

Министерство образования и науки Челябинской области
Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом учащейся молодежи «Магнит»

Программа принята на
Педагогическом совете
протокол № 1 от 26.08.2019



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБУДО ДУМ «Магнит»
Л.А. Летучева

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Кружок «Основы безопасности жизни»
(наименование программы)

Направленность: туристско-краеведческая
(наименование направленности программы)

Срок освоения программы: 1 года
Возрастная категория учащихся: 16-18 лет

Автор-составитель: Спицын
Валерий Анатольевич, педагог
дополнительного образования,
высшая квалификационная
категория

г. Магнитогорск, 2019 г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Нормативная база:

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана с учетом Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»; Указа Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (Задача № 5 (б) абзац 2); Концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р); Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»; Приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Письма Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»; Письма Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

В основе концептуальной части программы «Основы безопасности жизни» лежит Федеральный закон «О днях воинской славы и памятных датах России» (от 13 марта 1995 года № 32-ФЗ), Постановление Правительства РФ от 30 декабря 2015 г. № 1493 «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы», Письмо Минобрнауки РФ от 10.05.2001 № 22-06-626 «Об официальных ритуалах в общеобразовательных учреждениях, связанных с применением государственных символов Российской Федерации».

Направленность (профиль) программы - туристско-краеведческая.

Актуальность. Патриотическое воспитание и формирование российской идентичности является одной из ключевых задач обновления воспитательного процесса, обозначенной в государственных стратегических документах. В связи с этим программа «Основы безопасности жизни» актуальна созданием системы комплекса мер по военно-патриотическому воспитанию в рамках объединения туристско-краеведческой направленности. Реализация программы предусматривает мероприятия по формированию у детей и молодежи российской гражданской идентичности, патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, развитие уважения к Отечественной истории и символике, ответственности за будущее России.

Педагогическая целесообразность. Данная программа реализуется в целях подготовки подростков к военной службе, поднятия престижа Российской Армии.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что в ней содержание программы интегрирует знания по технике безопасности жизнедеятельности с физической подготовкой, огневой подготовкой, строевой подготовкой, тактической подготовкой, противопожарной подготовкой, медицинской подготовкой, общевоинскими уставам и военному этикету.

Адресаты программы – обучающиеся учреждений СПО 16-18 лет.

Форма обучения – очная.

Срок освоения программы и объем программы: 1 год.

1 год обучения - 216 часов.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 ак. часа (ак. час – 45 мин.)

1.2 Цель и задачи программы

Цель - совершенствование гражданского и патриотического воспитания подростков и повышение престижа службы в Российских Вооруженных Силах.

Задачи:

Образовательные:

- получение знаний, умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности, физической, огневой и строевой подготовки, а также знаний в области истории боевых традиций.
- закрепление знаний, полученных в процессе обучения в общеобразовательных учреждениях.

Воспитательные:

- воспитание готовности к достойному и самоотверженному служению обществу и государству, к выполнению обязанностей по защите Отечества;

Развивающие:

- развитие физических, духовных и нравственных качеств личности, формирование здорового образа жизни;

Здоровьесохранивающие (здоровьеразвивающие):

- укрепление здоровья, военно-патриотическое воспитание молодёжи, комплексная подготовка юношей к службе в Вооруженных силах России.

1.3 Учебный (тематический) план

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1. Введение в программу	2	2	-	
1.1	Основы знаний. Техника безопасности.	2	1,5	0,5	Беседа. Фронтальный опрос.
2	Раздел 2. Исторические и боевые традиции Отечества.	18	16,5	1,5	-
2.1	Государственная и военная символика. Символы воинской чести.	2	1,5	0,5	Беседа, педагогическое наблюдение
2.2	Назначение Вооруженных Сил РФ. Общевоинские уставы.	6	6	-	Беседа, педагогическое наблюдение
2.3	Дни воинской славы и памятные даты России.	8	7,5	0,5	Беседа, педагогическое наблюдение
2.4	Основные битвы ВОВ, города – герои ВОВ.	2	1,5	0,5	Беседа, педагогическое наблюдение
3	Раздел 3. Физическая подготовка	50	3	32	-
3.1	Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость.	6	-	6	Выполнение упражнений.
3.2	Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.	10	1	9	Выполнение упражнений.
3.3	Круговая тренировка общефизической направленности: развитие силы, выносливости, повышенной интенсивности, быстроты, ловкости	34	2	32	Выполнение упражнений.
4	Раздел 4. Основы безопасности жизнедеятельности.	22	20	2	-
4.1	Безопасность и защита человека в ЧС	6	6	-	Беседа, педагогическое наблюдение
4.2	ЧС локального характера в природе и безопасность.	6	6	-	Беседа, педагогическое наблюдение
4.3	Гражданская оборона.	6	6	-	Беседа, педагогическое наблюдение

4.4	Противопожарная безопасность.	4	2	2	Беседа, педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
Промежуточная аттестация		4	2	2	Устный опрос. Выполнение контрольных упражнений
5	Раздел 5. Медицинская подготовка	12	8	4	-
5.1	Первая медицинская помощь при различных видах травм.	10	6	4	Беседа, педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6	Раздел 6. Огневая подготовка	50	10	40	-
6.1	Знакомство со стрелковым оружием. Автомат Калашникова.	50	10	40	Беседа, педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
7	Раздел 7. Строевая подготовка	44	10	34	-
7.1	Строевые приемы и движение.	44	10	34	Беседа, педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
8	Раздел 8. Тактическая подготовка	6	2	4	-
8.1	Основы общевойскового боя. Вооружение и боевая техника. Действия солдата в бою.	6	2	4	Беседа, педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
Промежуточная аттестация		2	1	1	Выполнение тестовых заданий. Выполнение практического задания
Итоговая аттестация		6	-	6	Соревнования
Итого:		216	74,5	141,5	

1.4 Содержание программы

Раздел 1. Введение в программу.

Тема 1. Основы знаний.

Теория: Техника безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке. Военный этикет и культура внешности.

Практика: Определение начальных знаний.

Раздел 2. Исторические и боевые традиции Отечества.

Тема 1. Государственная и военная символика. Символы воинской чести.

Теория: История развития официальных воинских символов. Герб. Флаг. Гимн. Квалификационные знаки военнослужащих Вооруженных Сил РФ. Знаки отличия Минобороны России.

