Муниципальное казенное учреждение
Управление образования Ковдорского муниципального округа
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования Ковдорского муниципального округа
«Центр детского и юношеского творчества»

ПРИНЯТА
педагогическим советом
Протокол
от «_24_»__апреля__2026 г.__
№ __7___

УТВЕРЖДЕНА
Приказом МАУ ДО ЦДЮТ
№ 84-Б
от «_27_»____апреля____2026 г.
Директор _____ Яковлева Т.Б.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ГРАНИЦА»

Возраст обучающихся: 14-17 лет
Срок реализации программы: 2 года

Автор-составитель:
Лежнин О.Н., педагог
дополнительного образования

Ковдор
2026

Пояснительная записка

Направленность программы: туристско-краеведческая
Уровень программы: базовый

Программа разработана в соответствии со следующими законами и нормативными документами**:**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28, г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
- Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы). Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015г. № 09-3242.
- Устав МАУ ДО ЦДЮТ.

Опыт отечественного патриотического воспитания свидетельствует, что его целью было и есть обретение человеком опыта служения Отечеству. Совершенствование системы патриотического воспитания граждан, а особо – молодого поколения страны, является на современном этапе одним из важнейших вопросов в жизни общества и государства.

Программа разработана на основе материалов программы курса начальной военной подготовки для военно-патриотических и военно-спортивных объединений Самарской области для детей и подростков от 14 до 18 лет, (авторы – Артёмов Н.В., Долгушин А.С., Ларин А.М.). При составлении программы также использованы материалы программы начальной военной подготовки молодёжи, разработанной Министерством обороны.

Отличие от существующих программ: данная программа отличается от многих других программ тем, что теоретические знания закрепляются практическими занятиями в условиях Крайнего Севера. Каждое занятие сопровождается практическим закреплением материала не только в теплых и комфортных условиях, но и независимо от погоды в условиях приближенных к экстремальным.

Актуальность и педагогическая целесообразность:

В настоящее время необходимо и важно воспитывать в молодёжи такие качества как патриотизм, любовь к Родине, готовность посвятить свою жизнь служению ей и защите её интересов.

Важнейшая из воспитательных возможностей программы заключается в развитии у подростков гражданского отношения к спортивно – оздоровительной стороне жизни, физической культуре, к себе, как к здоровым и закалённым гражданам общества, готовым к труду и обороне Отечества.

Занятия по программе помогают обучающимся выработать у себя быстроту, ловкость, выносливость, находчивость, смелость и мужество, коллективизм и дисциплинированность, а также овладеть навыками необходимыми для службы в Армии.

Цель программы:

Формирование у подрастающего поколения патриотизма, гражданственности, ответственности за судьбу Отечества, уважения к историческому и культурному прошлому России и Вооруженных Сил, подготовка молодёжи к службе Отечеству.

Задачи программы:

- формирование военно-прикладных умений и навыков, необходимых для службы в армии;
- выработка осознанного отношения к дисциплине, формирование качеств гражданина, патриота своей страны;
- формирование правового сознания, высоких нравственных качеств, ответственного отношения к порученному делу;
- пропаганда здорового образа жизни;
- совершенствование физической подготовленности подростков (сила, ловкость, выносливость) при повышенной физической нагрузке.

Возраст детей: 14 – 17 лет
Срок реализации программы: 2 года (1 год – 216 часов, 2 год – 216 часов)
Объём программы: 432 часа
Количество детей:
1 год – 12-15 обучающихся;
2 год – 10-12 обучающихся

Программа включает следующие предметы:

- «Основы пограничной службы»
- «Сильные, ловкие, смелые»

Наименование курса	***Количество часов по предметам***			
	I год (учебный час)		II год (учебный час)	
«Основы пограничной службы»	144 часа	4 ч/неделю	144 часа	4 ч/неделю
«Сильные, ловкие, смелые»	72 часа	2 ч/неделю	72 часа	2 ч/неделю
	Итого:	**6**		**6**

Формы организации образовательного процесса: групповая

Режим занятий:

Продолжительность занятий – 2 часа, учебного часа – 45 минут, перерыв – 10 минут. При проведении полевых выходов, учений, а также других занятий, связанных с выходом в поле, выездом на пограничную заставу и участием в соревнованиях, учебная нагрузка составляет до 8 часов.

Во время летних каникул учащиеся совершают туристические и краеведческие походы, с целью изучения истории своей Родины, участвуют в общегородских, региональных, общероссийских акциях, экспедициях, соревнованиях, фестивалях, направленных на патриотическое воспитание детей

Прогнозируемые результаты

После 1 года обучения учащиеся будут

знать:

- структуры российских вооружённых сил, званий и должностей, основные виды вооружения и его характеристики;
- о героической истории нашего государства и его вооружённых сил;
- основные права и обязанности военнослужащих, общие обязанности военнослужащих, обязанности солдата и должностных лиц суточного наряда, порядок выполнения приказа, требования воинской дисциплины, правила воинской вежливости и воинского приветствия;
- способы ориентирования на местности;
- порядок и правила оказания первой медицинской помощи;
- основы дисциплин общей и специальной физической подготовки;

уметь:

- выполнять основные приёмы строевой подготовки;
- сознательно применять требования дисциплины и культуры поведения;
- уметь ориентироваться на местности различными способами и определять расстояния;
- уметь правильно оказать первую помощь себе и товарищу;
- уметь выполнять упражнения общей и специальной физической подготовки;

После 2 года обучения учащиеся будут

знать:

- о роли государства в области обороны, о вооружённых силах страны и воинской службе;
- об обязанностях военнослужащего в мирное время и во время ведения боевых действий;
- свойства, материальную часть стрелкового оружия, правила его сбережения и хранения, меры безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб;
- поражающие факторы оружия массового поражения, способы защиты от него и сигналы оповещения,
- знать основы дисциплины общей и специальной физической подготовки;

уметь:

- владеть основными видами стрелкового вооружения;
- применять сознательно требования дисциплины и культуры поведения;
- уметь пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- уметь определять расстояния и ориентироваться на местности различными способами;

- выполнять упражнения, приёмы и действия на спортивных снарядах, полосе препятствий.

В результате внедрения программы ожидается:

в учебно-развивающем плане:

- формирование правильного представления у обучающихся о роли государства в области обороны, о вооружённых силах страны и воинской службе;
- повышение уровня физической подготовки воспитанников, что в свою очередь скажется на качестве допризывной подготовки в целом;
- формирование профессионально значимых качеств и готовность к их активному проявлению в различных сферах жизни общества4
- развитие общего кругозора, мыслительных операций, памяти, внимания;
- развитие навыков самообслуживания;
- развитие позитивных личностных качеств: организаторских способностей, ответственности, смелости, коммуникативности и формирование потребности к самообразованию, самоопределению, самореализации;

в воспитательном плане:

- повышение уровня знаний о героической истории нашего государства и его вооружённых сил;
- осознание воспитанниками необходимости в здоровом образе жизни и активном отдыхе;
- сознательное применение требований дисциплины и культуры поведения.

Формы контроля

При работе по данной программе предусмотрены следующие формы контроля:

- предварительный контроль,
- текущий контроль,
- промежуточный контроль,
- итоговый контроль

Предварительный контроль для определения начальной подготовленности учащихся, который проводится на первых занятиях. Данный контроль может проводиться в форме анкетирования, устного опроса, выполнении упражнений по общей физической подготовке.

