящиком) для хранения учебного и пневматического оружия;

- площадки для занятий на улице (должна содержать дистанцию для бега на 100, 1000 и 3000 м; спортивные снаряды (турник, брусья); размеченную строевую площадку; желательно наличие площадки для выполнения приемов передвижения на поле боя, метания гранат и полосы препятствий (ее элементов)).

Материально-техническое обеспечение:

- форменная одежда для членов отряда;
- макеты массогабаритные автоматов Калашникова, магазины с учебными патронами
- по численности учебной группы;
- бинокль и ночной прицел (прибор ночного видения);
- пневматические винтовки и расходный материал (пули, мишени);
- командирский ящик и прицельный станок;
- учебные боеприпасы (гранаты, мины и т.д.), контейнеры от РПГ;
- полевое снаряжение, включающее под сумки под боеприпасы, защитный шлем и пехотную лопату – по численности учебной группы;
- противогазы и респираторы - на каждого; общевоинские защитные комплекты ОЗК
- по численности учебной группы;
- приборы радиационной и химической разведки, средства специальной обработки;
- средства оказания первой медицинской помощи: жгуты кровоостанавливающие, перевязочный материал, аптечки индивидуальные;
- компаса, курвиметр, учебные топографические карты и аэрофотоснимки, офицерские линейки и транспортиры;
- УКВ радиостанции любительского диапазона – не менее 2-х комплектов;
- рюкзаки, фляги, котелки, кружки, плащ-накидки – на каждого;
- палатки, спальные мешки, теплоизолирующие коврики - по численности учебной группы;
- спортивный инвентарь: маты и мешки боксерские, гири 16 и 24 кг, лыжи с креплениями армейского образца и палки;
- уставы, учебники по НВП и учебники сержантов, учебные пособия, руководства и наставления, плакаты по различным предметам боевой подготовки;
- телевизор и видеомаягнитофон (DVD-плеер), кассеты (диски) с учебными фильмами.

### **2.3. Оценочные материалы**

***В целях контроля и оценки результативности занятий проводятся***

*Тесты на физическую подготовку:*

- бег 30, 60, 100 м;
- прыжки в длину;
- подтягивания;
- отжимания;
- подъемы корпуса.

*Итоговый контроль:*

- контрольные занятия;
- соревнования
- зачет;
- собеседование;
- показательные выступления.

Итоги проведенных мероприятий анализируются и обсуждаются с обучающимися и их

родителями.

## 2.5. Методические материалы

Формы учебных занятий.

7. Учебно-тренировочное занятие. Содержание учебного материала должно соответствовать обучающей и воспитательной задаче.
8. Тематические экскурсии. Могут являться разновидностью занятий либо культурно-досуговым мероприятием.
9. Дискуссии, ролевые игры по тематике программы.
10. Трудовая деятельность педагога и обучающихся. Участие в совместном труде, например, в субботнике или работах по поддержанию материальной базы, что предполагает использование педагогом личного примера как метода решения воспитательной задачи.
11. Досуговые, массовые мероприятия, соревнования, посвященные различным историческим или памятным датам.
12. Выездные формы занятий – экскурсии, профильные лагеря, экспедиции, соревнования.

Кроме названных выше существуют и другие формы занятий:

- День клуба (собираются все группы, приходят интересные люди, проводятся беседы, просмотр и обсуждение фото- и видеоматериалов и т.п.);
- походы по знаменательным историческим местам;
- участие в соревнованиях по традиционным и боевым искусствам;
- учебные семинары;
- помощь ветеранам войн;
- вахта памяти;
- показательные выступления.

