



Управление образования администрации  
Сосновского муниципального округа Нижегородской области  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Детско-юношеский центр»

Принята решением Педагогического совета МБОУ ДО «ДЮЦ» протокол № 5 от 03.06.2024 г.	Согласована Директор МБОУ Сосновская СШ № 1 _____ А.В.Андрienко 03.06.2024г.	Утверждена Директор МБОУ ДО «ДЮЦ»  О.М.Зрячева Приказ № 44-р от 14.06.2024 г. 
--	--	--

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Зарничник»

Направленность: туристско-краеведческая

Возраст учащихся: с 12 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель: Андрienко А.В.,  
педагог дополнительного образования,  
высшая квалификационная категория

Сосновское  
2024

## Содержание

I.	Пояснительная записка.....	3-8 стр.
II.	Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы .....	9-10 стр.
III.	Рабочая программа дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы .....	11-16 стр.
IV.	Содержание программы .....	17-26 стр.
V.	Календарный учебный график.....	27 стр.
VI.	Оценочный и методический материал.....	28-51 стр.
VII.	Список используемой литературы.....	52-53 стр.

## **I. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Зарничник» (далее – Программа, ДООП) туристско-краеведческой направленности разработана в соответствии с нормативно-правовыми требованиями развития дополнительного образования детей и в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
- Федеральным законом РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Концепцией развития дополнительного образования до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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» (разд. VI. «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Паспортом федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых";

- Уставом МБОУ ДО «ДЮЦ».

Патриотическое воспитание – это воспитание важнейших духовно – нравственных черт, составляющих основу личности, формирующих её гражданскую позицию и потребность в достойном, самоотверженном служении Отечеству. Патриотическое и нравственное воспитание учащихся в последнее время приобретает особенно актуальное значение в связи со сложившейся международной и обострившейся внутривосточной, экономической и национальной обстановкой.

В наше непростое время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, когда перед гражданином постоянно встает проблема нравственного выбора, возникает необходимость воспитания молодых людей, обладающих высокими моральными, деловыми и организаторскими качествами, физически выносливых, психологически устойчивых и высококультурных, способных действовать в условиях экстремальных ситуаций.

**Актуальность Программы** состоит в том, что она направлена на физическую подготовку и патриотическое воспитание подрастающего поколения, что так актуально в наше время. Растущая отчужденность между людьми вызывает необходимость использовать все возможности военно-патриотической работы для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений.

**Новизна Программы** состоит в том, что она соединяет в себе занятия по комплексной доармейской подготовке, а так же медицинскую, туристическую подготовку и занятия спортом. Таким образом, Программа имеет не только военно – патриотическую направленность, но и оздоровительную, реабилитационную направленность. Учащимся очень важно

проявить себя в разных видах деятельности, особенно в подготовке к взрослой самостоятельной жизни.

**Педагогическая целесообразность** Программы состоит в том, что занятия направлены на повышение уровня военно-патриотического воспитания, она должна оказать воздействие на взгляды и мнения учащихся и развитие их творческой деятельности.

**Отличительные особенности программы.** Практические умения и теоретические знания, полученные учащимися в ходе работы по ДООП «Зарничник», являются одним из механизмов военно-патриотического воспитания, направленные на подготовку будущих защитников Отечества.

**Адресат программы:** учащиеся среднего и старшего школьного возраста (12-18 лет).

**Цель программы:** развитие патриотизма, духовно-нравственных и социальных ценностей у подростков.

**Задачи:**

**образовательные:**

- изучить историю и уставы ВС РФ;
- обучить правилам поведения в криминогенных ситуациях и основам выживания в сложных условиях, основам безопасности жизнедеятельности;
- изучить основы безопасности военной службы, инструкции и правила обращения с ручным стрелковым оружием;
- изучить основы физической, огневой, медицинской, пожарной, строевой подготовки;
- изучить дорожные знаки и правила дорожного движения.

**развивающие:**

- подготовить обучающихся к службе в ВС РФ;
- физическое развитие подростков, формирование здорового образа жизни.

**воспитательные:**

- воспитать силы воли, мужества, стойкости, гражданственности и патриотизма;

- воспитывать чувство ответственности, культуры безопасного поведения на дорогах и улицах.

**Срок реализации Программы:** рассчитана на 2 года обучения.

**Особенности организации образовательного процесса:** ДООП реализуется с использованием сетевого взаимодействия. Базовая организация - МБОУ ДО «ДЮЦ», организация – участник – МБОУ Сосновская СШ № 1.

**Объём Программы:** общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения Программы составляет 288 часов. 1 год обучения – 144 часа и 2 год обучения – 144 часа.

**Наполняемость группы:** не более 17 человек.

Занятия могут проводиться индивидуально, по группам или всем составом. Группы формируются из обучающихся разного возраста, пол обучающихся не учитывается.

**Режим занятий:** 1 год обучения 2 раза в неделю по 2 академических часа, 2 год обучения по 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Продолжительность академического часа – 40 минут.

**Формы организации занятий:**

Теоретические занятия могут проходить с применением дистанционных образовательных технологий, посредством информационно – коммуникационной образовательной платформы «Сферум».

**Формы обучения:** беседы, учебно – плановые: теоретические и практические тренировки, индивидуальные и групповые, экскурсии, походы, показательные выступления, военно - спортивные и тактические игры. учебно - тренировочные сборы.

**Прогнозируемые результаты**

Учащиеся должны знать/понимать:

- историю и уставы ВС РФ;
- правила поведения в криминогенных ситуациях и основы выживания в сложных условиях, основы безопасности жизнедеятельности;

- основы безопасности военной службы, инструкции и правила обращения с ручным стрелковым оружием;
- основы физической, огневой, медицинской, пожарной, строевой подготовки;
- дорожные знаки и правила дорожного движения.

Учащиеся должны уметь/ владеть:

- выполнять строевые команды и приемы;
- основными навыками и техниками ведения рукопашного боя;
- производить неполную разборку и сборку АКМ-74;
- выполнять нормативы по ОФП;
- сдавать нормативы по стрельбе из пневматического оружия.

### **Формы контроля**

**Текущий контроль** – осуществляется по завершению изучения каждого образовательного модуля (раздела).

Форма текущего контроля: тестирование, показательное выступление. Результаты текущего контроля заносятся в журнал учета работы педагога дополнительного образования.

Система оценки текущего контроля успеваемости учащихся проводится по 3 уровням: высокий уровень (В)– от 80% до 100% освоения программного материала; средний уровень (С)– 79-50% освоения программного материала; низкий уровень (Н)– учащийся овладел менее 50% освоения программного материала.

**Промежуточный контроль (аттестация)** - проводится в конце учебного года после завершения обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Промежуточная аттестация учащихся включает в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков. Форма промежуточной аттестации – зачет. Результаты промежуточной аттестации заносятся в журнал учета работы педагога дополнительного образования. Система оценки промежуточной аттестации проводится по 3 уровням: высокий уровень – от 80% до 100% освоения программного материала; средний уровень – 79-50%

освоения программного материала; низкий уровень – учащийся овладел менее 50% освоения программного материала.



**II. Учебный план**  
**дополнительной общеобразовательной**  
**общеразвивающей программы**  
**«Зарничник» 1 год обучения**

№ п/п	Наименование модулей	Всего часов	В том числе		Форма проведения текущего контроля успеваемости/Промежуто чной аттестации
			Теория	Практика	
Модуль 1.	История вооруженных сил России	40	17	23	Тестирование
Модуль 2.	Физическая подготовка	48	1	47	Показательное выступление
Модуль 3.	Основы поведения в криминогенны х ситуациях	14	7	7	Показательное выступление
Модуль 4.	Основы выживания в сложных условиях	30	11	19	Показательное выступление
Модуль 5.	Основы медицинских знаний	12	3	9	Показательное выступление
Промежуточная аттестация (май)					Зачет/Тестирование
Всего часов		144	39	105	

**Учебный план**  
**дополнительной общеобразовательной**  
**общеразвивающей программы**  
**«Зарничник» 2 год обучения**