Практика: Перечисление государственной и военной символики.

Тема 2. Вооруженные Силы РФ. Общевоинские уставы.

Теория: Назначение и организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск. Руководство и управление Вооруженными Силами. Общевоинские уставы – нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих, их предназначение и основные положения.

Практика: Не предусмотрена учебным планом.

Тема 3. Дни воинской славы и памятные даты России.

Теория: Федеральный закон «О днях воинской славы и памятных датах России» от 13.03.1995 N 32-ФЗ. Беседы о Днях воинской славы и памятных датах России.

Практика: Перечисление дней воинской славы.

Тема 4. Основные сражения ВОВ, города – герои ВОВ.

Теория: Пять главных сражений Великой Отечественной.

Практика: Перечисление сражений ВОВ: Московская битва, Сталинградская битва, Курская битва, Белорусская операция, Берлинская операция и города – герои ВОВ.

Раздел 3. Физическая подготовка.

Тема 1. Определение уровня физических качеств: сила, скоростная сила, выносливость, ловкость, силовая выносливость.

Теория: Не предусмотрена учебным планом.

Практика: Общая физическая подготовка: выполнение силовых упражнений на гимнастических снарядах – подтягивание, подъем переворотом, поднимание ног к перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях; в прыжках – прыжок через козла в длину; на силовых тренажерах; с тяжестями; в лазанье. Тренировка в беге на 100 м и 1 км.

Тема 2. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах, оценка величины отягощения.

Теория: Изучение общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий по элементам. Изучение техники метания гранат с места и в движении. Изучение техники движений со снарядами и на тренажерах.

Практика: Разучивание и тренировка в выполнении комплекса вольных упражнений, положений наскока и соскока со снаряда и действий у снарядов, упражнений на гимнастической скамейке, стенке, тренажерах, в лазанье по канату (шесту), с тяжестями. Преодоление препятствий. Тренировка в метании гранат на точность и дальность.

Тема 3. Круговая тренировка общефизической направленности: развитие силы, выносливости, повышенной интенсивности, быстроты, ловкости.

Теория: Правила выполнения упражнений. Начальное обучение технике бега. Техника безопасности.

Практика: Выполнение упражнений на развитие силы, выносливости, повышенной интенсивности, быстроты, ловкости. Техника бега на короткие дистанции, старт, финиш. Техника бега на средние и длинные дистанции.

Сила:

1. Из седа руки сзади поднимание ног в угол с последующим и.п.
2. Из упора лежа на полу отжимание, сгибая и разгибая руки.
3. Из основной стойки приседания с выносом рук с гантелями вперед и вставать на носки, отведя руки назад.
4. Лазанье по канату (в три приема).
5. Прыжки вверх из исходного положения упор присев.
6. Лежа на животе, руки за головой, поднимание и опускание туловища, прогибая спину.
7. Лежа на спине, сгибание и разгибание ног и туловища с захватом руками голени.
8. Прыжки через скакалку с вращением вперед.

Быстрота:

1. И.п.: партнеры стоят лицом друг к другу на расстоянии 3 м. Выполнение: быстрая передача и ловля мяча на месте.
2. И.п.: наклон вперед, руки в стороны, ноги на ширине плеч. Выполнение: вращение прямых рук в вертикальной плоскости с фиксацией прямой головы.
3. И.п.: высокий старт. Выполнение: челночный бег с ускорением 10 м.
4. И.п.: лежа на животе проползание по-пластунски под препятствием (высота ворот 30–40 см) с максимальной скоростью.
5. И.п.: упор присев. Выполнение: в быстром темпе выпрыгивание вверх со взмахом рук.
6. И.п.: высокий старт. Выполнение: бег с максимальной скоростью по кругу на расстояние от 100 до 120 м.

Выносливость:

1. И.п.: стоя боком к гимнастической стенке на одной ноге, держаться одновременно рукой за рейку. Выполнение: приседание на одной ноге, вынося другую вперед.
2. И.п.: упор лежа. Выполнение: сгибание и разгибание рук.
3. И.п.: стоя лицом к скамейке, одна нога на скамейке. Выполнение: выпрыгивание вверх со сменой ног.
4. Лазанье по канату с помощью рук и ног.
5. И.п.: вис на перекладине. Выполнение: удержание прямых ног под углом 90°.
6. Вис на перекладине, согнув руки.

Организация «круговой тренировки» на уроках физической культуры

Ловкость:

1. Метание малого мяча в цель.
2. Ходьба в полном приседе по гимнастической скамейке.
3. Ведение баскетбольного мяча с обводкой стоек.
4. И.п.: стойка на одной ноге, другая отведена назад хватом за низкую перекладину. Выполнение: движение вперед под перекладиной в низком приседе с прямыми руками и переходом в вис прогнувшись.
5. Ходьба по гимнастической скамейке с грузом на голове (мешочек с песком).
6. Игра «Бой петухов». Партнеры прыгают на одной ноге, руки за спиной, пытаются вытолкнуть друг друга за круг (радиус круга 2 м).

Раздел 4. Основы безопасности жизнедеятельности.

Тема 1. Безопасность и защита человека в ЧС.

Теория: Классификация и общая характеристика чрезвычайных ситуаций. Правовая основа, государственная система и основные способы обеспечения безопасности жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях (ЧС). Правила безопасного поведения и действия населения в чрезвычайных ситуациях. Современные боевые средства и их поражающие факторы. Способы защиты населения.

Практика: Не предусмотрена учебным планом.

Тема 2. ЧС локального характера в природе и безопасность.

Теория: Классификация природных чрезвычайных ситуаций. Классификация природных чрезвычайных ситуаций. Правила безопасного поведения и действия в чрезвычайных ситуациях локального характера. Виды противогазов, маркировка, назначение, особенности, правила использования.

Практика: Не предусмотрена учебным планом.

Тема 3. Гражданская оборона.

Теория: Защитные сооружения гражданской обороны (убежища). Их назначение и устройство. Правила поведения людей в убежищах. Эвакуация населения.

Практика: Не предусмотрена учебным планом.

Тема 4. Противопожарная безопасность.

Теория: Основные способы и приемы тушения пожаров. Правила пожарной безопасности. Средства пожаротушения и ручной пожарный инструмент, назначение и порядок их применения. Порядок оповещения при пожаре. Сбор по пожарной тревоге.