Для текущего контроля знаний обучаемых предполагается использовать: устные опросы, практические занятия в зале, на стадионе и полевых условиях.

Промежуточный контроль проводится по окончании первого года обучения для определения уровня усвоения содержания программы. Формы контроля: наблюдение, индивидуальные задания, участие в соревнованиях.

Итоговый контроль - диагностирование уровня качества образования и развития обучающихся в соответствии с поставленной целью, т.е. анализ знаний умений и навыков на итоговом занятии. Форма проведения: сдача зачётов по основным разделам программы. Также учащиеся выполняют тестовые задания.

Учебный план
«Основы пограничной службы»
1 год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Форма проведения занятий	Форма подведения итогов
		всего	теория	практика		
1	Введение. Цели и задачи курса. Инструктаж по ТБ	1	1	-	рассказ	беседа
2	Охрана государственной границы – всенародное дело	3	3	-	лекция	беседа
3	Юный друг пограничников	6	1	5	Показательные выступления пограничников Практикум	беседа
4	Символика и основные атрибуты военнослужащих	12	6	6	Лекция практикум	Опрос
5	Пограничный режим	8	8	-	рассказ	Опрос
6	Вооружение	16	8	8	рассказ, практикум	Беседа
7	Меры безопасности при несении пограничной службы, и правила обращения с оружием	12	8	4	лекция, практикум	Зачёт
8	Тактика пограничных органов	16	8	8	лекция, практикум	зачёт
9	Основы пограничного следопытства	24	12	12	лекция, практикум	зачёт
10	Медицинская подготовка	22	8	14	лекция, практикум	зачёт
11	Подготовка по связи	24	-	24	практикум	Зачёт

	Итого (часов):	**144**	**63**	**81**		

Содержание программы
«Основы пограничной службы»
1 год обучения

№ п/п	Название темы	Содержание	Часы
1	Введение. Цели и задачи курса. Инструктаж по ТБ	Инструктаж по ТБ. История становления, боевой путь ПУ ФСБ России по Мурманской области, Службы в селе Алакуртти, отдела «Ковдор».	1
2	Охрана государственной границы – всенародное дело	Пограничная охрана России: страницы истории, опыт и традиции. Пограничные войска в годы Великой Отечественной войны. Их именами названы подразделения ПУ ФСБ России по Мурманской области. Мужество, стойкость и героизм воинов-пограничников в годы ВОВ, в Афганистане, Таджикистане, Чеченской республике. Золотые звезды границы. История создания, боевой путь ОКПС. Нормативные документы ПВ: Закон о государственной границе РФ; Основные положения; Основные положения воинского устава; Основные положения Временного Устава ПВ часть 3.	3
3	Юный друг пограничников	Экскурсия по отделению «Слюда». Задачи клуба по оказанию помощи пограничным органам ФСБ России в охране государственной границы России. Показательные выступления пограничников. Демонстрация вооружения. Присяга. Посвящение в курсанты военно-патриотического клуба «Граница». Вручение удостоверений.	6
4	Символика и основные атрибуты военнослужащих	Воинские звания, форма одежды, знаки различия, нормы довольствия.	12
5	Пограничный режим	Пограничная зона. Права Сотрудников ПС ФСБ России. Основные требования приказа от 10.09.2007года № 458 «Об утверждении правил пограничного режима». Постановление правительства РФ от 15.04.1995года №339 «О порядке привлечения граждан к охране государственной границы РФ».	8

6	Вооружение	Стрелковое оружие, история создания, ТТХ, назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение и уход за оружием. Российские военные конструкторы – оружейники.	16
7	Меры безопасности при несении пограничной службы, и правила обращения с оружием	Правила обращения с оружием. Технические средства охраны государственной границы. Основы безопасного несения пограничной службы. Меры безопасности при обращении с оружием, боеприпасами, имитационными средствами. Проведение стрельб на учебно-тренировочном комплекте «Скат».	12
8	Тактика пограничных органов	Сопредельное государство Финляндская республика. Пограничные наряды, применяемые в охране государственной границы, назначение, экипировка. Инженерные сооружения и заграждения, применяемые в охране государственной границы их ТТХ. Пограничные наряды, их виды, экипировка, состав, назначение, способы несения службы, маскировка службы. Приемы маскировки на местности, использование штатных и подручных средств маскировки.	16
9	Основы пограничного следопытства	Бдительность, боевая настороженность – оружие юного пограничника. Ориентирование на местности по окружающим предметам, по солнцу, звездам, по карте и без неё. Приемы и способы действий нарушителей государственной границы, ухищрения применяемые ими.	24
10	Медицинская подготовка	Основы выживания в условиях Заполярья. Оказание первой медицинской помощи при обморожениях, ранениях, переохлаждении, переломах и ушибах. Меры само и взаимопомощи на поле боя. Эвакуация раненых на поле боя.	22
11	Подготовка по связи	Средства связи, применяемые в охране государственной границы их ТТХ. Практическая работа на средствах связи.	24
	Итого (часов):		**144**

Учебный план
«Основы пограничной службы»

2 год обучения

№ темы	Наименование темы	Количество часов			форма проведения занятий	форма подведения итогов
		всего	теория	практика		
1.	**Общественно-государственная подготовка**	**8**	**8**	**-**		
1.1.	Воинская обязанность и прохождение воинской службы	8	8	-	лекция	опрос
2.	**Тактическая подготовка**	**16**	**6**	**10**		
2.1.	Отделение в обороне	4	-	4	практикум	-
2.2.	Отделение в наступлении	6	3	3	практикум беседа	-
2.3.	Отделение в походном охранении	6	3	3	практикум беседа	-
3.	**Разведывательная подготовка**	**8**	**3**	**5**		
3.1.	Организация и тактика действий вооружённых сил стран вероятного противника. Разведывательные признаки.	4	2	2	лекция	опрос
3.2.	Действия наблюдателя при ведении разведки	4	1	3	практикум	-
4.	**Огневая подготовка**	**24**	**8**	**16**		
4.1.	Материальная часть стрелкового оружия	4	4	-	лекция	опрос
4.2.	Основы и правила стрельбы	4	4	-	лекция	опрос
4.3.	Стрелковые тренировки	16	-	16	практикум	зачёт

5.	**Радиационная, химическая и биологическая защита**	**12**	**6**	**6**		
5.1.	Приборы радиационной и химической разведки, дозиметрического контроля	4	2	2	практикум	-
5.2.	Приёмы и способы действия на заражённой местности	4	2	2	лекция	опрос
5.3.	Приёмы и способы частичной специальной обработки	4	2	2	лекция	опрос
6.	**Инженерная подготовка**	**8**	**-**	**8**		
6.1.	Инженерное оборудование и маскировка позиций	4	-	4	практикум	-
6.2.	Инженерные заграждения, их устройство и преодоление	4	-	4	практикум	-
7.	**Уставы**	**12**	**12**	**-**		
7.1.	Военнослужащие и взаимоотношения между ними	4	4	-	беседа	опрос
7.2.	Размещение военнослужащих и повседневный порядок. Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания.	4	4	-	лекция	опрос