№ п/п	Наименование модулей	Всего часов	В том числе		Форма проведения текущего контроля успеваемости/Промеж уточной аттестации
			Теория	Практика	
Модуль 1.	Уставы ВС РФ	14	11	3	Тестирование
Модуль 2.	Огневая подготовка	52	9	43	Показательное выступление
Модуль 3.	Строевая подготовка	36	4	32	Показательное выступление
Модуль 4.	Основы безопасности жизнедеятель ности	14	3	11	Показательное выступление
Модуль 5.	Пожарная безопасность	12	5	7	Показательное выступление
Модуль 6.	Дорожная безопасность	16	1	15	
Промежуточная аттестация (май)					Зачет/Тестирование
Всего часов		144	33	111	

**III. Рабочая программа**  
**дополнительной общеобразовательной**  
**общеразвивающей программы «Зарничник»**  
**1 год обучения**

№ п/п	Название модулей и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>Модуль 1. История вооруженных сил России.</b>		<b>40</b>	<b>17</b>	<b>23</b>
1.1.	Вводное занятие.	2	2	-
1.2.	Воинская слава России.	4	1	3
1.3.	Ракетные войска.	4	1	3
1.4.	Сухопутные войска.	2	1	1
1.5.	Военно-воздушные силы.	4	1	3
1.6.	Военно-морской флот.	4	1	3
1.7.	Пограничные войска.	4	1	3
1.8.	Внутренние войска.	2	1	1
1.9.	Символы воинской чести.	4	4	-
1.10.	Полководцы и герои.	6	2	4
1.11	Воинские профессии.	2	2	-
1.12.	Сочинение-рассуждение «Я б хотел военным стать – пусть меня научат». Тестирование.	2	-	2
<b>Модуль 2. Физическая подготовка.</b>		<b>48</b>	<b>1</b>	<b>47</b>
2.1.	Определение уровня физических качеств.	4	-	4
2.2.	Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.	8	1	7
2.3.	Круговая тренировка общефизической направленности.	8	-	8

2.4.	Круговая тренировка на развитие силы.	8	-	8
2.5.	Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости.	8	-	8
2.6.	Круговая тренировка повышенной интенсивности.	10	-	10
2.7.	Показательное выступление «Физическая подготовка».	2	-	2
<b>Модуль 3. Основы поведения в криминогенных ситуациях.</b>		<b>14</b>	<b>7</b>	<b>7</b>
3.1.	Как избежать криминогенные ситуации.	2	2	-
3.2.	Элементы страховки.	2	1	1
3.3.	Самозащита.	2	1	1
3.4.	Освобождение от захватов.	2	1	1
3.5.	Средства защиты.	2	1	1
3.6.	Боевые приёмы самозащиты.	2	1	1
3.7.	Показательное выступление «Приёмы самозащиты».	2	-	2
<b>Модуль 4. Основы выживания в сложных условиях.</b>		<b>30</b>	<b>11</b>	<b>19</b>
4.1.	Основы ориентирования на местности.	4	2	2
4.2.	Привалы и ночлеги.	4	2	2
4.3.	Организация питания в полевых условиях.	2	1	1
4.4.	Костровое хозяйство. Меры безопасности.	4	2	2
4.5.	Виды узлов. Способы переправы.	2	1	1
4.6.	Ориентирование на местности.	2	1	1
4.7.	Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы	10	2	8

	препятствий.			
4.8.	Тестирование «Ориентирование на местности».	2	-	2
<b>Модуль 5. Основы медицинских знаний</b>		<b>12</b>	<b>3</b>	<b>9</b>
5.1.	Принципы оказания первой медицинской помощи в неотложных ситуациях.	2	1	1
5.2.	Ранения и кровотечения.	4	1	3
5.3.	Травмы опорно-двигательного аппарата.	4	1	3
5.4.	Показательное выступление «Первая помощь». Тестирование по итогам 1 года обучения по ДООП. Зачёт.	2	-	2
	Итого:	144ч.		

**Рабочая программа  
дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Зарничник»  
2 год обучения**

№ п/п	Название модулей и тем	Количество часов		
		всего	теория	практик а
<b>Модуль 1. Уставы ВС РФ.</b>		<b>14</b>	<b>11</b>	<b>3</b>
1.1.	Вводное занятие.	2	1	1
1.2.	Общие положения. Изучение требований Уставов ВС РФ.	2	2	-
1.3.	Устав внутренней службы. Права, обязанности и ответственность военнослужащих.	4	4	-
1.4.	Дисциплинарный Устав. Поощрения.	2	2	-

1.5.	Устав гарнизонной и караульной службы.	2	2	-
	Тестирование «Уставы ВС РФ».	2	-	2
<b>Модуль 2. Огневая подготовка.</b>		<b>52</b>	<b>9</b>	<b>43</b>
2.1.	Автомат Калашникова.	2	2	-
2.2.	Последовательность неполной разборка и сборки АКМ-74.	2	-	2
2.3.	Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.	2	1	1
2.4.	Разборка – сборка макета автомата.	6	-	6
2.5.	Стрелковое оружие ВС РФ.	2	2	-
2.6.	Военная техника ВС РФ.	2	2	-
2.7.	Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.	2	2	-
2.8.	Стрельба из пневматической винтовки.	4	-	4
2.9.	Стрельба из пневматической винтовки. Положение лёжа.	4	-	4
2.10.	Стрельба из пневматической винтовки. Положения стоя.	4	-	4
2.11.	Стрельба из пневматической винтовки. Положение с колена.	4	-	4
2.12.	Стрельба из пневматической винтовки Мишень № 3.	4	-	4
2.13.	Стрельба из пневматической винтовки Мишень № 6.	4	-	4
2.14.	Стрельба из пневматической винтовки Мишень № 8.	4	-	4
2.15.	Стрельба из пневматической винтовки Мишень № 9.	4	-	4

2.16.	Показательное выступление «Огневая подготовка».	2	-	2
<b>Модуль 3. Строевая подготовка.</b>		<b>36</b>	<b>4</b>	<b>32</b>
3.1.	Строевая стойка. Повороты на месте.	4	1	3
3.2.	Строевой шаг.	4	-	4
3.3.	Одиночная строевая подготовка.	4	-	4
3.4.	Отработка строевого шага.	4	-	4
3.5.	Повороты направо – налево в движении.	4	1	3
3.6.	Поворот кругом в движении.	4	1	3
3.7.	Строевые приёмы в движении в отделеции.	10	1	9
3.8.	Показательное выступление «Строевая подготовка».	2	-	2
<b>Модуль 4. Основы безопасности жизнедеятельности.</b>		<b>14</b>	<b>3</b>	<b>11</b>
4.1.	Безопасность и защита человека в ЧС.	6	1	5
4.2.	ЧС локального характера в природе и безопасность.	2	2	-
4.3.	Практические занятия по радиационной, химической и биологической защите.	4	-	4
4.4.	Тестирование «Основы безопасности жизнедеятельности»	2	-	2
<b>Модуль 5. Пожарная безопасность.</b>		<b>12</b>	<b>5</b>	<b>7</b>
5.1.	Пожарное дело.	2	2	-
5.2.	Пожарное снаряжение.	2	2	-
5.3.	Огнетушитель.	2	1	1
5.4.	Встреча с работниками пожарной охраны.	2	-	2

5.5.	Экскурсия в пожарную часть.	2	-	2
5.6.	Тестирование «Пожарная безопасность».	2	-	2
<b>Модуль 6. Дорожная безопасность.</b>		<b>16</b>	<b>1</b>	<b>15</b>
6.1.	Знаки дорожного движения	4	1	3
6.2.	Решение карт категории А, В.	10	-	10
6.3.	Тестирование «Дорожная безопасность». Тестирование по итогам обучения по ДООП. Зачёт.	2	-	2
	Итого:	144ч.		



**IV. Содержание дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей  
программы «Зарничник» 1 год обучения**

**Модуль 1. «История вооруженных сил России» (40 ч.)**

**Тема 1.1. Вводное занятие (2 ч.)**

*Теория.* Цели и задачи работы в объединении. Знакомство с основными модулями программы. Постановка учебных задач. Правила безопасного поведения на занятиях.

*Практика.* Инструктаж по ТБ.

**Тема 1.2. Военная слава России (4 ч.)**

*Теория.* Военная слава России. Армия и флот России XX века. Армия России на современном этапе. Виды и рода войск ВС РФ. Вооружение Российской армии на современном этапе.

*Практика.* Просмотр документального фильма «История военно-морского флота России».

**Тема 1.3. Ракетные войска (4 ч.)**

*Теория.* Ракетные войска. Состав и предназначение. Вооружение и военная техника ракетных войск.

*Практика.* Просмотр документального фильма «Повелители стратегических».