Практика: Действия при тушении пожаров огнетушителями, песком, водой из ведер и ручным пожарным инвентарем.

Раздел 5. Медицинская подготовка

Тема 1: Первая медицинская помощь при различных видах травм.

Теория: Гигиена. Выполнение правил гигиены в полевых условиях. Предупреждение инфекционных заболеваний. Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Виды кровотечений. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения. Оказания первой медицинской помощи в природных условиях (ссадины, порезы, укусы животных; вывихи переломы, обморожения; первая помощь утопающему). Табельные средства индивидуального медицинского оснащения личного состава: аптечка индивидуальная (АИ-1М и АИР-3), аптечка войсковая (АВ), пакет перевязочный индивидуальный (ППИ и АВ-3), пакет противохимический индивидуальный (ИПП-10 и ИПП-11). Предназначение, порядок и правила пользования.

Практика: Наложение повязок при различных ранениях: в голову, грудную клетку, верхние и нижние конечности.

Раздел 6. Огневая подготовка.

Тема 1. Знакомство со стрелковым оружием. Автомат Калашникова.

Теория: Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами. Знакомство с правилами прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки.

Практика: Разборка и сборка АКМ-74. Практическая стрельба из разных видов оружия.

Раздел 7. Строевая подготовка.

Тема 1. Строевые приемы и движение.

Теория: Строи, команды и обязанности солдата перед построением и в строю. Повороты на месте.

Практика: Выполнение команд: «Становись», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы – снять (надеть)». Строевая стойка. Повороты на месте. Строевой и походный шаг. Повороты в движении, движение строевым шагом. Тренировка в выполнении строевых приемов без оружия и с оружием.

Раздел 8. Тактическая подготовка.

Тема 1. Основы общевойскового боя. Вооружение и боевая техника. Действия солдата в бою.

Теория: Виды боевых действий и характеристика современного общевойскового боя. Удары, огонь и маневр, виды огня и маневра. Значение ядерного, высокоточного и зажигательного оружия в бою. Ознакомление с назначением и боевыми свойствами вооружения и боевой техники мотострелкового полка.

Практика: Передвижение на поле боя: выбор укрытия, путей движения и способов передвижения (в рост, пригнувшись, перебежками и переползанием).

1.5 Планируемые результаты:

К окончанию 1 года обучения учащиеся должны:

знать:

- технику безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке;
- материальную часть автомата Калашникова;
- назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова;
- специфику физической подготовки;
- последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74;
- меры безопасности при обращении с автоматом и патронами;
- правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки;
- государственную и военную символику;
- дни воинской славы России;
- структуру Вооруженных Сил Российской Федерации;
- историю, символы и геральдику Челябинской области;
- символы воинской чести;
- правила оказания первой помощи при различных видах травм;
- правила безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях;
- опасные природные факторы и защиту от их влияния;
- современные средства поражения;
- мероприятия ГО по защите населения;
- средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;
- приборы радиационной и химической разведки и правила пользования ими;

уметь:

- технику безопасности на занятиях по физической, стрелковой, строевой подготовке;
- материальную часть автомата Калашникова;
- назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата Калашникова;
- специфику физической подготовки;

- последовательность неполной разборки и сборки АКМ-74;
- меры безопасности при обращении с автоматом и патронами;
- правила прицеливания и стрельбы из пневматической винтовки;
- государственную и военную символику;
- дни воинской славы России;
- структуру Вооруженных Сил Российской Федерации;
- историю, символы и геральдику Челябинской области;
- символы воинской чести;
- правила оказания первой медицинской помощи при различных видах травм;
- правила безопасного поведения у водоемов, при пожаре, в природных экстремальных ситуациях;
- опасные природные факторы и защиту от их влияния;
- современные средства поражения;
- мероприятия ГО по защите населения;
- средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;
- приборы радиационной и химической разведки и правила пользования ими.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК на 2019-2020 уч.год
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Основы безопасности жизни"

год обучения	сентябрь			октябрь			ноябрь			декабрь			январь			февраль			март			апрель			май			июнь			июль			август			Всего учебных недель/часов	Всего часов по программе																				
	01.09-08.09	09.09-15.09	16.09-22.09	23.09-29.09	30.09-06.10	07.10-13.10	14.10-20.10	21.10-27.10	28.10-03.11	04.11-10.11	11.11-17.11	18.11-24.11	25.11-01.12	02.12-08.12	09.12-15.12	16.12-22.12	23.12-29.12	30.12-05.01	06.01-12.01	13.01-19.01	20.01-26.01	27.01-02.02	03.02-09.02	10.02-16.02	17.02-23.02	24.02-01.03	02.03-08.03	09.03-15.03	16.03-22.03	23.03-29.03	30.03-05.04	06.04-12.04	13.04-19.04	20.04-26.04	27.04-03.05	04.05-10.05		11.05-17.05	18.05-24.05	25.05-31.05	01.06-07.06	08.06-14.06	15.06-21.06	22.06-28.06	29.06-05.07	06.07-12.07	13.07-19.07	20.07-26.07	27.07-02.08	03.08-09.08	10.08-16.08	17.08-23.08	24.08-31.08	теория	практика			
1	календарные недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52					
	учебные недели		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																							37	
	часы		6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	2	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	216	74,5	141,5

- набор учащихся, формирование групп
- промежуточная аттестация
- каникулярный период
- учебные занятия по расписанию
- итоговая аттестация
- Праздничные дни - согласно производственному календарю.

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

1. В летнее время - стадион или площадка с беговой дорожкой, местами для прыжков и метаний. В зимнее время - спортивный зал, где должны быть места для бега, прыжков и метаний (маты для приземления, сетка для метания снарядов, резиновые дорожки для бега).
2. Мячи: резиновые, набивные, волейбольные, футбольные.
3. Гантели — 2—10 кг.
4. Мешки с песком — 10—15 кг.
5. Утяжеленные пояса — 3 — 6 кг.
6. Манжеты — 0,5 — 2 кг.
7. Гири — 8 — 32 кг.
8. Штанги.
9. Эспандеры.
10. Скакалки.
11. Скамейки.
12. Компас.
13. Бинт марлевый 10x15.
14. Вата нестерильная.
15. Жгут кровоостанавливающий резиновый.
16. Индивидуальный перевязочный пакет.
17. Повязка малая стерильная.
18. Противогаз.
19. Общезащитный комплект.
20. Респиратор.
21. Аптечка индивидуальная (АИ-2).
22. Носилки санитарные.
23. Противопыльные тканевые маски.
24. Ватно-марлевая повязка.
25. Сборно-разборный макет автомата Калашникова.
26. Ноутбук.
27. Свистки.