## 2.6. Список литературы

1. Антоновой О.Н., Кузнецовой В.С., программе дополнительного образования для ДЮСШ и СДЮШОР и по методическому комплекту
2. Гребенюк, О.С., Рожков, М.И. Общие основы педагогики: учеб. для студ. высш. учеб. заведений.- М.: Изд-во ВЛАДОС – ПРЕСС, 2003.-160с. 8
3. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016–2020 гг.». М., 2016. Официальный сайт Минобрнауки России
4. Духовные основы русской культуры: изучение и преподавание в высшей и средней школе. – М.: Наука и слово. – 2012.
5. Лутовинов В.И. Военно-патриотические объединения (клубы): концептуальные и организационно-методические основы функционирования и развития Уч. – метод. пособие. – М., Сотис. – 2019. – 312 с.
6. Патриотическое воспитание в условиях современной России. – Волгоград. – ВГМУ, 2011.
7. Материалы секции «Военно-патриотическое воспитание молодежи». – М. – Сотис.

## **Требования безопасности при подготовке граждан по основам военной службы**

### **Требования безопасности при проведении стрельб**

1. Стрельбы из спортивного оружия (пневматической винтовки) проводятся в целях подготовки к выполнению начального упражнения стрельб из автомата и в системе факультативных занятий в оборудованном, имеющем разрешение тире (стрельбище) под началом руководителя отряда.

2. Стрельбы боевыми патронами из автомата (карабина) проводятся только на оборудованных войсковых стрельбищах и тирах под руководством опытных офицеров воинской части или военного комиссариата.

3. Безопасность при проведении стрельб обеспечивается четкой организацией, точным соблюдением мер безопасности и высокой дисциплинированностью всех участников стрельбы.

4. Стрелять на стрельбище или в тире, где не обеспечена безопасность, боевыми и малокалиберными патронами, а также пулями из пневматической винтовки или доверять руководство стрельбой кому-либо из граждан запрещается.

В тире и на стрельбище запрещается:

- производить стрельбу из неисправного оружия и при поднятом белом флаге;
- брать или трогать на огневом рубеже оружие или подходить к нему без команды руководителя стрельбы;
- заряжать оружие до команды руководителя стрельбы;
- прицеливаться и направлять оружие в стороны и тыл, а также в людей;
- выносить заряженное оружие с огневого рубежа;
- находиться на огневом рубеже посторонним, кроме стреляющей смены;
- оставлять где бы то ни было заряженное оружие или передавать другим лицам без разрешения руководителя стрельбы;
- производить стрельбу непараллельно директрисе (направлению) стрельбища (тира);
- стрелять в тире одновременно из разных видов оружия;
- допускать к стрельбе лиц, не имеющих твердых практических навыков в выполнении стрельбы;
- от сигнала (команды) "Отбой" до сигнала (команды) "Огонь" запрещается, кому бы то ни было находиться на огневом рубеже.

9

5. Выдача гражданам боевых патронов производится специально назначенным военнослужащим воинской части. Подготовка каждого обучаемого к стрельбе боевыми патронами проверяется офицером воинской части (военного комиссариата) в присутствии руководителя (инструктора, осуществляющего подготовку по основам военной службы) военно – патриотического клуба. К стрельбе допускаются только те граждане, которые имеют навыки обращения с автоматом (карабином), знают и понимают правила поведения на огневом рубеже.

6. Выдача малокалиберных патронов производится только руководителем военно – патриотического отряда, исключительно на огневом рубеже. Если показ попаданий делается после каждого выстрела, выдается только по одному патрону.

7. Заряжается оружие на огневом рубеже и только по команде руководителя стрельбы "Заряжай".

8. Чистка оружия производится в специально отведенных местах под присмотром руководителя военно – патриотического отряда.

9. Граждане, допустившие нарушения требований безопасности, к стрельбе не допускаются.

10. Для проведения стрельбы из спортивного оружия руководитель учреждения, на базе которого действует ВПК, или в том случае, если клуб является самостоятельным юридическим лицом, непосредственно руководитель ВПК издает письменный приказ, в котором указывает:

- дату, место, наименование класса (курса) и количество привлекаемых обучаемых;
- вид, количество и номера спортивного оружия, которое будет использоваться при стрельбе, количество необходимых патронов (пулек);
- наименование упражнения;
- фамилию руководителя военно – патриотического клуба;
- необходимые средства оказания первой медицинской помощи.