7.3.	Обязанности лиц суточного наряда	4	4	-	лекция	опрос
8.	**Строевая подготовка**	**20**	**-**	**20**		
8.1.	Строевые приёмы и движение без оружия	10	-	10	практикум	-
8.2.	Строевые приёмы и движение с оружием	10	-	10	практикум	-
9.	**Военная топография**	**4**	**-**	**4**		
9.1.	Работа с картой на местности.	4	-	4	практикум	-
10.	**Военно-медицинская подготовка**	**26**	**6**	**20**		
10.1	Оказание первой медицинской помощи. Средства индивидуального медицинского обеспечения.	20	6	14	беседа практикум	-
10.2.	Розыск раненых на поле боя. Вынос и вывоз раненых с поля боя.	6	-	6	практикум	-
11.	**Проверка знаний, умений и навыков**	**6**	**2**	**4**		
11.1.	Теория (тестирование)	2	2	-	-	зачёт
11.2.	Практика (тир, городской стадион, пограничная застава)	4	-	4	практикум	-
	Итого (часов):	**144**	**51**	**93**		

Содержание
«Основы пограничной службы»
2 год обучения

№ п/п	**Наименование темы**	**Содержание**	**Количество часов**

1.	**Общественно-государственная подготовка**		**8**
1.1.	Воинская обязанность и прохождение воинской службы	Правовые основы военной службы Военная служба - особый вид федеральной государственной службы. Конституция РФ и вопросы военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Военные аспекты международного права. Воинская обязанность, определение воинской обязанности и её содержание. Организация воинского учёта. Первоначальная постановка на воинский учёт.	8
2.	**Тактическая подготовка**		**16**
2.1.	Отделение в обороне	Переход к обороне в условиях непосредственного соприкосновения с противником и ведение оборонительного боя. Занятие отделением позиции, отрывка и маскировка одиночных окопов под огнём противника и ведение наблюдения. Действия отделения с началом огневой подготовки противника и перехода его в атаку.	4
2.2.	Отделение в наступлении	Действие отделения при наступлении с ходу. Подготовка к наступлению с ходу. Выдвижение к рубежу перехода в атаку и развёртывание в цепь. Движение в атаку: поражение противника огнём на ходу, преодоление различных препятствий и заграждений. Бой в траншее, ходе сообщения, уничтожение противника огнём и в рукопашном бою. Овладение объектом атаки.	6
2.3.	Отделение в походном охранении	Действие дозорного отделения на маршруте движения. Построение походного порядка дозорного отделения. Действия при осмотре опушки леса, населённого пункта, при прохождении мостов, теснин и других	6

		узких мест, при встрече водной преграды, заминированных и заражённых участков маршрута. Действия при встрече с противником. Доклады о результатах наблюдения и обстановки.	
3.	**Разведывательная подготовка**		**8**
3.1.	Организация и тактика действий вооружённых сил стран вероятного противника. Разведывательные признаки.	Организация и тактика действий вооружённых сил стран вероятного противника. Разведывательные признаки расположения противника на местности и подготовки его к боевым действиям.	3
3.2.	Действия наблюдателя при ведении разведки	Выбор, занятие и маскировка места для наблюдения. Изучение наблюдателем местности, местных предметов и противника с использованием приборов ночного видения и средств искусственного освещения местности. Определение характера действий противника по звуковым (шумовым) признакам. Доклад о результатах наблюдения.	5
4.	**Огневая подготовка**		**24**
4.1.	Материальная часть стрелкового оружия	Осмотр и подготовка оружия к стрельбе. Проверка боя (выверка прицела) и приведение оружия к нормальному бою. Назначение, характеристика и общее устройство оптических прицелов и биноклей. Поле зрения, шкала и цена его делений. Подготовка прицела (бинокля) к работе. Порядок наблюдения и измерения горизонтальных и вертикальных углов.	4
4.2.	Основы и правила стрельбы	Действительность стрельбы. Вероятность попадания и поражения цели. Определение необходимого количества боеприпасов на поражение цели. Пробивное (убойное) действие пули. Закон рассеивания снарядов (гранат и пуль). Причины рассеивания	4

		и меры, уменьшающие рассеивание. Кучность и меткость стрельбы, способы её повышения. Определение положения средней точки попадания.	
4.3.	Стрелковые тренировки	Проводятся в соответствии с требованиями Курса стрельб из стрелкового оружия. Направлены на тренировку (обучение) действиям при вооружении; разведку целей, определение дальностей и целеуказание; выполнение приёмов и правил стрельбы с места, с коротких остановок и с ходу по наземным (появляющимся и движущимся) целям; практическую стрельбу из пневматической винтовки, совершенствование знаний материальной части вооружения; решение огневых задач по основам и правилам стрельбы, выверку прицелов и приведение оружия к нормальному бою, метание ручных гранат на дальность и точность	16
5.	**Радиационная, химическая и биологическая защита**		**12**
5.1.	Приборы радиационной и химической разведки, дозиметрического контроля	Назначение, общее устройство измерителя мощности дозы. Подготовка прибора к работе и проверка его работоспособности. Допустимые нормы заражения продуктами ядерного взрыва различных объектов. Назначение и устройство войсковых и индивидуальных дозиметров.	4
5.2.	Приёмы и способы действия на заражённой местности	Сигналы оповещения о радиоактивном, химическом и бактериологическом (биологическом) заражении и их подача различными средствами. Действия солдата по сигналам оповещения при нахождении на месте и в движении, на открытой местности и в штатной технике. Порядок	4

		преодоления зон заражения. Мероприятия по защите личного состава при продолжительных действиях на заражённой местности.	
5.3.	Приёмы и способы частичной специальной обработки	Назначение и устройство табельного комплекта специальной обработки техники. Подготовка комплекта к работе. Порядок проведения частичной и полной дегазации.	4
6.	**Инженерная подготовка**		**8**
6.1.	Инженерное оборудование и маскировка позиций	Изучение устройства, последовательности возведения укрытий для личного состава и техники (перекрытых щелей, блиндажей, убежищ, укрытий для техники)	4
6.2.	Инженерные заграждения, их устройство и преодоление	Ознакомление с препятствиями и неразрывными инженерными заграждениями. Приёмы и способы их преодоления.	4
7.	**Уставы**		**12**
7.1.	Военнослужащие и взаимоотношения между ними	Порядок отдачи и выполнения приказаний. Воинское приветствие. Соблюдение военнослужащими уставных взаимоотношений и правил воинской вежливости в воинском коллективе, общественных местах и на улице. Ответственность за нарушение уставных взаимоотношений между военнослужащими.	4
7.2.	Размещение военнослужащих и повседневный порядок. Воинская дисциплина, поощрения и дисциплинарные взыскания.	Размещение военнослужащих. Содержание помещений, инвентаря и оборудования. Порядок хранения обмундирования, обуви, личных вещей военнослужащих, средств защиты. Комната для хранения оружия, её оборудование. Порядок хранения оружия и боеприпасов. Допуск личного состава в комнату для хранения оружия. Порядок выдачи оружия и боеприпасов.	4