Информационное обеспечение:

Обучающиеся ГБУДО ДУМ «Магнит» с компьютеров учреждения (в т.ч. в сопровождении педагога), а также из дома могут бесплатно оформить Виртуальный читательский билет (Виртуальный абонемент) в Челябинской областной универсальной научной библиотеке (ЧОУНБ): <http://chelreglib.ru/ru/pages/readers/services/virtabonement/> (ссылка на прохождение удалённой регистрации). После регистрации в ЧОУНБ обучающийся получает бесплатный доступ к следующим электронным библиотечным системам: Электронная библиотека ЛитРес, Электронная библиотечная система Лань, Библиотека Global F5, Электронная библиотечная система IPRbooks, Библиотека периодических изданий EastView, Библиотека Нон-фикшн, База данных Polpred, Электронная библиотечная система Университетская библиотека онлайн, Электронная библиотечная система VOOK.ru, Электронная библиотечная система Юрайт, Электронная библиотечная система Znanium.com.

ГБУДО ДУМ «Магнит» для работы с электронными ресурсами предоставляет обучающимся компьютерный класс (каб.№ 23) и выход в интернет.

1. Энциклопедия безопасности. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.opasno.net/>
2. Ордена и медали России. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rusorden.ru/>

3. Что такое хорошо, а что такое плохо или краткий экскурс в международное военное право. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://armyrus.ru/>
4. Воинские звания и знаки различия. Военная форма одежды. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/849929>
5. Военно-учебные заведения Вооруженных сил РФ. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vuz.mil.ru/Vysshie-uchebnye-zavedeniya>
6. Чс локального характера в природе, факторы, определяющие продолжительность и успех автономного выживания. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://studopedia.net/9_45412_chs-lokalnogo-haraktera-v-prirode-faktori-opredelyayushchie-prodolzhitelnost-i-uspeh-avtonomnogo-vizhivaniya.html
7. Сборник официальных государственных и воинских символов Российской Федерации. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://heraldry.mil.ru/heraldry/symbolics.htm>

Учебные плакаты:

- по изучению устройства и взаимодействия частей АК, ПМ и пневматической винтовки;
- поисково-спасательные работы;
- транспортировка пострадавшего;
- первая медицинская помощь;
- укладка рюкзака;
- спортивная карта;
- ориентирование в походе;
- топографические условные знаки.

Условные знаки топографических карт и карт для спортивного ориентирования.

Образцы туристического снаряжения (личного и группового).

Кадровое обеспечение:

Педагог дополнительного образования Спицын Валерий Анатольевич.

Высшее образование «Магнитогорский государственный педагогический институт» по специальности «Технология и предпринимательство», 1998 г.

Курсы повышения квалификации: ГБУ ДПО «ЧИРПО» «Теория и методика преподавания ОБЖ» с 26.01.2016 по 02.06.2017 диплом №912 от 02.06.17г., Челябинск.

2.3 Формы аттестации учащихся

Беседа. Фронтальный опрос. Выполнение упражнений. Устный опрос.

Формы промежуточного контроля:

- устный опрос
- выполнение контрольных упражнений
- выполнение контрольных упражнений.

Формы итогового контроля:

- соревнование.

2.4 Оценочные материалы

Целью промежуточной аттестации является: проверка соответствия общей физической подготовки обучающихся требованиям настоящей программы; диагностика уровня освоения образовательной программы обучающимися.

Основными критериями оценки являются: регулярность посещения занятий, положительная динамика развития физических качеств занимающихся, уровень освоения теоретических и умений по основам физической подготовки.

Промежуточная аттестация 1-го полугодия:

Контроль уровня знаний по теоретической подготовке по окончании 1-го полугодия проводится в форме **устного опроса**. Опрос происходит в форме беседы с группой по основным темам, изучаемым в 1-м полугодии. Учащимся задаются вопросы, на которые они должны дать краткий поясняющий ответ.

Примерные вопросы для устного опроса:

Какие основополагающие положения по обороне государства

1. включены в Федеральный закон «Об обороне»?
2. Что понимается под обороной государства?
3. Чем является и как организуется и осуществляется оборона государства?
4. государства?
5. Что создаётся и устанавливается в государстве для его обороны?
6. Какие силы могут привлекаться для обороны государства?
7. Назовите чрезвычайные ситуации, непосредственно угрожающие жизни, здоровью и благополучию населения.
8. Дайте определение понятию «чрезвычайная ситуация».
9. Какие проблемы современного мира лежат в основе большинства ЧС?
10. Какие специфические особенности имеет каждая ЧС?
11. Что положено в основу классификации ЧС (утверждено правительством Российской Федерации Постановлением № 1094 от 13.09.96.)?
12. Приведите показатели, определяющие классификационные признаки ЧС.
13. Как подразделяются ЧС?
14. Назовите пять основных групп ЧС.
15. Дайте характеристику первой группе.
16. Дайте характеристику второй группе.
17. Дайте характеристику третьей группе.
18. Дайте характеристику четвёртой группе.
19. Дайте характеристику пятой группе.
20. Назовите, чем обуславливаются последствия чрезвычайных ситуаций и их основные виды?
21. Назовите правовые документы, являющиеся основой защиты населения Российской Федерации от последствий ЧС.
22. Для чего создана РСЧС? (расшифровать аббревиатуру)
23. Какие органы государственной власти она объединяет?
24. Что за подсистемы создаются на всех объектах народного хозяйства независимо от форм собственности для защиты населения в ЧС?
25. За счёт чего достигается эффективность защиты населения в ЧС?
26. Назовите три основных способа защиты жизнедеятельности работающих и населения в случае возникновения ЧС?
27. Изложите основные правила безопасного поведения и действий населения при:
 - 1) стихийных бедствиях;
 - 2) радиационной опасности;
 - 3) химической опасности;
 - 4) эпидемиологической опасности;
 - 5) пожарной опасности;
 - 6) экологической опасности.
28. Как подразделяется всё оружие в настоящее время?
29. Назовите современные виды оружия, основанного на новых физических принципах.
30. Дайте характеристику ядерному оружию.
31. Что включает в себя понятие «ядерное оружие»?
32. В каких средах осуществляются ядерные взрывы?
33. Назовите пять поражающих факторов ядерного взрыва.