**Тема 1.4. Сухопутные войска (2 ч.)**

*Теория.* Сухопутные войска. Состав и предназначение. Вооружение и военная техника сухопутных войск.

*Практика.* Просмотр документального фильма «Сухопутные войска России».

**Тема 1.5. Военно-воздушные силы (4 ч.)**

*Теория.* Военно – воздушные силы. Состав и предназначение. Вооружение и военная техника военно – воздушных сил.

*Практика.* Просмотр документального фильма о боевой авиации «Полёт нормальный!».

**Тема 1.6. Военно-морской флот (4 ч.)**

*Теория.* Военно – морской флот. Состав и предназначение. Вооружение и военная техника военно – морского флота.

*Практика.* Просмотр документального фильма «Цари океанов».

#### **Тема 1.7. Пограничные войска ( 4 ч.)**

*Теория.* Пограничные войска. Состав и предназначение. Вооружение и военная техника пограничных войск.

*Практика.* Просмотр документального фильма «Граница. Особые условия службы».

#### **Тема 1.8. Внутренние войска ( 2 ч.)**

*Теория.* Внутренние войска. Состав и предназначение. Вооружение и военная техника внутренних войск.

*Практика.* Просмотр документального фильма «Внутренняя сила государства».

#### **Тема 1.9. Символы воинской чести (4 ч.)**

*Теория.* Сила воинских традиций. Роль и место традиций и ритуалов в жизнедеятельности воинских коллективов. Система воинских традиций и ритуалов. Боевое знамя воинской части. История военной присяги и порядок ее принятия. Флаг. Герб. Гимн. Геральдика. Знаки отличия.

#### **Тема 1.10. Полководцы и герои (6 ч.)**

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

*Практика.* Просмотр документальных фильмов, посвященных подвигам полководцев и героев России.

#### **Тема 1.11. Воинские профессии ( 2 ч.)**

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

#### **Тема 1.12. Сочинение – рассуждение «Я б хотел военным стать – пусть меня научат». Тестирование (2 ч.)**

*Практика.* Сочинение – рассуждение «Я б хотел военным стать – пусть меня научат». Тестирование.

## **Модуль 2. Физическая подготовка (48 ч.)**

### **Тема 2.1. Определение уровня физических качеств (4 ч.)**

*Практика.* Силовая выносливость посредством сдачи тестов физической подготовленности.

### **Тема 2.2. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения (8 ч.)**

*Теория.* Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.

*Практика.* Занятия на брусьях. Упражнения с гантелями. Поднятие гири.

### **Тема 2.3. Круговая тренировка общефизической направленности (8 ч.)**

*Практика.* Тренировочные упражнения. Кросс.

### **Тема 2.4. Круговая тренировка на развитие силы (8 ч.)**

*Практика.* Силовые упражнения. Упражнения с гантелями.

### **Тема 2.5. Круговая тренировка на развитие скоростной выносливости (8 ч.)**

*Практика.* Челночный бег. Бег с препятствиями.

### **Тема 2.6. Круговая тренировка повышенной интенсивности (10 ч.)**

*Практика.* Преодоление элементов полосы препятствий. Прыжки в длину.

### **Тема 2.7. Показательное выступление «Физическая подготовка» (2 ч.)**

*Практика.* Показательное выступление «Физическая подготовка».

## **Модуль 3. Основы поведения в криминогенных ситуациях (14 ч.)**

### **Тема 3.1. Как избежать криминогенные ситуации (2 ч.)**

*Теория.* Как избежать криминогенные ситуации. Опасные места в городе, поселке, деревне. Виды криминогенных ситуаций.

### **Тема 3.2 Элементы страховки (2 ч.)**

*Теория.* Страховка при падении на бок. Страховка при падении на спину. Страховка если вам хотят нанести удар.

*Практика.* Страховка при падении на бок. Страховка при падении на спину. Страховка если вам хотят нанести удар.

### **Тема 3.3. Самозащита (2 ч.)**

*Теория.* Техника отведения ударов руками. Техника отведения ударов ногами.

**Практика.** Техника отведения ударов руками. Техника отведения ударов ногами.

#### **Тема 3.4. Освобождение от захватов ( 2 ч. )**

**Теория.** Захваты за одежду. Освобождение от захватов.

**Практика.** Захваты за одежду. Освобождение от захватов.

#### **Тема 3.5. Средства защиты ( 2 ч. )**

**Теория.** Подручные средства защиты. Специальные средства защиты. Ответственность за использование средств защиты.

**Практика.** Подручные средства защиты. Специальные средства защиты. Ответственность за использование средств защиты.

#### **Тема 3.6. Боевые приемы самозащиты ( 2 ч. )**

**Теория.** Защита от удара ножом снизу, сверху, сбоку. Защита от угрозы холодным оружием.

**Практика.** Защита от удара ножом снизу, сверху, сбоку. Защита от угрозы холодным оружием.

#### **Тема 3.7. Показательное выступление «Приёмы самозащиты» ( 2 ч.)**

### **Модуль 4. Основы выживания в сложных условиях ( 30 ч.)**

#### **Тема 4.1. Основы ориентирования на местности ( 4 ч. )**

**Теория.** Карты и схемы. Правила работы с картой. Сопоставление карты с местностью.

**Практика.** Ориентирование с использованием крупных форм рельефа. Ориентирование с помощью компаса и карты. Ориентирование с картой без компаса. Погрешности в ориентировании.

#### **Тема 4.2. Привалы и ночлеги ( 4 ч.)**

**Теория.** Назначение привалов, их периодичность и продолжительность. Личное и групповое снаряжение. Охрана природы в месте ночлегов.

**Практика.** Ночлег в полевых условиях: выбор места, распределение обязанностей при устройстве бивака. Личное и групповое снаряжение. Меры безопасности при ночлегах в полевых условиях.

#### **Тема 4.3. Организация питания в полевых условиях ( 2 ч.)**

**Теория.** Питание войск в полевых условиях.

**Практика.** Составление и гигиеническая оценка раскладки продуктов.

#### **Тема 4.4. Костровое хозяйство. Меры безопасности ( 4 ч.)**

**Теория.** Типы костров. Место для костра. Безопасность.

**Практика.** Разжигание костра. Безопасность.

#### **Тема 4.5. Виды узлов. Способы переправы (2 ч.)**

**Теория.** Виды узлов.

**Практика.** Узлы для связывания верёвок одинакового и разного диаметров.

Узлы для закрепления концов верёвок. Специальные узлы.

#### **Тема 4.6. Ориентирование на местности (2 ч.)**

**Теория.** Определение азимута.

**Практика.** Определение азимута и отработка навыков по азимуту.

Сопоставление способов ориентирования.

#### **Тема 4.7. Техника преодоления различных элементов личной и командной полосы препятствий ( 10 ч.)**

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

#### **Тема 4.8. Тестирование «Ориентирование на местности» ( 2 ч.)**

### **Модуль 5. Основы медицинских знаний (12 ч.)**

#### **Тема 5.1. Принципы оказания первой медицинской помощи в неотложных ситуациях (2 ч.)**

**Теория.** Осмотр места происшествия. Первая помощь.

**Практика.** Осмотр пострадавшего. Правила оказания первой помощи.

Признаки жизни и смерти.

#### **Тема 5.2. Ранения и кровотечения (4 ч.)**

**Теория.** Виды ранений. Виды кровотечений.

**Практика.** Обработка ран. Виды и правила наложения повязок на раны.

Способы остановки кровотечений. Правила наложения жгута.

#### **Тема 5.3. Травмы опорно-двигательного аппарата (4 ч.)**

**Теория.** Вывихи, растяжения, разрывы связок. Переломы конечностей.

**Практика.** Оказание первой помощи. Правила наложения шин.

**Тема 5.4. Показательное выступление «Первая помощь». Тестирование по итогам 1 года обучения по ДООП. Зачёт (2 ч.)**

**Содержание дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей  
программы «Зарничник» 2 год обучения**

**Модуль 1. Уставы ВС РФ (14 ч.)**

**Тема 1.1. Вводное занятие (2 ч.)**

*Теория.* Цели и задачи работы в объединении. Знакомство с основными модулями программы. Постановка учебных задач. Правила безопасного поведения на занятиях.

*Практика.* Инструктаж по ТБ.