7.3.	Обязанности лиц суточного наряда	Обязанности дневального по роте. Тренировка в выполнении обязанностей дневального по роте. Назначение и задачи караульной службы. Понятия «караул» и «часовой». Пост, его оборудование и оснащение. Обязанности часового. Заряжание оружия, следование на пост и приём поста. Несение службы часовым способом патрулирования. Положение оружия у часового при его нахождении на посту. Смена часовых. Следование в караульное помещение и разряжение оружия.	4
8.	**Строевая подготовка**		**20**
8.1.	Строевые приёмы и движение без оружия	Тренировки и выполнение строевых приёмов без оружия	10
8.2.	Строевые приёмы и движение с оружием	Тренировки и выполнение строевых приёмов с оружием	10
9.	**Военная топография**		**4**
9.1.	Работа с картой на местности.	Топографические карты. Условные знаки. Чтение карты, определение расстояний, направлений, своего местоположения и положения обнаруженных целей. Составление карточек и схем. Нанесение на карту (схему) результатов разведки.	4
10.	**Военно-медицинская подготовка**		**26**
10.1	Оказание первой медицинской помощи. Средства индивидуального медицинского обеспечения.	Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения. Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, верхние и нижние конечности. Первая медицинская помощь при переломах костей, вывихах и ушибах. Использование подручных материалов на поле боя для иммобилизации	20

		переломов костей. Оказание первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях. Ожоги, причины возникновения, признаки и классификация. Отморожения, переохлаждения, озноблення и замерзание: причины, признаки, классификация. Первая помощь при утоплении, солнечном и тепловом ударе.	
10.2.	Розыск раненых на поле боя. Вынос и вывоз раненых с поля боя.	Розыск раненых в зависимости от характера обстановки и местности днём и ночью. Укрытие и маскировка раненых на поле боя и оказание им первой медицинской помощи. Приёмы и способы переноски раненых с помощью подручных материалов. Эвакуация раненых с учётом характера ранения и вида транспорта.	6
11.	**Проверка знаний, умений и навыков** **(Итоговый контроль)**	В качестве заключительной формы контроля используется сдача экзамена в двух формах – тестирование по основным разделам программы и сдачи личных зачётов.	**6**
11.1.	Теория	Тестирование	2
11.2.	Практика	Тир, городской стадион, пограничная застава	4
	Итого (часов):		**144**

Учебный план
«Сильные, ловкие, смелые»
1 год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Форма проведения занятий	Форма подведения итогов
		всего	теория	практика		
1.	**Гимнастика**	**20**	**-**	**20**		
1.1	Инструктаж по ТБ. Общеразвивающие упражнения. Упражнение на	2	-	2	практикум	-

	перекладине, лазание по канату					
1.2	Общеразвивающие упражнения. Подъём переворотом, подтягивание	2	-	2	практикум	-
1.3	Общеразвивающие упражнения. Сгибание и разгибание рук на брусьях	2	-	2	практикум	-
1.4	Общеразвивающие упражнения. Подъём переворотом, подтягивание, силовые упражнения	4	-	4	практикум	-
1.5	Общеразвивающие упражнения. Силовые упражнения	4	-	4	практикум	-
1.6	Общеразвивающие упражнения. Выполнение силовых упражнений на перекладине и брусьях	4	-	4	практикум	-
1.7	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на гимнастической скамейке, стенке, брусьях	2	-	2	практикум	-
2.	**Лёгкая атлетика**	**24**	**-**	**24**		
2.1	Инструктаж по ТБ. Изучение высокого, низкого старта, бег 30 метров	2	-	2	практикум	-

2.2	Прыжок в длину с места, бег 30 метров, бег 60 метров	2	-	2	практикум	зачёт
2.3	Эстафета. Передача эстафетной палочки	2	-	2	практикум	-
2.4	Челночный бег 4х10 метров. Развитие скоростных качеств	2	-	2	практикум	-
2.5	Шестиминутный бег. Прыжки в длину с места	2	-	2	практикум	зачёт
2.6	Упражнения, направленные на развитие силы	2	-	2	практикум	зачёт
2.7	Упражнения, направленные на развитие быстроты	2	-	2	практикум	зачёт
2.8	Упражнения, направленные на развитие выносливости	2	-	2	практикум	зачёт
2.9	Упражнения, направленные на развитие ловкости	2	-	2	практикум	зачёт
2.10	Упражнения, направленные на развитие гибкости	2	-	2	практикум	зачёт
2.11	Полоса препятствий	2	-	2	практикум	зачёт
2.12	Соревнования на полосе препятствий	2	-	2	практикум	соревнования
3.	**Спортивные игры**	**12**	**-**	**12**		
3.1	Баскетбол	2	-	2	практикум	-
3.2	Владение мячом, броски в кольцо	2	-	2	практикум	-

3.3	Двухочковый, трёхочковый бросок. Броски в кольцо. Игра	2	-	2	практикум	-
3.4	Обводка, защита. Игра	2	-	2	практикум	-
3.5	Совершенствование техники игры	2	-	2	практикум	-
3.6	Тренировочные игры	2	-	2	практикум	-
4.	**Туртехника**	**16**	**7**	**9**		
4.1	Меры безопасности в походе	2	2	-	беседа	опрос
4.2	Подготовка снаряжения, продуктов питания	2	2	-	беседа	опрос
4.3	Разбивка, установка палатки	2	-	2	практикум	установка палатки
4.4	Виды костров	2	1	1	лекция, практикум	опрос
4.5	Разведение костра	2	-	2	практикум	разведение костра
4.6	Движение по азимуту	4	1	3	лекция, практикум	-
4.7	Ориентирование на местности	2	1	1	лекция, практикум	-
	Итого (часов):	**72**	**7**	**65**		

Содержание
«Сильные, ловкие, смелые»
1 год обучения

№ п/п	Наименование темы	Содержание	Кол-во часов
1.		**Гимнастика**	**20**
1.1	Инструктаж по ТБ. Общеразвивающие упражнения.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подтягивание, на брусьях – сгибание и разгибание рук	2

	Упражнение на перекладине, лазание по канату	в упоре; в прыжках – прыжок ноги врозь через козла в длину, лазание по канату.	
1.2	Общеразвивающие упражнения. Подъём переворотом, подтягивание	Тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подъём переворотом, подтягивание; на брусьях – сгибание и разгибание рук в размахивании; в прыжках – прыжок, согнув ноги через козла в ширину. Бег на 100м.	2
1.3	Общеразвивающие упражнения. Сгибание и разгибание рук на брусьях	Тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – выход силой; на брусьях – сгибание и разгибание рук в размахивании, подъём махом вперёд в сед ноги врозь; в прыжках – прыжок ноги врозь через козла в длину, высота – 120 см. Бег на 1000 м.	2
1.4	Общеразвивающие упражнения. Подъём переворотом, подтягивание, силовые упражнения	Тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – выход силой, подтягивание. Бег на 2000 м.	4
1.5	Общеразвивающие упражнения. Силовые упражнения	Тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – выход силой; на брусьях – сгибание и разгибание рук в упоре; в прыжках – прыжок, ноги врозь через козла в длину, высота 120 см. Бег на 3000 м.	4
1.6	Общеразвивающие упражнения. Выполнение силовых упражнений на перекладине и брусьях	Тренировка в выполнении упражнений: на перекладине – подъём переворотом, на брусьях – выход силой, сгибание и разгибание рук в размахивании; в прыжках – прыжок ноги врозь через коня в длину, высота 120 см. Бег на 3000 м.	4
1.7	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на гимнастической скамейке, стенке, брусьях	Тренировка в выполнении упражнений: на гимнастической скамейке, стенке, на брусьях - выход силой, сгибание и разгибание рук в размахивании. Бег на 2000 м.	2
2.	**Лёгкая атлетика**		**24**
2.1	Инструктаж по ТБ. Изучение высокого, низкого старта, бег 30 метров	Инструктаж по ТБ. Определение исходного уровня физической подготовленности в беге на 100 и 1000 м, Общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, ног, туловища (3-4 упражнения с повторением каждого по 7-8 раз). Изучение высокого, низкого старта. Бег на 30 метров.	2