35. Дайте краткую характеристику химическому оружию.
36. В каком состоянии находятся ОВ в момент их боевого применения?
37. Что такое ОХП и чем он характерен?
38. Как подразделяются ОВ по воздействию на организм человека? (шесть позиций).
39. Что такое бактериологическое оружие и принцип его применения?
40. Назовите с помощью каких микроорганизмов предаётся заражение?
41. Назовите признаки применяемого бактериологического
42. (биологического) оружия (пять позиций).
43. Назовите медицинские средства защиты населения от
44. бактериологического оружия.
45. От каких поражающих факторов защищают убежища?
46. Как подразделяются убежища:
47. Из чего состоят убежища?
48. Что применяются в убежищах? Расшифруйте, что такое «ФВУ»?
49. Какие системы оборудуются в убежищах?
50. Нормы площади на одного укрываемого в убежище.
51. Какими средствами оснащается каждое убежище?
52. Назовите комплекс мероприятий для приведения защитных
53. сооружений в готовность.
54. Назовите порядок заполнения убежищ укрываемыми и пребывания в них.
55. Обязанности укрываемых в убежищах.
56. Что запрещается укрываемым в убежищах?
57. Организация и проведение спасательных работ при поражении убежищ.
58. Что представляют из себя противорадиационные укрытия?
59. Что представляют из себя простейшие укрытия?
60. Перечислите защитные свойства местности.
61. Что предшествует эвакуации населения что надо перед ней сделать населению?
62. Что берется с собой эвакуируемыми?
63. Что получается эвакуируемыми в дорогу?
64. Каким образом происходит сама эвакуация населения?
65. На что необходимо обращать внимание в период движения эвакуируемых?
66. Какая ответственность устанавливается для должностных лиц и граждан, виновных в невыполнении законодательства Российской Федерации в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций?
67. Перечислите основные задачи гражданской обороны.
68. Охарактеризуйте территориальный и производственный принципы организации гражданской обороны в нашей стране.
69. Кто осуществляет общее руководство гражданской обороной в нашей стране?
70. Что входит в состав сил гражданской обороны?
71. Для чего, по вашему мнению, создаются гражданские организации и формирования гражданской обороны?

Критерии оценки:

Критерий	Оценка
Обучающийся продемонстрировал понимание более половины обсуждаемых вопросов, умеет аргументировать свой ответ и использует терминологию	«Зачёт»
Обучающийся продемонстрировал непонимание значительной части обсуждаемых вопросов, не умеет аргументировать свой ответ, не использует и не понимает терминологию	«Незачёт»

Контроль практической подготовленности по окончании 1-го полугодия основывается на проверке **выполнения контрольных упражнений** в формате сдачи контрольных нормативов по физической подготовке. В ходе упражнений производится оценка уровня развития скоростных и координационных способностей.

Оценивание происходит по четырёхбалльной шкале.

Критерии оценки:

№ п/п	Контрольный норматив	Критерий	Оценка
1.	Челночный бег 10x10	28 секунд	«5» (отлично)
		29 секунд	«4» (хорошо)
		30 секунд	«3» (удовлетворительно)
		31 и более секунд	«2» (неудовлетворительно)
2.	Прыжок в длину	201-210 см	«5» (отлично)
		191-200 см	«4» (хорошо)
		181-190 см	«3» (удовлетворительно)
		180 см и менее	«2» (неудовлетворительно)
3.	Прыжки через скакалку в течение 1 минуты ¹	101-110 прыжков	«5» (отлично)
		91-100 прыжков	«4» (хорошо)
		81-90 прыжков	«3» (удовлетворительно)
		80 менее прыжков	«2» (неудовлетворительно)
4.	Бег 100 метров ²	14,5-14,0 секунд	«5» (отлично)
		15,3-14,6 секунд	«4» (хорошо)
		16,3-15,4 секунд	«3» (удовлетворительно)
		16,4 и более секунд	«2» (неудовлетворительно)

Результирующая оценка по практическому заданию формируется как среднее арифметическое оценок за все задания. Результат «округляется» в пользу обучающегося.

Общая итоговая оценка промежуточной аттестации за полугодие формируется как среднее арифметическое оценок за выполнение теоретического и практического заданий. Результат «округляется» в пользу обучающегося.

Результат теоретического задания (устного проса)	Результат практического задания (выполнения контрольных нормативов)	Итоговая оценка за выполнение теоретического и практического заданий
«Зачёт»	«5» (отлично)	«Зачёт»
	«4» (хорошо)	«Зачёт»
	«3» (удовлетворительно)	«Зачёт»

¹ Исходное положение – скакалка сзади. Критерием служит максимальное количество прыжков.

² Тестирование проводится на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Разрешается одна попытка. После 10-15 минутной разминки дается старт. Критерием, служит минимальное время.

	«2» (неудовлетворительно)	«Зачёт»
«Незачёт»	«5» (отлично)	«Зачёт»
	«4» (хорошо)	«Зачёт»
	«3» (удовлетворительно)	«Зачёт»
	«2» (неудовлетворительно)	«Незачёт»

Промежуточная аттестация 2-го полугодия:

В каждом вопросе из предложенных вариантов ответов выбрать **один или несколько вариантов**, который, по вашему мнению, является полным и верным.