11. Для учета израсходованных патронов (пулек) руководитель (инструктор, осуществляющий подготовку по основам военной службы) военно – патриотического клуба составляет акт, в котором указывает дату и место, наименование упражнения, количество стрелявших и израсходованных патронов (пулек).

Акт подписывается руководителем военно – патриотического клуба и утверждается руководителем учреждения, на базе которого действует ВПК, или в том случае, если клуб является самостоятельным юридическим лицом, непосредственно руководитель ВПК.

12. О всех несчастных случаях, происшедших во время стрельбы, немедленно сообщается в ближайший врачебный пункт, в местные органы внутренних дел и доносится органам исполнительной власти в области образования или молодежной политики как о чрезвычайном происшествии.

### **Требования безопасности при проведении учебных сборов и военно-спортивных игр**

1. При проведении учебных сборов и военно-спортивных игр могут применяться различные имитационные средства (взрывпакеты, дымовые шашки, сигнальные патроны, очаги пожаров, учебные гранаты и др.).

Использование имитационных средств на занятиях разрешается только руководителем военно – патриотического отряда, и военнослужащим, привлекаемым к занятиям.

При этом соблюдаются установленные меры безопасности.

Во время проведения военно-спортивных игр, кроме того, может использоваться различная военная техника, стрельба холостыми патронами и снарядами; для этого привлекаются специально подготовленные военнослужащие.

2. Руководитель военно – патриотического клуба, отвечают за соблюдение обучаемыми установленных правил и порядка, за организованную посадку на средства передвижения (бронетранспортеры, автомашины, плавсредства и др.) во время следования колонны на рубеж развертывания, передвижения на тактическом поле в составе подразделений и четкое выполнение ими подаваемых команд.

3. Стрельба холостыми патронами разрешается только военнослужащим из боевого оружия.

4. Запрещается использовать боевые патроны на тактических занятиях, а также производить стрельбу всякого рода патронами из учебного и самодельного оружия.

5. Метание учебных гранат (болванок) на тактических и других занятиях разрешается на расстоянии не менее 70 - 100 м до места (рубежа), где располагаются участники занятий.

6. Разжигание костров в поле (лесу) на всех занятиях и играх производится только с разрешения руководителя занятия (игры).

7. При выборе места проведения занятий (игры), прежде всего, учитываются условия, позволяющие обеспечить их успешное и безопасное проведение.

### **Требования безопасности при перевозках граждан**

1. При подготовке к перевозкам обучаемых граждан до всех доводятся требования безопасности при погрузке, правила поведения в пути следования и на остановках.

2. Находясь в пути следования, граждане должны быть внимательными и строго соблюдать установленные требования безопасности.

3. Посадка в транспортные средства осуществляется только по команде руководителя и в количествах, определяемых техническими характеристиками транспортного средства, предназначенного для перевозки личного состава.

4. Запрещается: перевозить граждан в необорудованных автомобилях, производить посадку и высадку до подачи установленной команды или сигнала, прыгать в транспорт или выскакивать из него на ходу, высовываться из дверей и окон во время движения.

### **Требования безопасности при проведении занятий по физической подготовке**

Руководитель занятия обязан:

- осуществлять непрерывный контроль за состоянием граждан в жаркую погоду;
- тщательно проверить состояние и исправность спортивных снарядов;
- соблюдать установленную последовательность выполнения приемов, действий и упражнений, оптимальные интервалы и дистанцию между гражданами;
- контролировать уровень физической нагрузки на занятии и своевременно ее снижать;
- организовать надежную помощь и страховку при выполнении упражнений;
- обеспечить наличие медицинских средств (аптечек);
- оказать первую помощь пострадавшему.

1

### **Требования безопасности при организации купания и занятий на воде**

1. Руководителем занятий определяются место, время и порядок купания и занятий на воде, требования безопасности при организации купания. Одинокое купание категорически запрещается.