2.2	Прыжок в длину с места, бег 30 метров, бег 60 метров	Определение исходного уровня физической подготовленности в прыжках в длину с места, бег на 30, 60 метров. Изучение старта в беге на 100 м (5-6 ускорений), пробегание отрезков по 30 – 40 метров (6-7 раз).	2
2.3	Эстафета. Передача эстафетной палочки	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (5 раз) с повторением серии 6-8 раз. Подтягивание на перекладине на максимальное количество раз (4-5 подходов). Эстафета. Передача эстафетной палочки различными способами.	2
2.4	Челночный бег 4х10 метров. Развитие скоростных качеств	Общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, ног, туловища (3-4 упражнения с повторением каждого по 7-8 раз). Бег на 3000 м в среднем темпе. Челночный бег 4х10 метров. Развитие скоростных качеств.	2
2.5	Шестиминутный бег. Прыжки в длину с места	Техника бега на короткие дистанции, старт, финиш. Техника бега на средние и длинные дистанции. Прыжки в длину с места.	2
2.6	Упражнения, направленные на развитие силы	Тренировка в выполнении упражнений на перекладине – подтягивание; на брусьях – сгибание и разгибание рук в упоре; в прыжках	2
2.7	Упражнения, направленные на развитие быстроты	Техника бега по пересечённой местности.	2
2.8	Упражнения, направленные на развитие выносливости	Тренировка в выполнении упражнений с тяжестями и в лазанье по канату.	2
2.9	Упражнения, направленные на развитие ловкости	Совершенствование ранее изученных упражнений на перекладине, брусьях, с тяжестями и в лазании.	2
2.10	Упражнения, направленные на развитие гибкости	Совершенствование ранее изученных упражнений на перекладине, брусьях, с тяжестями и в лазании.	2
2.11	Полоса препятствий	Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам. Изучение техники метания гранат с места и в движении. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.	2
2.12	Соревнования на полосе препятствий	Разучивание приёмов и действий при выполнении общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий. Изучение техники метания гранат, стоя с места, в движении, с колена и лёжа. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.	2

3.	**Спортивные игры**		**12**
3.1	Баскетбол	Общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, ног, туловища (3-4 упражнения с повторением каждого по 7-8 раз). Познакомить с правилами игры в баскетбол. Игра.	2
3.2	Владение мячом, броски в кольцо	Общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, ног, туловища (3-4 упражнения с повторением каждого по 7-8 раз). Ведение мяча, передача. Броски в кольцо. Игра.	2
3.3	Двухочковый, трёхочковый бросок. Броски в кольцо. Игра	Общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, ног, туловища (3-4 упражнения с повторением каждого по 7-8 раз). Ведение мяча, передача. Броски в кольцо. Двухочковый, трёхочковый бросок. Игра.	2
3.4	Обводка, защита. Игра	Общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, ног, туловища (3-4 упражнения с повторением каждого по 7-8 раз). Ведение мяча, передача. Обводка, защита. Броски в кольцо. Игра.	2
3.5	Совершенствование техники игры	Общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, ног, туловища (3-4 упражнения с повторением каждого по 7-8 раз). Совершенствование техники игры	2
3.6	Тренировочные игры	Совершенствование техники игры	2
4.	**Туртехника**		**16**
4.1	Меры безопасности в походе	Меры безопасности в походе. Порядок оказания помощи при несчастных случаях. Преодоление естественных и искусственных препятствий.	2
4.2	Подготовка снаряжения, продуктов питания	Подготовка одежды, обуви, снаряжения, продуктов питания.	2
4.3	Разбивка, установка палатки	Разбивка, установка палатки	2
4.4	Виды костров	Виды костров. Способы их укладывания, практическое использование.	2
4.5	Разведение костра	Выкладывание разных видов костра. Разведение костра.	2
4.6	Движение по азимуту	Азимут и его определение. Тренировка в определении сторон горизонта и направлений (азимутов) на местные предметы.	4
4.7	Ориентирование на местности	Ориентирование на местности без карты. Определение сторон горизонта по компасу, небесным светилам и местным предметам.	2
	Итого (часов):		**72**

Учебный план
«Сильные, ловкие, смелые»
2 год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Форма проведения занятий	Форма подведения итогов
		всего	теория	практика		
1.	**Лёгкая атлетика**	**22**	**6**	**22**		
1.1	Инструктаж по ТБ. Общеразвивающие упражнения. Определение исходного уровня физической подготовленности в беге на 100м и 1000м. Прыжки в длину с разбега	2	1	2	практикум	-
1.2	Общеразвивающие упражнения. Метание гранаты, подтягивание на перекладине.	2	1	2	практикум	-
1.3	Общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, ног, туловища	4	1	4	практикум	-
1.4	Упражнения с партнёром и грузом. Бег на 3000м	4	1	4	практикум	-
1.5	Упражнения первого и второго комплексов вольных упражнений.	2	-	2	практикум	-
1.6	Прыжки. Эстафеты.	2	1	2	практикум	-
1.7	Метание гранат на дальность. Эстафеты.	2	-	2	практикум	-

1.8	Общеразвивающие упражнения для различных групп мышц	4	1	4	практикум	-
2.	**Лыжная подготовка**	**18**	**3**	**18**		
2.1	Инструктаж по ТБ. Изучение одношажного и двухшажного ходов.	2	1	2	практикум	-
2.2	Изучение строевых приёмов на лыжах.	2	-	2	практикум	-
2.3	Изучение боевых приёмов на лыжах	2	-	2	практикум	-
2.4	Изучение способов подъёмов в горку	2	-	2	практикум	-
2.5	Марш-бросок на лыжах на расстояние 10 км	4	1	4	практикум	зачёт
2.6	Тренировка в лыжной гонке на 10 км	6	1	6	практикум	сдача норматива
3.	**Рукопашный бой**	**32**	**5**	**27**		
3.1	Инструктаж по ТБ. Упражнения для выработки навыков самостраховки.	2	1	2	практикум	-
3.2	Приёмы самостраховки.	2	-	2	практикум	-
3.3	Изготовка к бою без оружия.	2	-	2	практикум	-
3.4	Передвижения в боевой стойке.	2	-	2	практикум	зачёт
3.5	Базовая техника	4	1	4	практикум	-
3.6	Боевые приёмы.	14	2	12	практикум	-

3.7	Общие принципы ведения боя	6	1	5	практикум	зачёт
	Итого (часов):	**72**	**12**	**60**		