Вопросы теста:

1. Область медицины, изучающая влияние условий жизни, труда на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики различных заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, сохранения здоровья и продления жизни называется
 - a) санитария
 - b) гигиена**
 - c) асептика
 - d) антисептика
2. Заведомое создание ситуации, опасной для другого лица заражением ВИЧ – инфекцией, может наказываться лишением свободы на срок
 - a) до 3 лет
 - b) до 1 года**
 - c) от 1 до 5 лет
 - d) до 5 лет
3. Оказываемая помощь пострадавшему при ранении, необходимо прежде всего
 - a) наложить повязку
 - b) остановить кровотечение**
 - c) обработать рану
 - d) иммобилизовать раненую конечность
4. Жгут на конечность можно наложить не более чем на
 - a) 3 часа
 - b) 4 часа
 - c) 1 час**
 - d) 30 минут
5. При наложении шины необходимо фиксировать
 - a) один сустав выше места перелома
 - b) один сустав ниже места перелома
 - c) два сустава выше места перелома
 - d) два ближайших сустава: один – выше места перелома, другой – ниже**
6. Военная обязанность граждан Российской Федерации устанавливается в целях
 - a) комплектования вооруженных сил
 - b) защиты границ
 - c) обороны
 - d) подготовки населения**
7. Определяют права и обязанности военнослужащих, регламентируют их поведение и деятельность, жизнь, быт, боевую подготовку
 - a) Федеральные законы
 - b) постановления Правительства
 - c) приказы
 - d) воинские уставы**

8. Торжественный правовой акт, при котором произносятся патриотические слова, ярко выражающие сущность воинского долга, готовность мужественно защищать свободу, независимость и конституционный строй России, - это
- а) вручение приписного свидетельства
 - б) военная присяга**
 - с) вручение повестки на призыв
 - д) вручение повестки на призыв
9. Каковы основные признаки наружного кровотечения?
- а) медленное и тягучее кровотечение;
 - б) быстрое и пульсирующее кровотечение;
 - с) сильная боль в повреждённой части тела;**
 - д) кровь ярко-красного цвета;**
 - е) кровь темно-красного цвета.
10. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?
- а) кровь спокойно вытекает из раны;**
 - б) кровь фонтанирует из раны;
 - с) кровь ярко-красного цвета;
 - д) кровь тёмно-красного цвета;**
 - е) слабость.
11. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?
- а) прижать пальцем артерию ниже кровотечения;
 - б) прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань;**
 - с) плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения;
 - д) доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;**
 - е) на 3-5см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.
12. Как правильно наложить давящую повязку?
- а) обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;**
 - б) обработать края раны вазелином или кремом;
 - с) прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт;**
 - д) наложить повязку.**
13. Укажите признаки внутреннего кровотечения?
- а) порозовение кожи в области повреждения;
 - б) посинение кожи в области повреждения;**
 - с) учащённый слабый пульс и частое дыхание;**
 - д) кашель с кровянистыми выделениями;**
 - е) повышение артериального давления;
 - ф) чувство неутолимого голода.
14. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?
- а) наложить на повреждённое место холод;**
 - б) наложить на повреждённое место тепло;
 - с) наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;**
 - д) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.**
15. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?
- а) обеспечить повреждённой конечности покой;**
 - б) наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
 - с) наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;**
 - д) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.**

16. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?
- a) вправить вышедшие наружу кости;
 - b) остановить кровотечение и обработать края Раны антисептиком;**
 - c) на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающие средство;
 - d) провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.**
17. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?
- a) провести иммобилизацию места перелома;**
 - b) устранить искривление конечности;
 - c) положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;
 - d) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.**
18. Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?
- a) надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;**
 - b) на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;
 - c) на голову пострадавшему положить холод;
 - d) вызвать врача.**
19. Потенциально-опасным объектом называют:
- a) Особо охраняемый объект
 - b) Предприятие, на котором возможны хищения опасных веществ.
 - c) Предприятие, на котором возможны аварийные ситуации.**
20. Услышав сигнал «Внимание всем!» необходимо:
- a) Спуститься в подвал.
 - b) Позвонить всем знакомым и предупредить об опасности.
 - c) Включить радио или ТВ, прослушать рекомендации.**
21. Дополните фразу:» Радио- и телевизионные приёмники необходимо включить на местной программе передач и прослушать сообщение органов «ГОЧС» после сигнала: _____ (выберите правильный ответ):
- a) внимание всем**
 - b) SOS
 - c) говорит МЧС
 - d) говорит Архангельск
22. Из перечисленных веществ выбрать наиболее распространенные АХОВ:
- a) перекись водорода
 - b) хлор**
 - c) соляная кислота
 - d) аммиак**
 - e) карбонат натрия
 - f) сероуглерод**
23. Объект, при аварии на котором или при его разрушении могут произойти массовые поражения людей, животных и растений АХОВ называется...
- a) радиационно опасным объектом
 - b) гидродинамическим опасным объектом
 - c) технически опасным объектом
 - d) ядерным объектом
 - e) химически опасным объектом**
24. Поражающими факторами АХОВ являются:
- a) ударная волна**
 - b) пожары и взрывы**
 - c) токсическое воздействие на организм человека и животного**

- d) стихийные бедствия
e) **заражение местности, воздуха, водоёмов**
25. Авария на химически опасном объекте, сопровождающаяся проливом или выбросом аварийно химически опасного вещества, способная привести к гибели или химическому заражению людей, сельскохозяйственных животных и растений, заражению окружающей среды называется...
- a) гидродинамическая авария
b) радиационная авария
c) катастрофой
d) **химическая авария**
26. Сооружения, предназначенные для защиты людей от последствий аварий (катастроф) и стихийных бедствий в мирное время, а также от поражающих факторов оружия массового поражения и обычных средств нападения противника в военное время, называются ...
- a) ... радиационные укрытия
b) ... **убежища**
c) ... блиндажи
d) ... специальные подвалы
19. Назовите наиболее подходящее место для установки палатки.
- A) Под деревом
Б) В кустарнике
B) В низине
Г) На возвышенном участке
27. Вы в школе. Идёт урок. Слышен звук сирены. В класс вбежал дежурный по школе и сообщил, что по радио передано сообщение о приближающемся землетрясении. Определите ваши дальнейшие действия и укажите их последовательность:
- a) **отключить электричество**
b) забить окна
c) попытаться быстро покинуть здание школы и пойти домой
d) **эвакуироваться вместе с классом из здания школы**
e) **занять место вдали от зданий и линий электропередач**
28. Эвакуация - это..
- a) вывод населения из зоны ЧС
b) вывод населения из очага поражения или из зоны ЧС
c) **организованный вывод (вывоз) населения, не занятого в производстве (в том числе учащихся), из городов в загородную зону**
29. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:
- a) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра облако, изменение состава атмосферного воздуха
b) **ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс) резкое понижение температуры окружающей среды, понижение концентрации кислорода в воздухе, самовозгорания веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах.**
30. К коллективным средствам защиты относятся:
- a) **убежища и противорадиационные укрытия;**
b) противогазы и респираторы;
c) средства защиты кожи и респираторы на всех работников предприятия.
31. Сколько патронов снаряжают в магазин АК-47
- a) 25
b) **30**