**Тема 1.2. Общие положения. Изучение требований Уставов ВС РФ (2 ч.)**

*Теория.* Общие положения. Изучение требований Уставов ВС РФ.

**Тема 1.3. Устав внутренней службы. Права, обязанности и ответственность военнослужащих (4 ч.)**

*Теория.* Устав внутренней службы. Права, обязанности и ответственность военнослужащих. Воинские звания. Приказ. Порядок его отдачи и выполнения. Распределение времени и внутренний порядок повседневной деятельности военнослужащих. Суточный наряд. Охрана здоровья военнослужащих. Взаимоотношения между военнослужащими. Внутренний порядок. Воинские ритуалы.

**Тема 1.4. Дисциплинарный Устав. Поощрения (2 ч.)**

*Теория.* Перечень грубых дисциплинарных проступков военнослужащих. Поощрения, применяемые к солдатам и сержантам. Права командиров по применению поощрений. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и сержантов. Права командиров по наложению взысканий.

**Тема 1.5. Устав гарнизонной и караульной службы (2 ч.)**

*Теория.* Должностные лица гарнизона и их обязанности. Организация и несение караульной службы. Наряд и подготовка караулов. Обязанности часового. Порядок применения оружия.

**Тема 1.6. Тестирование « Уставы ВС РФ» (2 ч.)**

*Практика.* Тестирование « Уставы ВС РФ».

**Модуль 2. Огневая подготовка (52 ч.)**

**Тема 2.1. Автомат Калашникова (2 ч.)**

*Теория.* Автомат Калашникова. Назначение, боевые свойства. Общее устройство и принцип работы автомата.

**Тема 2.2. Последовательность неполной разборка и сборки АКМ-74 (2 ч.)**

*Практика.* Неполная разборка и сборка АКМ – 74.

**Тема 2. 3. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами (2 ч.)**

*Теория.* Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.

*Практика.* Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами.

**Тема 2.4. Разборка - сборка макета автомата (6 ч.)**

*Практика.* Разборка - сборка макета автомата.

**Тема 2.5. Стрелковое оружие ВС РФ (2 ч.)**

*Теория.* Знакомство со стрелковым оружием ВС РФ.

**Тема 2.6. Военная техника ВС РФ (2 ч.)**

*Теория.* Знакомство с военной техникой ВС РФ.

**Тема 2.7. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки (2 ч.)**

*Теория.* Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки. Правила ТБ.

**Тема 2.8. Стрельба из пневматической винтовки (4 ч.)**

*Практика.* Стрельба из пневматической винтовки

**Тема 2.9. Стрельба из пневматической винтовки. Положение лёжа (4 ч.)**

*Практика.* Стрельба из пневматической винтовки. Положение лёжа.

**Тема 2.10. Стрельба из пневматической винтовки. Положение стоя (4 ч.)**

*Практика.* Стрельба из пневматической винтовки. Положение стоя.

**Тема 2.11. Стрельба из пневматической винтовки. Положение с колена(4 ч.)**

*Практика.* Стрельба из пневматической винтовки. Положение с колена.

**Тема 2.12. Стрельба из пневматической винтовки Мишень № 3 (4 ч.)**

*Практика.* Стрельба из пневматической винтовки Мишень № 3.

**Тема 2.13. Стрельба из пневматической винтовки Мишень № 6 (4 ч.)**

*Практика.* Стрельба из пневматической винтовки Мишень № 6.

**Тема 2.14. Стрельба из пневматической винтовки Мишень № 8 (4 ч.)**

*Практика.* Стрельба из пневматической винтовки Мишень №8.

**Тема 2.15. Стрельба из пневматической винтовки Мишень № 9 (4 ч.)**

*Практика.* Стрельба из пневматической винтовки Мишень № 9.

**Тема 2.16. Показательное выступление «Огневая подготовка» (2 ч.)**

*Практика.* Показательное выступление «Огневая подготовка».

**Модуль 3. Строевая подготовка ( 36 ч.)**

**Тема 3.1. Строевая стойка. Повороты на месте (4 ч.)**

*Теория.* Строй и его элементы. Виды. Управление строем. Обязанности перед построением и в строю.

*Практика.* Команды: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!». Повороты на месте.

**Тема 3.2. Строевой шаг (4 ч.)**

*Практика.* Строевой шаг.

**Тема 3.3. Одиночная строевая подготовка (4 ч.)**

*Практика.* Одиночная строевая подготовка.

**Тема 3.4. Отработка строевого шага (4 ч.)**

*Практика.* Отработка строевого шага.

**Тема 3.5. Повороты направо - налево в движении (4 ч.)**

*Теория.* Повороты направо - налево в движении.

*Практика.* Повороты направо - налево в движении.

**Тема 3.6. Поворот кругом в движении (4 ч.)**

*Теория.* Поворот кругом в движении.

*Практика.* Поворот кругом в движении.



### **Тема 3.7. Строевые приёмы в движении в отделении (10 ч.)**

*Теория.* Строевые приёмы в движении в отделении.

*Практика.* Строевые приёмы в движении в отделении.

### **Тема 3.8. Показательное выступление «Строевая подготовка» (2 ч.)**

*Практика.* Показательное выступление «Строевая подготовка».

### **Модуль 4. Основы безопасности жизнедеятельности (14 ч.)**

#### **Тема 4.1. Безопасность и защита человека в ЧС (6 ч.)**

*Теория.* Безопасность и защита человека в ЧС.

*Практика.* Одевание противогаза, ОЗК.

#### **Тема 4.2. ЧС локального характера в природе и безопасность (2 ч.)**

*Теория.* ЧС локального характера в природе и безопасность.

#### **Тема 4.3. Практические занятия по радиационной, химической и биологической защите (4 ч.)**

*Практика.* Отработка практических навыков при радиационной, химической и биологической защите.

#### **Тема 4.4. Тестирование «Основы безопасности жизнедеятельности» (2 ч.)**

*Практика.* Тестирование «Основы безопасности жизнедеятельности».

### **Модуль 5. Пожарная безопасность (12 ч.)**

#### **Тема 5.1. Пожарное дело (2 ч.)**

*Теория.* Пожарное дело. Средства пожаротушения, правила поведения при пожаре.

#### **Тема 5.2. Пожарное снаряжение (2 ч.)**

*Теория.* Знакомство с пожарным снаряжением.

#### **Тема 5.3. Огнетушитель (2 ч.)**

*Теория.* Виды огнетушителей. Устройство огнетушителя. Правила пользования огнетушителем.

*Практика.* Отработка навыка тушения огня огнетушителем.

#### **Тема 5.4. Встреча с работниками пожарной охраны (2 ч.)**

*Практика.* Беседа с работниками пожарной охраны о правилах пожарной безопасности.

#### **Тема 5.5. Экскурсия в пожарную часть (2 ч.)**

*Практика.* Ознакомление с работой пожарной охраны.

**Тема 5.6. Тестирование «Пожарная безопасность»(2 ч.)**

*Практика.* Тестирование «Пожарная безопасность».

**Модуль 6. Дорожная безопасность (16 ч.)**

**Тема 6.1. Знаки дорожного движения ( 4 ч.)**

*Теория.* Изучение дорожных знаков.

*Практика.* Изучение дорожных знаков.

**Тема 6.2. Решение карт категории А, В ( 10 ч.)**

*Практика.* Решение карт категории А, В.

**Тема 6.3. Тестирование «Дорожная безопасность». Тестирование по итогам обучения по ДООП. Зачёт (2 ч.)**

*Практика.* Тестирование «Дорожная безопасность». Тестирование по итогам обучения по ДООП. Зачёт.