2. Место для купания и занятий на воде должно быть тщательно подготовлено, четко обозначено и иметь ограничительные знаки. Во время купания выделяется команда подготовленных пловцов, умеющих оказывать помощь на воде и обученных приемам спасения.

3. При организации и проведении занятий на воде необходимо:

- выявить не умеющих плавать и организовать для них специальные занятия по обучению плаванию;
  - проверять количество граждан, участвующих в занятии, перед заходом в воду и после выхода из воды;
  - прекращать занятия на воде при появлении у занимающихся признаков переохлаждения (озноб, посинение губ и др.);
  - оказать первую помощь пострадавшему на воде
4. Занятия по обучению плаванию проводятся в специально отведенных местах, где глубина водоемов и скорость течения воды обеспечивают безопасность обучаемых;

### **Основные требования пожаро-, электро- и взрывобезопасности**

Категорически запрещается:

- курить вне отведенных для этого мест;
- использовать неисправные электроприборы или электроприборы непромышленного изготовления;
- открывать (проникать в) трансформаторные, распределительные, понижающие подстанции, электрощиты, распределительные коробки;
- самостоятельно проводить ремонт неисправных электроприборов и электропроводки;
- хранить и производить разборку патронов (боеприпасов), других взрывоопасных предметов;
- применять в качестве экспонатов боеприпасы и их элементы в боевом снаряжении;
- трогать и перемещать обнаруженные неразорвавшиеся боеприпасы.

Приложение №2

### **Условия выполнения упражнений стрельб из пневматической винтовки, автомата и метании ручных гранат в пешем порядке**

#### ***1-е упражнение стрельбы из пневматической винтовки***

**Цель:**

- мишень «П»,

**Дальность до цели:** 10 м.

**Количество патронов:** 6 (2 раза по 3).

**Время на стрельбу:** неограниченное.

1

**Положение для стрельбы:** лежа с упора.

**Оценка:**

- "отлично" – три попадания в черный круг;
- "хорошо" – два попадания в черный круг;
- "удовлетворительно" – одно попадание в черный круг.

**Особенности выполнения упражнения.** Упражнение выполняется двумя сериями выстрелов по три патрона в каждой. В первой серии, после каждого выстрела руководитель стрельбы подводит обучаемого к мишени, указывает на допущенные ошибки и отмечает попадание. Во второй серии выстрелов выполняет упражнения на оценку, при этом осмотр мишени производится по окончании стрельбы.

## *2- е упражнение начальных стрельб из автомата Калашникова*

Стрельба с места по неподвижной цели днем

### **Цель:**

- грудная фигура с кругами (мишень № 4) на щите 0,75x0,75 м,

**Дальность до цели:** 50м

**. Количество патронов:** 6

**Время на стрельбу:** неограниченное.

**Положение для стрельбы:** лежа с упора.

### **Оценка:**

- "отлично" - 25 очков;

- "хорошо" - 20 очков;

- "удовлетворительно" - 15 очков.

**Особенности выполнения упражнения.** Упражнение выполняется двумя сериями выстрелов по три патрона в каждой. В первой серии, после каждого выстрела руководитель стрельбы подводит обучаемого к мишени, указывает на допущенные ошибки и отмечает попадание. Во второй серии выстрелов выполняет упражнения на оценку, при этом осмотр мишени производится по окончании стрельбы.

### ***1-е упражнение по метанию ручных гранат***

Метание ручных наступательных гранат на меткость с места

**Цель:** бегущая фигура (мишень №8), в круге радиусом 3 м.

**Дальность до цели:** 30 м.

**Время:** 40 секунд.

**Количество гранат:** 2 учебные (учебно-имитационные).

**Положение для метания:** стоя с места.

**Оценка:** «отлично» - попасть в круг двумя гранатами; «хорошо» - попасть в круг первой гранатой; «удовлетворительно» - попасть в круг второй гранатой.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 726242342903868691666490759959119263676517201332

Владелец Фатеева Ольга Сергеевна

Действителен с 19.09.2023 по 18.09.2024