- с) 28
32. Как называются люди, находящиеся на военной службе?
- а) гражданами
 - б) военнообязанными
 - с) призывниками
 - д) **военнослужащими**
33. Значение цветов флага Российской Федерации?
- Белый-_____ (благородство, мир, чистота, совершенство)
Синий _____ (вера, верность, постоянство)
Красный _____ (любовь, энергия, сила, мужество, кровь пролитая за
Отечество, смелость)
34. Дата утверждения флага Российской Федерации
- а) 1991
 - б) 1993
 - с) 1998
 - д) **2000**
35. Что изображено на Гербе Российской Федерации?
-

Ответ: Двуглавый орёл с короной посередине, у одного – скипетр, у другого-держава. В центре – Святой Георгий Первозванный убивает черного змея.

Критерии оценивания теста согласно методическим указаниям МОиН:
менее 50% - «2», 50%-65% - «3», 65%-85% - «4», 85%-100% - «5».

Контроль практической подготовленности по окончании 2-го полугодия основывается на проверке **выполнения практического задания** в формате сдачи контрольных нормативов по огневой и строевой подготовке.

Критерии оценки:

№ п/п	Контрольный норматив	Критерий	Оценка
1.	Огневая подготовка. Разборка и сборка автомата Калашникова	Разборка и сборка автомата Калашникова выполнена последовательно, правильно, точно. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами соблюдены.	«Зачёт»
		Разборка и сборка автомата Калашникова выполнены неправильно, с множественными грубыми ошибками, неуверенно, нечётко. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами не соблюдены.	«Незачёт»
2.	Строевая подготовка	Двигательные действия выполнены правильно, точно, в надлежащем темпе, легко и чётко; либо двигательные действия выполнены правильно, но недостаточно легко и чётко, наблюдается некоторая скованность движений; либо двигательные действия выполнены в основном правильно, но допущены одна-три грубых или несколько мелких, приведших к неуверенному или напряжённому выполнению.	«Зачёт»
		Двигательные действия выполнены неправильно, с множественными грубыми ошибками, неуверенно, нечётко.	«Незачёт»

Итоговая аттестация (по результатам всего периода обучения):

Итоговая аттестация проводится в форме соревнования «Школа безопасности». Специальные задания проводятся в форме соревнований по следующей программе:

1. «Военно-спортивная полоса препятствий».

Команда на 400 метровой полосе препятствий выполняет:

- разборку и сборку автомата Калашникова модернизированного (далее используется - АКМ) до полного и правильного исполнения;
- снаряжение магазина АКМ 30 (тридцатью) патронами;
- метание гранаты в окоп на точность попадания (10-15 метров);
- одевание противогаза, стрельба по падающим мишеням (противогаз личный);
- одевание ОЗК в виде комбинезона до полного и правильного одевания с последующим бегом в ОЗК на дистанцию 30-50 метров (противогаз и ОЗК личные);
- преодоление «разрушенного масштаба»;
- преодоление лабиринта;
- преодоление препятствий «кочки»;
- переползание по-пластунски;
- финиш – изготовка для стрельбы в положении «лежа».

2. «Ориентирование на местности».

Соревнования состоят из двух видов:

- ориентирование на маркированной трассе;

- ориентирование по выбору.

3. «Военно-медицинская эстафета».

Командам необходимо осуществить:

- медицинскую помощь при переломе;
- медицинскую помощь при травме головы;
- остановку кровотечения;
- перевод открытого пневмоторакса в закрытый.

4. «Огневая подготовка».

Соревнования проводятся по:

- «стандартной стрельбе» (стреляют из положения «стоя, «лежа, «с колена»);
- стрельбе по мишени № 6 из пневматической винтовки (расстояние до мишени - 10 метров). Количество выстрелов - 3 пристрелочных и 5 зачетных.
- «скоростная стрельба» (участвуют 2 человека после пробега 30 м., поражение падающей мишени);
- снаряжение магазина (20 патронов) на время, время суммируется,
- разборка, сборка АК на время, время суммируется.

5. «Метание гранаты».

- метание на дальность.

6. «Физическая подготовка».

Конкурс состоит из 3 заданий:

- подтягивание, отжимание (на количество раз);
- бег - 100 метров, старт одновременно, зачетное время по последнему;
- пресс (на количество раз).

7. «Строевой смотр».

- общее построение в линию взводных колон по 3 человека + командир + знаменщик (форма одежды парадная);
- рапорт командира, приветствие;
- выполнение одиночных строевых элементов (повороты на месте и в движении, подход к начальнику, выход из строя);
- выполнение строевых элементов в составе отделения (повороты на месте и в движении, подход к начальнику);
- прохождение торжественным маршем;
- прохождение с песней.

Критерии оценки:

№ п/п	Контрольный норматив	Критерий	Балл
1.	«Военно-спортивная полоса препятствий».	Двигательные действия выполнены правильно, точно, в надлежащем темпе, легко и чётко; либо двигательные действия выполнены правильно, но недостаточно легко и чётко, наблюдается некоторая скованность движений; либо двигательные действия выполнены в основном правильно, но допущены одна-три грубых или несколько мелких, приведших к неуверенному или напряжённому выполнению.	«Зачёт»
		Двигательные действия выполнены неправильно, с множественными грубыми ошибками, неуверенно, нечётко.	«Незачёт»
2.	«Ориентирование на местности».	Команда прошла на скорость маркированную трассу с расположением на ней 5-6 контрольных пунктов (КП), сдала схему трассы, с нанесенными КП в масштабе	«Зачёт»
		Команда прошла на скорость маркированную трассу с расположением на ней 5-6 контрольных пунктов (КП) с нарушениями, неточное нанесение на схему контрольных пунктов	«Незачёт»
3.	«Военно-медицинская эстафета»	Санитарная сумка должна быть своя у каждой команды. При переноске раненых на носилки оценивается последовательность действий при оказании медицинской помощи и правильность выполнения задания.	«Зачёт»
		Неправильное выполнения задания; неправильное сопровождение пострадавшего; неправильная переноска пострадавшего.	«Незачёт»
4.	«Огневая подготовка».	Разборка и сборка автомата Калашникова выполнена последовательно, правильно, точно. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами соблюдены. Стрельба по мишени выполнена в цель.	«Зачёт»
		Разборка и сборка автомата Калашникова выполнены неправильно, с множественными грубыми ошибками, неуверенно, нечётко. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами не соблюдены.	«Незачёт»
5.	«Метание гранаты».	Двигательные действия выполнены правильно, точно, в надлежащем темпе, легко и чётко; либо двигательные действия выполнены правильно, но недостаточно легко и чётко, наблюдается некоторая скованность движений; либо двигательные действия выполнены в основном правильно, но допущены одна-три грубых или несколько	«Зачёт»