## V. Календарный учебный график

к программе «Зарничник» на 2024-2026 учебный год

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Каникулярный период	Режим занятий	Аттестация
02.09.2024	31.05.2026	72	288	В период школьных зимних и летних каникул (в соотв. с календарным учебным графиком работы МБОУ ДО «ДЮЦ»)	1 и 2 год обучения: 2 раза в неделю, по 2 академических часа. Продолжительность академического часа – 40 минут.	По завершению обучения по ДООП (май)

**VI. Оценочные и методические материалы дополнительной  
общеобразовательной общеразвивающей программы «Зарничник»**

**1 год обучения**

<b>Модуль</b>	<b>Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса</b>	<b>Методический и дидактический материал</b>	<b>Материально - техническое оснащение</b>	<b>Форма подведения итогов</b>
Модуль 1. История вооруженных сил России	- Наглядные -Объяснительно-иллюстративные - Практические - Игровые - Технические	Презентации, плакаты, предметные картинки, карточки – задания, обучающие видеоролики, тетради, документальные фильмы	Компьютер, проектор.	Тестирование
Модуль 2. Физическая подготовка	- Наглядные -Объяснительно-иллюстративные - Практические - Игровые - Технические - Коллективные	Презентации, обучающие видеоролики, раздаточные карточки, плакаты тетради.	Компьютер, проектор, спортивные снаряды и тренажеры, гантели, гири.	Показательное выступление
Модуль 3. Основы поведения в криминогенных ситуациях	- Наглядные -Объяснительно-иллюстративные - Практические - Игровые - Технические	Презентации, обучающие видеоролики, раздаточные карточки, плакаты	Компьютер, проектор, спортивные маты.	Показательное выступление

	- Коллективные	тетради.		
Модуль 4. Основы выживания в сложных условиях	- Наглядные -Объяснительно- иллюстративные - Практические - Игровые - Технические - Коллективные	Презентации, обучающие видеоролики, раздаточные карточки, плакаты тетради.	Компьютер, проектор, туристичес кие карты, компасы, палатки, котелок, верёвки.	Тестирование
Модуль 5. Основы медицински х знаний	- Наглядные -Объяснительно- иллюстративные - Практические - Игровые - Технические - Коллективные	Презентации, обучающие видеоролики, раздаточные карточки, плакаты тетради.	Компьютер, проектор, аптечка.	Показательное выступление

**Оценочные и методические материалы дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Зарничник»**

**2 год обучения**

<b>Модуль</b>	<b>Приемы и методы организации учебно- воспитательного процесса</b>	<b>Методический и дидактический материал</b>	<b>Техническое оснащение</b>	<b>Форма подведения итогов</b>
Модуль 1. Уставы ВС РФ.	- Наглядные -Объяснительно- иллюстративные - Практические - Игровые	Презентации, плакаты, карточки – задания, обучающие	Компьютер, проектор, воинские уставы.	Тестирование

	- Технические	видеоролики, тетради.		
Модуль 2. Огневая подготовка.	- Наглядные -Объяснительно- иллюстративные - Практические - Игровые - Технические - Коллективные	Презентации, обучающие видеоролики, плакаты, тетради.	Компьютер, проектор, воинские уставы, гранаты учебные, макет автомата Калашникова , патроны учебные, пневматичес кая винтовка, мишени.	Показательное выступление
Модуль 3. Строевая подготовка.	- Наглядные - Практические - Игровые - Технические - Коллективные	Презентации, обучающие видеоролики, карточки – задания, альбомы, тетради.	Компьютер, проектор.	Показательное выступление
Модуль 4. Основы безопасности жизнедеятел ьности.	- Наглядные -Объяснительно- иллюстративные - Практические - Игровые - Технические	Презентации, сюжетные картинки, предметные картинки, обучающие	Компьютер, проектор, противогазы, ОЗК, СИЗ.	Тестирование

	- Коллективные	видеоролики, карточки – задания, альбомы, тетради.		
Модуль 5. Пожарная безопасность	- Наглядные -Объяснительно- иллюстративные - Практические - Игровые - Технические - Коллективные	Презентации, сюжетные картинки, предметные картинки, обучающие видеоролики, карточки – задания, альбомы, тетради.	Компьютер, проектор, противогазы, огнетушитель.	Тестирование
Модуль 6. Дорожная безопасность	- Наглядные -Объяснительно- иллюстративные - Практические - Игровые - Технические - Коллективные	Презентации, сюжетные картинки, предметные картинки, обучающие видеоролики, карточки – задания, альбомы, тетради.	Компьютер, проектор, дорожные знаки.	Тестирование

### Нормативы ОФП

<i><b>Контрольные упражнения</b></i>	<i><b>Показатели</b></i>
--	--------------------------

<i>Учащиеся</i>	<i>Мальчики</i>			<i>Девочки</i>		
	<i>Выс.</i>	<i>Сред.</i>	<i>Низк.</i>	<i>Выс.</i>	<i>Сред.</i>	<i>Низк.</i>
Челночный бег 4х9 м, сек	9,6	10,1	10,6	10,0	10,4	11,2
Бег 30 м, секунд	4,8	5,1	5,4	5,1	5,6	6,0
Бег 1000 м, мин	3,50	4,20	4,50	4,20	4,50	5,15
Бег 60 м, секунд	9,0	9,7	10,5	9,7	10,4	10,8
Прыжки в длину с места	190	180	165	175	165	156
Подтягивание на высокой перекладине	10	8	5			
Сгибание и разгибание рук в упоре	25	20	15	19	13	9
Наклоны вперед из положения сидя	12	8	5	18	15	10
Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	48	43	38	38	33	25
Прыжок на скакалке, 25 сек, раз	56	54	52	62	60	58

**Промежуточная аттестация учащихся**

**общеобразовательной общеразвивающей программы дополнительного образования «Зарничник»**

**1 год обучения**

**Тестирование**

**ФИО** \_\_\_\_\_

**Блок 1 «История и структура ВС РФ»**

**Задание №1**

*Вопрос:*

Какие войска не входят в состав СУХОПУТНЫХ войск



*Выберите один из 5 вариантов ответа:*

- 1) Мотострелковые войска
- 2) Инженерные войска
- 3) Танковые войска
- 4) Радиотехнические войска
- 5) Ракетные войска и артиллерия

### **Задание №2**

*Вопрос:*

В каких целях использовались ополченцы?

*Выберите несколько из 5 вариантов ответа:*

- 1) для охраны обозов
- 2) для варварских нашествий
- 3) для строительства дорог
- 4) при осадах вражеских крепостей
- 5) Для торговли с другими странами

### **Задание №3**

*Вопрос:*

Основу вооруженных сил Московского государства в XVI в составляли:

*Выберите один из 5 вариантов ответа:*

- 1) Ополчение
- 2) Рабы
- 3) Пехота
- 4) Морской флот
- 5) Дворянские формирования

### **Задание №4**

*Вопрос:*

Как в Московском государстве назывались служивые люди по найму?

*Выберите один из 4 вариантов ответа:*

- 1) Ополченцы
- 2) Стрельцы

3) Полки нового строя

4) моряки

### **Задание №5**

*Вопрос:*

Какие войска составляют главную ударную силу СУХОПУТНЫХ войск?

*Выберите один из 5 вариантов ответа:*

1) Мотострелковые войска

2) Зенитно-ракетные войска

3) Армейская авиация

4) Танковые войска

5) Инженерные войска

### **Задание №6**

*Вопрос:*

Какие войска предназначены для разминирования местности и объектов?

*Выберите один из 5 вариантов ответа:*

1) Мотострелковые войска

2) РВСН

3) Радиотехнические войска

4) Инженерные войска

5) Танковые войска

### **Задание №7**

*Вопрос:*

Какой род авиации является самым мобильным средством доставки в заданный район боевой техники, продовольствия и т.д.?

*Выберите один из 4 вариантов ответа:*

1) Военно-транспортная авиация

2) Дальняя авиация

3) Армейская авиация

4) Штурмовая авиация

### **Задание №8**

*Вопрос:*

В период 1632-1634 гг в Московском государстве появились полки нового строя. На сколько рот делился каждый полк?

*Выберите один из 5 вариантов ответа:*

- 1) 2
- 2) 4
- 3) 6
- 4) 8
- 5) 10

### **Задание №9**

*Вопрос:*

В какой период была создана регулярная армия?

*Выберите один из 5 вариантов ответа:*

- 1) 1701-1711 гг.
- 2) 1700-1721 гг.
- 3) 1768-1774 гг.
- 4) 1864-1867 гг.
- 5) 1632-1634 гг.

### **Задание №10**

*Вопрос:*

В каком году был утвержден новый Устав о воинской повинности?

*Выберите один из 5 вариантов ответа:*

- 1) 1705 г
- 2) 1891 г
- 3) 1874 г
- 4) 1945 г
- 5) 1861 г

### **Задание №11**

*Вопрос:*

В каком году начала создаваться Красная гвардия?

*Выберите один из 5 вариантов ответа:*

- 1) 1941 г

- 2) 1918 г
- 3) 1917 г
- 4) 1874 г
- 5) 1705 г

**Задание №12**

*Вопрос:*

В каком году стала формироваться КРАСНАЯ АРМИЯ?