Содержание
«Сильные, ловкие, смелые»
2 год обучения

№ п/п	Наименование темы	Содержание	Кол-во часов
1. Лёгкая атлетика			**22**
1.1	Инструктаж по ТБ. Общеразвивающие упражнения. Определение исходного уровня физической подготовленности в беге на 100м и 1000м. Прыжки в длину с разбега	Инструктаж по ТБ. Общеразвивающие упражнения. Определение исходного уровня физической подготовленности в беге на 100м и 1000м., изучение старта в беге на 100 м (5-6 ускорений), пробегание отрезков по 30-40 метров (6-7 раз). Бег на 3000м.	2
1.2	Общеразвивающие упражнения. Метание гранаты, подтягивание на перекладине.	Общеразвивающие упражнения. Разучивание первого комплекса вольных упражнений, прыжках в длину с разбега, разучивание техники метания гранаты, подтягивание на перекладине. Бег на 3000м.	2
1.3	Общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, ног, туловища	Общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, ног, туловища (3-4 упражнения с повторением каждого по 7-8 раз). Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (5 раз) с повторением серии 6-8 раз. Бег на 3000м.	4
1.4	Упражнения с партнёром и грузом. Бег на 3000м	Повторение первого комплекса упражнений. Изучение второго комплекса упражнений. Упражнения с партнёром и грузом. Бег на 3000м.	4
1.5	Упражнения первого и второго комплексов вольных упражнений.	Повторение первого и второго комплекса упражнений. Упражнения с партнёром и грузом. Бег на 3000м	2
1.6	Прыжки. Эстафеты.	Прыжки на месте различными способами. Изучение техники прыжков в длину с разбега. Повторение первого и второго комплекса упражнений.	2

1.7	Метание гранат на дальность. Эстафеты.	Метание гранат на дальность. Эстафеты. Бег на 3000м.	2
1.8	Общеразвивающие упражнения для различных групп мышц	Общеразвивающие упражнения для различных групп мышц (5-6 упражнений по 7-8 раз каждое). Повторение первого и второго комплекса упражнений. Подъём переворотом максимальное количество раз. Метание гранат на дальность. Эстафеты. Бег на 3000м.	4
2. Лыжная подготовка			**18**
2.1	Инструктаж по ТБ. Изучение одношажного и двухшажного ходов.	Изучение материальной части лыж, подготовка лыж и ботинок. Изучение обычного хода сначала без палок, затем с палками. Изучение одношажного и двухшажного ходов. Марш на расстояние до 5 км.	2
2.2	Изучение строевых приёмов на лыжах.	Изучение строевых приёмов на лыжах. Ход «вперекидку». Марш на расстояние до 5 км.	2
2.3	Изучение боевых приёмов на лыжах	Повторение изученных способов ходьбы на лыжах. Изучение боевых приёмов на лыжах. Марш на расстояние до 7 км.	2
2.4	Изучение способов подъёмов в горку	Изучение способов подъёмов в горку «ёлочкой», «лесенкой», «зигзагом». Спуски с гор в средней, высокой стойке, торможения различными способами. Способы падения. Марш на расстояние до 8 км.	2
2.5	Марш-бросок на лыжах на расстояние 10 км	Тренировка в выполнении изученных способов ходьбы на лыжах при совершении марша на расстояние до 10 км.	4
2.6	Тренировка в лыжной гонке на 10 км	Тренировка в лыжной гонке на 10 км.	6
3. Рукопашный бой			**32**
3.1	Инструктаж по ТБ. Упражнения для выработки навыков самостраховки.	Упражнения для выработки навыков самостраховки.	2
3.2	Приёмы самостраховки.	Страховка и самостроховка при проведении боевых приёмов.	2
3.3	Изготовка к бою без оружия.	Разучивание боевых стоек и захватов.	2
3.4	Передвижения в боевой стойке.	Разучивание приёмов и действий при выполнении движения в боевой стойке.	2
3.5	Базовая техника	Удары ногами (основные виды ударов ногами; комбинации из двух ударов ногами). Блоки и захваты, болевые приёмы, броски (задняя подножка, передняя	4

		подножка, бросок через спину с захватом, бросок через плечи, тренировка бросков). Удары головой, удары руками.	
3.6	Боевые приёмы	Изучение основных приёмов ведения боя.	2
3.7	Общие принципы ведения боя	Семь принципов боя, защита от вооружённого противника, защита от нескольких противников.	6
	Итого (часов):		**72**

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

- учебный кабинет (для проведения теоретических занятий, собраний воспитанников);
- спортивный зал (для занятий физической и строевой подготовкой в холодное время года);
- площадки для занятий на улице;
- размеченная строевая площадка;
- место для стрельбы из пневматического оружия
- форменная одежда для воспитанников объединения (летний и зимний комплект), включающий головной убор, нательное бельё, обувь и снаряжение; желательно наличие летнего парадно-выходного комплекта для участия в торжественных мероприятиях;
- макеты массогабаритные автоматов Калашникова, магазины с учебными патронами;
- пневматические винтовки и расходный материал (пули, мишени);
- учебные боеприпасы (гранаты, мины и т.д.);
- противогазы и респираторы – на каждого;
- средства оказания первой медицинской помощи: жгуты кровоостанавливающие, перевязочный материал, аптечки индивидуальные;
- компасы, учебные топографические карты;
- рюкзаки, фляги, котелки, кружки, плащ-накидки – на каждого;
- палатки, спальные мешки, теплоизолирующие коврики – на каждого;
- спортинвентарь: маты, гимнастические брусья, гири 16 и 24 кг;
- уставы, учебники по НВП

Методическое обеспечение программы

Основная форма организации образовательного процесса – комбинированное учебное занятие, включающее в себя вопросы теории и практики.

В программе соблюдается хронологический принцип, что позволяет раскрыть темы взаимосвязано и последовательно от «простого» к «сложному».

Литература

Для педагога:

1. Апакидзе В.В. Строевая подготовка: учебное пособие/ В.В.Апакидзе, Р.Г. Дуков, П.П. Полоз. – М.: Воениздат, 1988.
2. Боевой устав по организации и ведению общевойскового боя. Ч.Ш. – М.: Воениздат, 2005.
3. Бызов Б.Е. Военная топография/ Б.Е. Бызов, А.Н. Коваленко, - М.: Воениздат, 1990.
4. Военно-спортивная классификация и правила соревнований (действующая).
5. Маркин А.В. Основы тактической подготовки современного солдата, - М.: АСТ, 2006.
6. Наставление по стрелковому делу: ручные гранаты. – М.: Воениздат, 1992.
7. Наставление по физической подготовке и спорту в Вооружённых Силах Российской Федерации, НПФ-2001. – М.: Воениздат, 2001.
8. Начальная военная подготовка: учебник для учащихся 9-10 кл.- М.: Просвещение, 1985.
9. Общевойсковые уставы Вооружённых Сил Российской Федерации, - М.: Воениздат, 2008.
10. Подготовка подразделений к защите от ядерного, химического, биологического и зажигательного оружия противника. – М.: Воениздат, 1989.
11. Приёмы и способы действия солдата в бою: учеб. пособие – М.: Воениздат, 1988.
12. Руководство по автомату АК74 (АКС74, АК74Н, АКС74Н) и ручному пулемёту РПК74 (РПК74Н, РПКС74, РПКС 74Н). - М.: Воениздат, 1984.
13. Руководство по эксплуатации средств индивидуальной защиты. Ч.П. – М.: Воениздат, 1988.
14. Спутник разведчика: учебно-методическое пособие/ НВИ – Новосибирск, 2002.
15. Физическая подготовка. Ч.П. Основы методики физической подготовки. – М., 2004.
16. Шелест О.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях. – М., 2004

Для обучающихся:

1. Атаманюк В.Г. Гражданская оборона. - М.: Высшая школа, 1986.
2. Белоусов Н.А. Начальная военная подготовка учащихся. - Минск: 1985.
3. Гоголев М.И. Методическое пособие по медико-санитарной подготовке. - М.: Просвещение, 1985.
4. Медико-санитарная подготовка учащихся / Под ред. Курцева П.А. - М,: Просвещение, 1984.
5. Средин Г.В. Военно-патриотическое воспитание молодёжи. - М.: Воениздат, 1983.
6. Штыкало Ф.Е. Учебно-методическое пособие по начальной военной подготовке. – М.: Просвещение, 1986.