		мелких, приведших к неуверенному или напряжённому выполнению.	
		Двигательные действия выполнены неправильно, с множественными грубыми ошибками, неуверенно, нечётко.	«Незачёт»
6.	«Физическая подготовка».	Двигательные действия выполнены правильно, точно, в надлежащем темпе, легко и чётко; либо двигательные действия выполнены правильно, но недостаточно легко и чётко, наблюдается некоторая скованность движений; либо двигательные действия выполнены в основном правильно, но допущены одна-три грубых или несколько мелких, приведших к неуверенному или напряжённому выполнению.	«Зачёт»
		Двигательные действия выполнены неправильно, с множественными грубыми ошибками, неуверенно, нечётко.	«Незачёт»
7.	«Строевой смотр».	Двигательные действия выполнены правильно, точно, в надлежащем темпе, легко и чётко; либо двигательные действия выполнены правильно, но недостаточно легко и чётко, наблюдается некоторая скованность движений; либо двигательные действия выполнены в основном правильно, но допущены одна-три грубых или несколько мелких, приведших к неуверенному или напряжённому выполнению.	«Зачёт»
		Двигательные действия выполнены неправильно, с множественными грубыми ошибками, неуверенно, нечётко.	«Незачёт»

2.5 Методические материалы

Методы обучения:

Словесные методы - устное изложение; беседа, дискуссия.

Наглядные методы - показ видеоматериалов, иллюстраций – информационный показ, исполнения педагогом; наблюдение; работа по образцу (репродуктивный).

Метод упражнений – этот метод предусматривает многократные повторения движений.

Соревновательно-игровой метод – этот метод направлен на приобретение и совершенствование знаний, умений и навыков развития двигательных и морально-волевых качеств в условиях соревнования.

Метод круговой тренировки – метод, получивший свое наименование ввиду того, что все упражнения выполняются как бы по кругу.

Метод ситуативных задач - при проведении занятия педагог создаёт ситуацию, а учащиеся последовательно принимают решения в различных ролях и оценивают выполнение заданий другими учащимися.

Формы организации образовательного процесса:

Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах.

Формы организации учебного занятия:

Практические занятия, игры, беседы, учебно-тренировочные занятия.

Образовательные (педагогические) технологии:

- Здоровьесберегающие технологии, направленные на укрепление и сохранение здоровья обучающихся;

- Технологии дифференцированного обучения, учитывающие индивидуальные особенности состояния здоровья и уровня физической подготовленности обучающихся. При оценивании учитывается не только достигнутый результат, но и динамика изменений физической подготовленности.

- Технологии личностно-ориентированного подхода в обучении, направленные на удовлетворение потребностей и интересов студентов.

- Информационно-коммуникативные технологии, направленные на использование в образовательных и познавательных целях электронных учебников и образовательных ресурсов на электронных носителях в качестве наглядных пособий, программ Microsoft Word, Microsoft Power, Point, Microsoft Excel и др.

- Технология игрового моделирования, направленных на повышение эффективности занятий, качества усвоения учебного материала учащимися, реализацию потребности личности студента в самовыражении и самоопределении.

- Тестовая технология, применяемая для мониторинга уровня физической подготовленности, текущего, промежуточного и итогового контроля знаний, умений и навыков.

Алгоритм учебного занятия:

1. Постановка целей и задач урока.
2. Инструктаж по технике безопасности.
3. Этап изучения новых знаний и способов деятельности.
4. Этап первичной проверки понимания изученного.
5. Этап закрепления изученного.
6. Этап подведения итогов учебного занятия.
7. Этап рефлексии.

2.6 Список используемых источников

1. Журнал «Вестник Молодежной политики», №11, 2005 год.
2. Перов А.П., Воробьев М.С. «Организация и содержание работы оборонно-спортивного лагеря для молодёжи».
3. А.Т. Смирнов, В.А. Васнев «Основы военной службы», Учебное пособие, М. «Дрофа» 2004 год.
4. Безопасность жизнедеятельности: Сборник нормативных документов по подготовке учащихся молодежи в области защиты от чрезвычайных ситуаций. М., АСТ, 2007 год.
5. На службе Отечеству. Об истории Российского государства и его вооруженных силах, традициях, морально-психологических и правовых основах военной службы: Книга для чтения по общественно-государственной подготовке солдат (матросов), сержантов (старшин) ВС РФ/ Под ред. В.А Золотарёва, В.В. Марущенко. 3-е изд. М.: Русь-РКБ, 1999.
6. Наставление по стрелковому делу. М.: Воениздат, 1985.
7. Наставление по физической подготовке. М.: Воениздат, 1987.
8. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. М.: Воениздат, 2004.
9. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий «Прикладная физическая подготовка. 10-11 классы» Москва «Владос пресс»2003 г.
10. Ю.В. Козлова, В.В. Ярошенко «Туристический клуб школьников» Пособие для учителя. Москва Творческий центр «Сфера» 2004 г.
11. Журнал ОБЖ: Основы безопасности жизни. 2014 – 2016. №1 – 12.

Литература для обучающихся

1. Ю.К. Сорокин «Атлетическая подготовка допризывника», М. «Советский спорт»1990г.
2. Основы медицинских знаний учащихся: Учебник для средних учебных заведений / Под ред. М.Н. Гоголева. М. Просвещение 1991.
3. Смирнов А.Т., Васне В.А., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: Учебник. М. Просвещение, 2002.
4. Куприн А.М. «Занимательная картография» Книга для учащихся 6-8 классов средней школы. М. 1989г.
5. Фесенко Б.И. «Книга молодого ориентировщика» М. 1997г.