*Выберите один из 5 вариантов ответа:*

- 1) февраль 1992 г
- 2) июль 1914 г
- 3) май 1945 г
- 4) сентябрь 1945 г
- 5) январь 1918 г

**Задание №13**

*Вопрос:*

В 1925 г был принят Закон ...

*Выберите один из 4 вариантов ответа:*

- 1) О всеобщей воинской обязанности
- 2) Об обязательной военной службе
- 3) О создании Рабоче - Крестьянской Красной Армии
- 4) О создании нового рода войск

**Задание №14**

*Вопрос:*

К самостоятельным родам войск относятся:

*Выберите несколько из 5 вариантов ответа:*

- 1) СВ
- 2) ВВС
- 3) РВСН
- 4) ВДВ
- 5) КВ

**Задание №15**

*Вопрос:*

Высокомобильный самостоятельный род войск, предназначенный для охвата противника по воздуху?

*Выберите один из 5 вариантов ответа:*

- 1) РВСН
- 2) ВМФ
- 3) ВВС
- 4) ВДВ
- 5) КВ

**Задание №16**

*Вопрос:*

Какие войска предназначены для обороны побережья страны и прибрежных коммуникаций?

*Выберите один из 4 вариантов ответа:*

- 1) Подводные силы
- 2) Береговые войска
- 3) Военно-воздушные силы
- 4) Сухопутные войска

**Задание №17**

*Вопрос:*

Какие войска в соответствии с Указом Президента Российской Федерации с 2001 года приступили к выполнению задач по назначению?

*Запишите ответ:*

---

**Задание №18**

*Вопрос:*

В каком году был создан самостоятельный вид Вооруженных Сил - Ракетные войска стратегического назначения?

*Запишите число:*

---

### **Задание №19**

*Вопрос:*

Верховным Главнокомандующим Вооруженными Силами Российской Федерации является:

*Выберите один из 5 вариантов ответа:*

- 1) В.В. Путин
- 2) Д.А. Медведев
- 3) В.В. Жириновский
- 4) В.И. Ленин
- 5) С. Шойгу

### **Задание №20**

*Вопрос:*

Изобразите схематически структуру Вооруженных Сил Российской Федерации

**Ответы:**

- 1) (1 б.) Верные ответы: 4;
- 2) (1 б.) Верные ответы: 1; 3; 4;
- 3) (1 б.) Верные ответы: 5;
- 4) (1 б.) Верные ответы: 2;
- 5) (1 б.) Верные ответы: 4;
- 6) (1 б.) Верные ответы: 4;
- 7) (1 б.) Верные ответы: 1;
- 8) (1 б.) Верные ответы: 4;
- 9) (1 б.) Верные ответы: 1;
- 10) (1 б.) Верные ответы: 3;
- 11) (1 б.) Верные ответы: 3;
- 11) (1 б.) Верные ответы: 3;
- 13) (1 б.) Верные ответы: 2;
- 14) (1 б.) Верные ответы: 3; 4; 5;
- 15) (1 б.) Верные ответы: 4;
- 16) (1 б.) Верные ответы: 2;
- 17) (1 б.) Верный ответ: "Космические".

18) (1 б.): Верный ответ: 1960.;

19) (1 б.) Верные ответы: 1;

## **Блок 2 «Самооборона и самозащита»**

### ***Вопрос 1***

Что надо постараться сделать, защищаясь от преступника?

- **ошеломить, отвлечь, привести в состояние шока**
- причинить противнику острую боль
- причинить противнику тупую боль

### ***Вопрос 2***

Какими способами можно отвлечь внимание преступника или ошеломить его?

- громко крикнуть
- бросить в лицо зажжённую сигарету или какой-либо предмет
- **нанести удар в наиболее уязвимое место**
- притвориться пьяным
- попытаться отговорить его от преступного замысла

### ***Вопрос 3***

Какими способами можно причинить острую боль преступнику?

- резко наступить каблуком на ногу
- ударить ногой в голень
- **ударить коленом или ногой в пах**
- нанести колющий удар по глазам
- бить исключительно по мягким частям тела

### ***Вопрос 4***

Рывок за волосы в каких местах головы причиняет наибольшую боль?

- над ушами
- вверху затылочной части
- **на лбу**

### ***Вопрос 5***

Какие средства самообороны целесообразно использовать на улице?

- **песок**
- **землю**

- палки
- кирпич
- жерди от скамеек

### ***Вопрос 6***

Какие удары в нос наиболее эффективны при самообороне?

- прямой
- **поддевающий снизу**
- боковой

### ***Вопрос 7***

Что происходит при имитации атаки на глаза противника?

- глаза инстинктивно закрываются
- голова отдёргивается назад
- **преступник теряет равновесие**

### ***Вопрос 8***

Какой способ самообороны наиболее эффективен при воздействии на горло противника?

- **удар в адамово яблоко**
- сдавливание дыхательных путей

### ***Вопрос 9***

Что вызывает удар в солнечное сплетение?

- затруднение дыхания
- **помутнение сознания**
- помутнение рассудка

### ***Вопрос 10***

В чём состоит эффективность удара в пах?

- ошеломяет противника
- **выводит противника из строя**
- отвлекает противника

### ***Вопрос 11***

С какой стороны сжимание или выкручивание мягких тканей бёдер наиболее болезненно?



- с внутренней
- **с внешней**

### ***Вопрос 12***

Обычный или скребущий удар ногой по этой части голени причиняет жестокую боль

- **по внешней**
- по внутренней

### ***Вопрос 13***

В чём заключается эффект от резкого удара каблуком по пальцам ног?

- **вызывает жестокую боль**
- лишает противника устойчивости
- выводит противника из равновесия

### ***Вопрос 14***

Что является главным оружием в обеспечении личной безопасности при встрече с преступником?

- активность сопротивления
- решительность действий по самообороне
- страх
- пассивность
- **безмолвие**

### ***Вопрос 15***

Чем руководствуется уличный грабитель или насильник при выборе жертвы?

- **оценивает физическую подготовку**
- оценивает морально-психологическое состояние
- Уголовным кодексом РФ

### ***Вопрос 16***

Как называется техника тренировки уверенности в себе?

- "заезженная пластинка"
- "заевшая пластинка"
- **"долгоиграющая пластинка"**

### ***Вопрос 17***

Что предпринять, если конфликт с преступником неизбежен?

- говорить твёрдым, спокойным тоном
- кричать или говорить на повышенных тонах
- **внимательно слушать и стараться, чтобы происходил постоянный обмен фразами**
- высказывать невнимание или пренебрежение к агрессору
- если возможно, вести переговоры сидя
- обращаться с агрессором уничижительно или покровительственно

### **Вопрос 18**

Чего не рекомендуется делать в конфликтной ситуации наедине с преступником?

- **без необходимости спорить с ним или высказывать угрозы в его адрес**
- вести переговоры сидя
- **отдавать ему приказы типа "Замолчи!" или "Ну-ка сядь!"**
- **жестикулировать и размахивать руками**
- предлагать ему продолжить разговор только после того, как он перестанет кричать и угрожать

### **Блок 3. Ориентирование на местности**

**1. Часть земной поверхности, которую мы видим вокруг себя на открытом месте:**

А) Полюс. Б) Горизонт. В) Местность. Г) Рельеф. Д) Ориентир.

**2. Угол между направлением на север и на какой-нибудь определенный предмет местности.**

А) Восток Б) Полюс В) Ориентир Г) Азимут Д) Компас.

**3. Умение правильно находить стороны горизонта на местности это?**

А) горизонт б) ориентирование

**4. Прибор для ориентирования**

А) Транспортир. Б) Ориентир В) Компас. Г) Азимут. Д) Нивелир.

**5. Окрашенный конец стрелки куда всегда должен показывать?**

А) на юг б) на север В) Туда где встает Солнце

**6. Сторона горизонта, имеющая азимут 270°:**

А) Север Б) Запад В) Восток Г) Юг Д) Северо-запад.