Календарный учебный график
Программа «Граница»

Количество учебных недель в году: 36
Срок реализации программы: 2 года
Объём программы: 432 часа (216 часов в год)
Программа включает следующие предметы:
- «Основы пограничной службы»
- «Сильные, ловкие, смелые»

Наименование предмета	***Количество часов по предметам***			
	I год (учебный час)		II год (учебный час)	
«Основы пограничной службы»	144 часа	4 ч/неделю	144 часа	4 ч/неделю
«Сильные, ловкие, смелые»	72 часа	2 ч/неделю	72 часа	2 ч/неделю
	Итого:	**6**		**6**

Формы организации образовательного процесса: групповая
Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа
Продолжительность занятий – 2 учебных часа по 45 минут с перерывом 10 минут.
При проведении полевых выходов, учений, а также других занятий, связанных с выходом в поле, выездом на пограничную заставу и участием в соревнованиях, учебная нагрузка составляет не более 6 часов.
Праздничные и выходные дни: согласно государственному календарю.

В каникулярное время занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

Приложение 1

Контроль знаний, умений навыков по основным разделам программы
Критерии оценивания результатов

Наименование упражнения	**Условия выполнения**	**Уровень выполнения без учёта времени**	**Уровень выполнения по времени и расстоянию**	**Ошибки, снижающие уровень выполнения**
Огневая подготовка ***Высокий уровень: 20 баллов – 17 баллов*** ***Средний уровень: 16 баллов – 13 баллов*** ***Низкий уровень: 12 баллов и ниже***				
Неполная разборка автомата (АК-74)	Воспитанник стоит у стола. Оружие в собранном виде лежит на столе. Упражнение выполняется по команде «Автомат разобрать»	***Высокий –*** разборка выполнена в установленной последовательности, действия чёткие, уверенные. Отдельные части оружия разложены на столе в требуемом порядке; ***Средний*** - разборка выполнена с соблюдением последовательности, но при этом допущено не более одной ошибки; ***Низкий*** – разборка выполнена с нарушением	***Высокий – 18 сек.*** ***Средний – 20 сек.*** ***Низкий – 25сек.***	Не осмотрен патронник. Нарушена последовательность разборки. Отдельные части разложены беспорядочно. Извлечение частей производится с большим усилием. Действия медленные, неуверенные.

		последовательности, действия медленные, нечёткие. Отделяемые части оружия извлекались с усилием. Допущено не более трёх ошибок.		
Сборка автомата АК-74	Воспитанник стоит у стола. Части оружия разложены на столе в установленном порядке. Упражнение выполняется по команде «К сборке приступить»	***Высокий –*** сборка произведена правильно, без нарушения последовательности, действия быстрые, чёткие, уверенные. После сборки проверена работа частей и механизмов; ***Средний*** - сборка выполнена правильно, в установленной последовательности, но при этом допущено не более одной ошибки; ***Низкий*** – Сборка выполнена. Допущено не более двух ошибок.	***Высокий – 20 сек.*** ***Средний – 25 сек.*** ***Низкий – 30 сек.***	Нарушена последовательность сборки. Соединение частей производится с большим усилием. Не произведён спуск курка. Не проверена работа частей и механизмов. Автомат не поставлен на предохранитель. Действия медленные, неуверенные.
Снаряжение магазина автомата	Магазин в руке у обучающегося. Патроны (учебные) россыпью на столе. Упражнение выполняется по команде «Магазин снарядить»	***Высокий*** – упражнение выполнено. Приёмы и действия правильные. Работа выполнена быстро, чётко, уверенно;	***Высокий – 40 сек.*** ***Средний – 45 сек.*** ***Низкий –***	Неуставные приёмы. Патроны вкладываются с усилием. Действия медленные, нечёткие.

		Средний – упражнение выполнено. Приёмы правильные, но действия неуверенные. Темп замедленный; ***Низкий –*** упражнение выполнено, но допущено много ошибок. Действия неуверенные. Допускаются усилия при вкладывании патронов в приёмник.	***50 сек.***	
Стрельба из малокалиберной винтовки по неподвижной цели	Расстояние до цели – 50 метров. Количество патронов – 3 пробных, 3 зачётных. Положение для стрельбы – лёжа с упора.	***Высокий – выбить 25 очков;*** ***Средний – выбить 20 очков;*** ***Низкий – выбить 18 очков;***	Время на стрельбу неограниченное	
Гражданская оборона ***Высокий уровень: 10 баллов – 9 баллов*** ***Средний уровень: 8 баллов – 7 баллов*** ***Низкий уровень: 6 баллов и ниже***				
Надевание противогаза	Воспитанник в составе отделения находится в строю на месте. Заранее подобранные и подогнанные по размерам противогазы приведены в положение «наготове». Подаётся команда «Газы!». Обучаемые надевают	***Высокий*** – надевание противогаза выполнено без ошибок; ***Средний*** – при надевании противогаза допущена одна ошибка; ***Низкий*** – при надевании противогаза допущено	***Высокий – 10 сек.*** ***Средний – 12 сек.*** ***Низкий – 14 сек.***	При надевании противогаза обучающийся не закрыл глаза, не задержал дыхание. После надевания противогаза не сделал полный выдох. Перекручена соединительная трубка. Маска (шлем-маска) надета с перекосом. Не полностью завинчена (ввёрнута) фильтрующее поглощающая трубка. Допущено образование таких складок и

	противогаз.	не более трёх ошибок		перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем-маску.
Надевание общевойскового защитного комплекта	Обучающиеся в составе подразделения находятся на незаражённой местности. Средства защиты при них. По команде «Защитный костюм надеть. Газы» обучаемые надевают противогазы, плащи в виде комбинезона, перчатки.	***Высокий*** – надевание общевойскового защитного комплекта выполнено без ошибок; ***Средний*** – при надевании общевойскового защитного комплекта допущено две ошибки; ***Низкий*** – при надевании общевойскового защитного комплекта допущено не более трёх ошибок	***Высокий – 4 мин.35 сек.*** ***Средний – 5 мин.*** ***Низкий – 6 мин.***	Надевание защитных чулок проводилось с застёгнутыми хлястиками. Неправильно застёгнуты борта плаща или не полностью надеты чулки. Не закреплены заклёпками держатели шпеньков или не застёгнуты два шпенька. Допущены ошибки при надевании противогаза. Оставлены незащищёнными отдельные части тела
Физическая подготовка ***Высокий уровень: 20 баллов – 17 баллов*** ***Средний уровень: 16 баллов – 13 баллов*** ***Низкий уровень: 12 баллов и ниже***				
Бег на 100 метров	Упражнение выполняется на городском стадионе		***Высокий – 14,4 сек.*** ***Средний – 15 сек.*** ***Низкий – 16 сек.***	
Бег на 1км	Упражнение выполняется на городском стадионе		***Высокий – 3 мин.30 сек.*** ***Средний – 3 мин.40 сек.***	