**7. Ориентироваться можно ?**

А) по дороге б) по муравейнику в) по белкам

**8.Учащиеся возвращаются от озера, расположенного на востоке от школы в направлении:**

А)Южном Б) Северном В)Юго-восточном Г) Юго-западном Д) Западном

**9).В каком направлении возвращаются покорители Южного полюса:**

А)Восточном. Б)Западном. В)Южном. Г)Северном. Д)Все ответы верны

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Б	Г	Б	В	Б	Б	Б	Д	Г

#### **Блок 4. Основы медицинских знаний**

##### **1.Признаки артериального кровотечения**

Выберите один или несколько ответов:

1. очень темный цвет крови
- 2. алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей**
- 3. большое кровавое пятно на одежде или лужа крови возле пострадавшего**
- 4. над раной образуется валик из вытекающей крови**
5. кровь пассивно стекает из раны

##### **2.Каким образом проводится сердечно-легочная реанимация пострадавшего?**

Выберите один ответ:

- 1. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 30 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха методом «Рот ко рту»**
2. Искусственная вентиляция легких и давление руками на грудину пострадавшего: вначале 1 вдох методом «Рот ко рту», затем 15 надавливаний на грудину
3. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 5 надавливаний на грудину, затем 1 вдох методом «Рот ко рту»

##### **3.Вторым действием (вторым этапом) при оказании первой помощи является:**

Выберите один ответ:

1. Предотвращение возможных осложнений
- 2. Устранение состояния, угрожающего жизни и здоровью пострадавшего**
3. Правильная транспортировка пострадавшего

##### **4.Признаки венозного кровотечения**

Выберите один или несколько ответов:

1. кровь пассивно стекает из раны
2. над раной образуется валик из вытекающей крови
- 3. очень темный цвет крови**
4. алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей

**5. По каким признакам судят о наличии внутреннего кровотечения?**

Выберите один ответ:

- 1. Цвет кожных покровов, уровень артериального давления, сознание**
2. Пульс, высокая температура, судороги.
3. Резкая боль, появление припухлости, потеря сознания

**6. Кто может оказывать первую помощь пострадавшему ребенку?**

Выберите один ответ:

- 1. только медицинский работник**
2. любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком
3. любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком, при наличии специальной подготовки и (или) навыков

**7. Разрешено ли давать пострадавшему лекарственные средства при оказании ему первой помощи?**

Выберите один ответ:

1. Разрешено
- 2. Запрещено**
3. Разрешено в случае крайней необходимости

**8. Куда накладывается кровоостанавливающий жгут на конечность при кровотечении?**

Выберите один ответ:

1. Непосредственно на рану.
2. Ниже раны на 4-6 см.
- 3. Выше раны на 4-6 см.**

**9. При открытом переломе конечностей, сопровождающимся артериальным кровотечением, оказание первой помощи начинается:**

Выберите один ответ:

1. С наложения импровизированной шины
- 2. С наложения жгута выше раны на месте перелома**
3. С наложения давящей повязки

### **ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТИРОВАНИЯ:**

За каждый правильный ответ даётся 1 балл. Уровень усвоения программы каждым учащимся определяется по следующим диапазонам:

- 44-55 баллов – высокий уровень;
- 27-43 балла – средний уровень;
- менее 26 баллов – низкий уровень.

### **Промежуточная аттестация учащихся**

**общеобразовательной общеразвивающей программы дополнительного образования «Зарничник»**

**2 год обучения**

**Тестирование**

**ФИО \_\_\_\_\_**

#### **Блок 1 «Воинские уставы»**

**1. Назовите устав, который регламентирует, общие права, обязанности и характер взаимоотношений военнослужащих, обязанности лиц полка и его подразделений, а так же правила внутреннего распорядка.**

1)Строевой устав.

2)Корабельный устав ВМФ РФ.

**3)Дисциплинарный устав ВС.**

4)Устав внутренней службы.

**2. Назовите важнейшие помещения , в которых размещаются военнослужащие срочной службы.**

1)Общежитие.

2)Квартира.

**3)Казарма.**

4)Спальное помещение.

**3. Назовите действие дежурного по роте в случае, если подразделение посетил начальник (от командира полка и выше).**

1)Немедленно доложить дежурному по полку.

2)Немедленно доложить дежурному по роте.

**3)Немедленно доложить старшине роты.**

**4. Приведите названия мест, в которых несёт службу дневальный по роте.**

1)Внутри казармы: в спальном помещении.

2)Внутри казармы: в бытовой комнате.

**3)Внутри казармы: у входной двери; в близи комнаты для хранения оружия.**

**5. Назовите снаряжение и вооружение дневального по роте.**

**1)Форма одежды №4 (головной убор, ремень) штык-нож.**

2)Форма одежды №4 (без головного убора, ремень) штык-нож.

3)Форма одежды №4 (в головном уборе, ремень) штык-нож, автомат Калашникова без боевых патронов.

**6. Назовите устав, который регламентирует порядок несения гарнизонной и караульной службы, обязанности должностных лиц караула.**

1). Дисциплинарный устав ВС.

2). Корабельный устав ВМФ РФ.

**3). Устав гарнизонной и караульной службы.**

4). Устав внутренней службы.

**7. Назовите должностное лицо, которое утверждает распорядок дня военной части.**

**1). Командир воинской части.**

2). Министр обороны.

3). Главком сухопутных войск.

**8. Назовите действие дневального по роте в случае, если подразделение посетил начальник (от командира роты и выше и дежурного по полку).**

1). Принять строевую стойку и отдать воинское приветствие.

**2). Принять строевую стойку, отдать воинское приветствие и подать**

**команду “Смирно” или “встать Смирно”!**

3). Вызвать дежурного по роте.

**9. Приведите названия мест, в которых несёт службу дневальный по роте.**

1). Внутри казармы: в спальном помещении.

2). Внутри казармы: в бытовой комнате.

**3). Внутри казармы: у входной двери; вблизи комнаты для хранения оружия.**

**10. Действия очередного дневального по роте: « Военнослужащий выносит из казармы, подушку и одеяло».**

1). Остановить и вернуть этого военнослужащего.

2). Остановить и вызвать старшину роты.

3). Позволить вынос.

**4). Вызвать дежурного по роте. Пример: “Дежурный по роте на выход”.**

**Блок 2 «Огневая подготовка»**

*Вариант 1*

1. Образование угла между направлением оси канала ствола до выстрела и ее направлением в момент вылета пули из канала ствола называется

---

2. Из предложенных вариантов названий основных частей и механизмов автомата выберите один:

а) газовая трубка со ствольной накладкой;

б) ствольная накладка с газовой трубкой;

в) газовая трубка.



3. Взятие мелкой мушки приводит к тому, что пули:

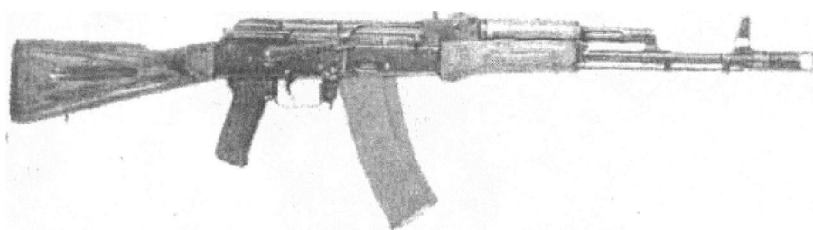
а) попадут в цель;

б) уйдут выше цели;

в) уйдут ниже цели.



4. Какую начальную скорость пули (м/сек.) имеет автомат изображенный на рисунке?



- a) 715
- б) 900
- в) 735

5. Радиус зоны эффективного поражения живой силы (м), гранаты, изображенной на рисунке, составляет:

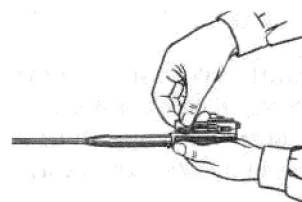
- a) 150
- б) 45
- в) 12



6. Скорость, с которой пуля покидает канал ствола (скорость движения пули у точки вылета) называется

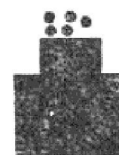
7. Какая из предложенных операций неполной разборки автомата изображена на рисунке?

- a) отделение затворной рамы от затвора.
- б) отделение затвора от затворной рамы;
- в) отделение затворной рамы и затвора;



8. При взятии какой мушки пули уйдут выше цели?

- a) мелкой;
- б) крупной.
- в) ровной;



9. Какую начальную скорость пули (м/сек.) имеет автомат изображенный на рисунке?

- a) 715
- б) 900
- в) 735



10. Радиус разлёта убойных осколков (м), гранаты, изображенной на рисунке, составляет:

- a) 25
- б) 150





в) 200

### Вариант 2

1. Кривая линия, которую описывает центр тяжести пули при полете в воздухе, называется \_\_\_\_\_.

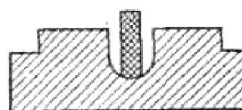
2. Из предложенных вариантов названий основных частей и механизмов автомата выберите один:

- а) рама для запирания канала ствола.
- б) газовый поршень;
- в) затворная рама с газовым поршнем;



3. Взятие крупной мушки приводит к тому, что пули:

- а) попадут в цель;
- б) уйдут выше цели;
- в) уйдут ниже цели



4. Прицельная дальность стрельбы (м) автомата, изображенного на рисунке составляет?

- а) 1000
- б) 500
- в) 800



5. Радиус разлёта убойных осколков (м), гранаты, изображенной на рисунке, составляет:

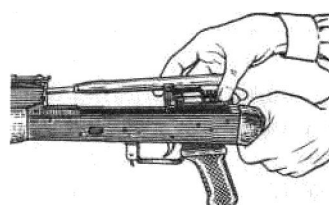
- а) 5
- б) 25
- в) 150



6. Движение оружия (ствола) назад во время выстрела называется

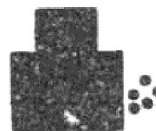
7. Какая из предложенных операций неполной разборки автомата изображена на рисунке?

- а) отделение затвора.
- б) отделение затвора от затворной рамы;
- в) отделение затворной рамы с затвором;



8. При взятии какой мушки пули уйдут вправо от цели?

- а) придержанной в право;
- б) придержанной в лево;
- в) ровной.



9. Какую массу (кг) имеет автомат изображенный на рисунке?

- а) 3,3
- б) 3,07
- в) 2,49



10. Радиус зоны эффективного поражения живой силы (м) гранаты, изображенной на рисунке, составляет:

- а) 24
- б) 8
- в) 12



### **Блок 3 Дорожная безопасность**

1. Кто имеет преимущество на проезжей части вне пешеходного перехода
2. Какой стороны должны придерживаться пешеходы при движении по тротуару
3. Имеет ли преимущество при движении на проезжей части водитель ТС в жилой зоне
4. Кто приравнивается к пешеходам
5. Разрешено ли переходить проезжую часть дороги при отсутствии в пределах видимости перекрёстка?
6. По какой стороне дороге должен двигаться пешеход вне населённого пункта по обочине?
7. Какие меры безопасности необходимо предпринять пешеходам,двигающимся в
8. Разрешено ли переходить проезжую часть, если перед перекрёстком установлен дорожный знак (знак 3.1, «движение запрещено»)
9. О чём информируют дорожные знаки (знак 6.6 и 6.7, знаки представлены)
10. При отсутствии пешеходного светофора должен ли пешеход руководствоваться сигналами транспортного светофора

11. Какие вы знаете способы регулирования дорожного движения
12. Какая организация следит за выполнением требований Правил дорожного движения участниками дорожного движения
13. Какие вы знаете виды светофоров
14. Какая максимальная скорость разрешена в населённых пунктах России (исключения не учитывать)
15. Какая максимальная скорость установлена для движения в жилой зоне
16. Может ли быть регулировщиком дорожного движения водитель автомобиля
17. Влияет ли дорожное покрытие на безопасность участников дорожного движения, (обоснуйте ответ)
18. Обязан ли пешеход уступать каким-либо автомобилям, двигаясь по пешеходному переходу?
19. Должен ли трамвай уступать дорогу пешеходу, двигающемуся по пешеходному переходу по разрешающему сигналу светофора
20. Разрешено ли движение на велосипедах по проезжей части.

### **ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТИРОВАНИЯ:**

За каждый правильный ответ даётся 1 балл. Уровень усвоения программы каждым учащимся определяется по следующим диапазонам:

- 32-40 баллов – высокий уровень;
- 20-31 балла – средний уровень;
- менее 19 баллов – низкий уровень.

## **VII.**

## **Список литературы**

### **Литература педагога для реализации программы**

1. Актуальные проблемы образования и воспитания: интеграция теории и практики : материалы Национальной контент-платформы (г. Мичуринск, 12 декабря 2019 г.) / под общей редакцией Г. В. Коротковой. — Воронеж : Издательство Мичуринского ГАУ, 2019. — 320 с. — ISBN 978-5-94664-413-6. — URL: <https://e.lanbook.com/book/157834>
2. Вырщиков, А. Н. Теоретические основы воспитания и социализации в современной школе : монография / А. Н. Вырщиков, И. А. Соловцова, Л. И. Столярчук. — Волгоград : Научное издательство ВГСПУ «Перемена», 2018. — 168 с. — ISBN 978-5-9935-0385-1. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/84394>
3. Духовно-нравственное и патриотическое воспитание молодежи : сборник научных статей по итогам Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 75-летию Победы в Великой Отечественной войне / главный редактор Л. П. Кураков. — Чебоксары : ЧГИКИ, 2020. — 376 с. — ISBN 978-5-9903572-0-4. — URL: <https://e.lanbook.com/book/165927>
4. Сиволобова, Н. А. Гражданско-патриотическое воспитание учащейся молодежи: опыт и инновации : монография / Н. А. Сиволобова. — Ставрополь : СГПИ, 2017. — 136 с. — ISBN 978-5-9500789-9-6. — URL: <https://e.lanbook.com/book/117691>
5. Юров, И. А. Формирование гражданских и патриотических ценностных ориентаций у молодежи : монография / И. А. Юров. — Москва : Русайнс, 2020. — 132 с. — ISBN 978-5-4365-5976-6. — URL: <https://www.book.ru/book/939529>
6. Ворожейкина, Н. И. Мемориальные сооружения как память о Великой Отечественной войне / Н. И. Ворожейкина. — Текст : непосредственный // Преподавание истории и обществознания в школе. — 2020. — № 4. — С. 13-16 : фот. — ISSN 2074-4935.
7. Вяземский, Е. Е. Календарь образовательных событий как педагогический инструмент формирования исторической памяти российских школьников / Е. Е. Вяземский, О. Ю. Стрелова. — Текст : непосредственный // Преподавание истории и обществознания в школе. — 2020. — № 5. — С. 44-54. — ISSN 2074-4935.

8. Гусакова, В. О выборе пути защитника Отечества, духовной стойкости перед вызовами времени и соблазнами общества потребления, готовности к воинской службе / В. Гусакова. – Текст : непосредственный // Воспитание школьников. – 2020. – № 6. – С. 51-56. – ISSN 0130-0776.
9. Кунин, А. Воспитать патриота. Внеурочная деятельность в ОБЖ / А. Кунин. – Текст : непосредственный // Основы безопасности жизнедеятельности. – 2019. – № 1. – ISSN 0868-488X.
10. Лутовинов, В. И. Военно-патриотическое воспитание молодежи: новые вызовы, требования и направления развития / В. И. Лутовинов. – Текст : непосредственный // Воспитание школьников. – 2019. – № 8. – С. 3-10. – ISSN 0130-0776.
11. Метелев, А. П. Методические рекомендации по организации и проведению тематических уроков (занятий) о добровольчестве и волонтерстве в образовательных организациях : опубликованы Минпросвещения РФ 12 марта 2020 г. / А. П. Метелев, А. С. Федоров, А. В. Губина ; подготовлены Ассоциацией волонтерских центров. – Текст : непосредственный // Вестник образования России. – 2020. – № 8.
12. Прищепа, М. А. Интеграция патриотического и физического воспитания молодежи как важный фактор формирования личности / М. А. Прищепа. – Текст : непосредственный // Физическая культура в школе. – 2020. – № 6. – С. 25-27. – ISSN 0130-5581.
13. Семенов, Н. Г. Юнармия как тренд, проект и пример служения Отечеству / Н. Г. Семенов. – Текст : непосредственный // Школьные технологии. – 2019. – № 6. – ISSN 2220-2641.
14. Шумовский, О. И. Интерактивная карта как средство формирования исторических знаний о Великой Отечественной войне / О. И. Шумовский. – Текст : непосредственный // Информатика в школе. – 2019. – № 4. – С. 43-46 : фот. – ISSN 2221-1993.

#### **Литература для обучающихся и родителей**

1. «Патриоты Отечества» Ежемесячный общероссийский журнал 2008-2011г.г.
2. «Воинское братство». Патриотический журнал для военнослужащих, ветеранов и членов их семей, 2008г.