			Низкий – 4 мин.10 сек.	
Метание ручной гранаты (400 гр.) на дальность	Обучающийся вооружён одной гранатой и находится на исходной позиции. На расстоянии 10, 15,25, 30 метров обозначены флажком сектора. Получив команду обучающийся метает гранату. Дальность метания ручной гранаты определяется до места её падения. Обучаемому даётся три попытки, в зачёт идёт лучший результат.		***Высокий – 25 метров Средний – 20 метров Низкий – 15 метров***	Если граната вылетает за сектор – результат не засчитывается
Подтягивание на перекладине	Упражнение выполняется в спортивном зале на перекладине		***Высокий – 10 раз Средний – 8 раз Низкий – 6 раз***	Упражнение выполняется рывком, раскачкой. Не до конца разгибается локтевой сустав. Не дотягивается подбородком до перекладины.
Строевая подготовка ***Высокий уровень: 45 баллов – 37 баллов Средний уровень: 36 баллов – 28 баллов Низкий уровень: 27 баллов и ниже***				
Выход из строя	Упражнение выполняется в спортивном зале		***Высокий – если приём выполнен в соответствии с требованиями Строевого устава; Средний – если приём выполнен в соответствии с***	Нет ответа «Есть». При выходе из второй шеренги наложена не левая, а правая рука, выход осуществлён не на указанное количество шагов. Производится походным шагом. Не выполнен поворот лицом к строю. Нарушена строевая стойка.

Подход к начальнику Строевая стойка Повороты на месте Строевой шаг			***требованиями Строевого устава, но при выполнении приёма допущена одна ошибка;*** ***Низкий – если приём выполнен в соответствии с требованиями Строевого устава, но при выполнении приёма допущено три ошибки***	Производится походным шагом. При выходе из строя не сделаны один-два шага от первой шеренги прямо и поворот в движении в сторону начальника. Подход осуществлён не кратчайшим путём. Неправильное содержание доклада. Неодновременно с приставлением ноги приставляется рука к головному убору. Нарушено положение строевой стойки. Неправильно приложена рука к головному убору. Носки ног развёрнуты не по линии фронта и не на ширину ступни. Каблуки не поставлены вместе. Кисти рук не по середине бёдер, держатся ладонями назад. Грудь не приподнята, живот не подобран. Тело не подано вперёд, голова опущена. Руки согнуты в локтях. После поворота не сохраняется правильное положение корпуса или ног. Ноги сгибаются в коленях. Руки отходят от бёдер. Нога приставлена не кратчайшим путём. Поворот произведён не на 90 или 180 градусов. Корпус отведён назад. Нет координации в движении рук и ног. Голова опущена вниз. Движение руками около тела производится не от плеча, а за счёт сгибания в локтях. Подъём ноги от земли значительно ниже 15 см.Размер шага меньше (больше) 70-80 см. Нога заносится за ногу. Движение рук вперёд производится значительно

Прекращение движения шагом Повороты в движении Выполнение воинского приветствия				ниже (выше) установленной высоты, а при движении назад – не до отказа в плечевом суставе. После остановки не принята строевая стойка. После подачи команды «Стой» не сделан ещё один шаг или сделано два шага вперёд. Поворот выполнен несвоевременно. Поворот направо (налево) производится не на носке правой (левой) ноги. Поворот кругом произведён не на носках обеих ног. Движение руками при повороте производится не в такт шага. Воинское приветствие выполнено менее чем за пять-шесть шагов. Рука к головному убору приложена неправильно: пальцы правой руки не вместе, ладонь согнута, средний палец не касается нижнего края головного убора (у козырька). Изменено положение руки при повороте головы в сторону начальника. Рука прикладывается к головному убору не кратчайшим путём, а через сторону. Производится походным шагом. Курсант, стоящий лицом к строю, услышав своё воинское звание и фамилию, не повернулся лицом к начальнику и не ответил «Я». По команде «Стать в строй» не приложил или неправильно приложил руку к головному убору. Нет ответа «Есть» после полученного приказания. Нарушается положение строевой стойки.

Постановка в строй				
Теоретическая часть ***Высокий уровень: 20 баллов – 17 баллов*** ***Средний уровень: 16 баллов – 11 баллов*** ***Низкий уровень: 10 баллов и ниже***				
Тестирование	Обучающимся предлагается выполнить тестовые задания	Тест «Основы военной службы» 1. Дополните фразу: «Обучение личного состава Вооружённых Сил Российской Федерации применению оружия для поражения целей в бою, называется…» - 1 балл А) тактическая подготовка ***Б) огневая подготовка*** В) вооружённая подготовка 2. Расшифруйте аббревиатуры: -2 балла А) АКМ _____ ***автомат Калашникова модернизированный*** Б) АКМС_____ ***автомат Калашникова модернизированный складной*** 3. Укажите калибр модернизированного автомата Калашникова – 1 балл ***А) 7,62 мм*** Б) 5,56 мм В) 5,7 мм 4. Дополните фразу: «Модернизированный автомат Калашникова имеет калибр _____; он является _____ оружием и предназначен для _____ живой силы противника» - 3 балла (***7,62; индивидуальным; уничтожения***)		

		5. Укажите ёмкость коробчатого магазина патронов в автомате Калашникова – 1 балл А) 60 Б) 40 ***В) 30*** 6. Укажите расстояние, на котором огонь из автомата буде наиболее действенным – 1 балл А) 1 км ***Б) 400 м*** В) 600 м 7. Укажите максимальное расстояние для прицельной дальности стрельбы – 1 балл ***А) 1000 м*** Б) 200 м В) 1,5 км 8. Укажите, какова наибольшая дальность прямого выстрела по грудной неподвижной фигуре – 1 балл А) 700 м ***Б) 365 м*** В) 1 км 9. Укажите, какова наибольшая дальность прямого выстрела по бегущей фигуре – 1 балл ***А) 525 м*** Б) 1 км В) 300 м Укажите величину темпа стрельбы из модернизированного автомата Калашникова – 1 балл А) 100 выстрелов в минуту Б) 1000 выстрелов в минуту ***В) 600 выстрелов в минуту*** 10. Назовите виды разборки автомата – 2 балла А) _____ ***неполная*** Б) _____

		полная 11. Назовите операции, которые необходимо проводить систематически при уходе за автоматом – 2 балла ***А) смазка*** Б) осмотр ***В) чистка*** Г) протирание Д) проветривание 12. Дополните фразу: «Для успешного выполнения своего предназначения военнослужащий должен быть _____ своей Родины» - 1 балл А) защитником ***Б) патриотом*** В) мстителем Г) гражданином 13. Дополните фразу: «Гражданин Российской Федерации, проходящий службу в рядах Вооружённых Сил РФ, является …» - 1 балл ***А) военнослужащим*** Б) контрактником В) бойцом 14. Укажите дату Победы советского народа в Великой Отечественной войне – 1 балл А) 1 мая 1945 год Б) 12 апреля 1944 год ***В) 9 мая 1945 год***
Уровень усвоения программы ***Высокий уровень: 115 баллов – 93 балла*** ***Средний уровень: 92 балла – 70 баллов*** ***Низкий уровень: 69 баллов и ниже***		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646126932392126385511121901609448613269948990624

Владелец Яковлева Татьяна Борисовна

Действителен С 31.03.2026 по 31.03.2027