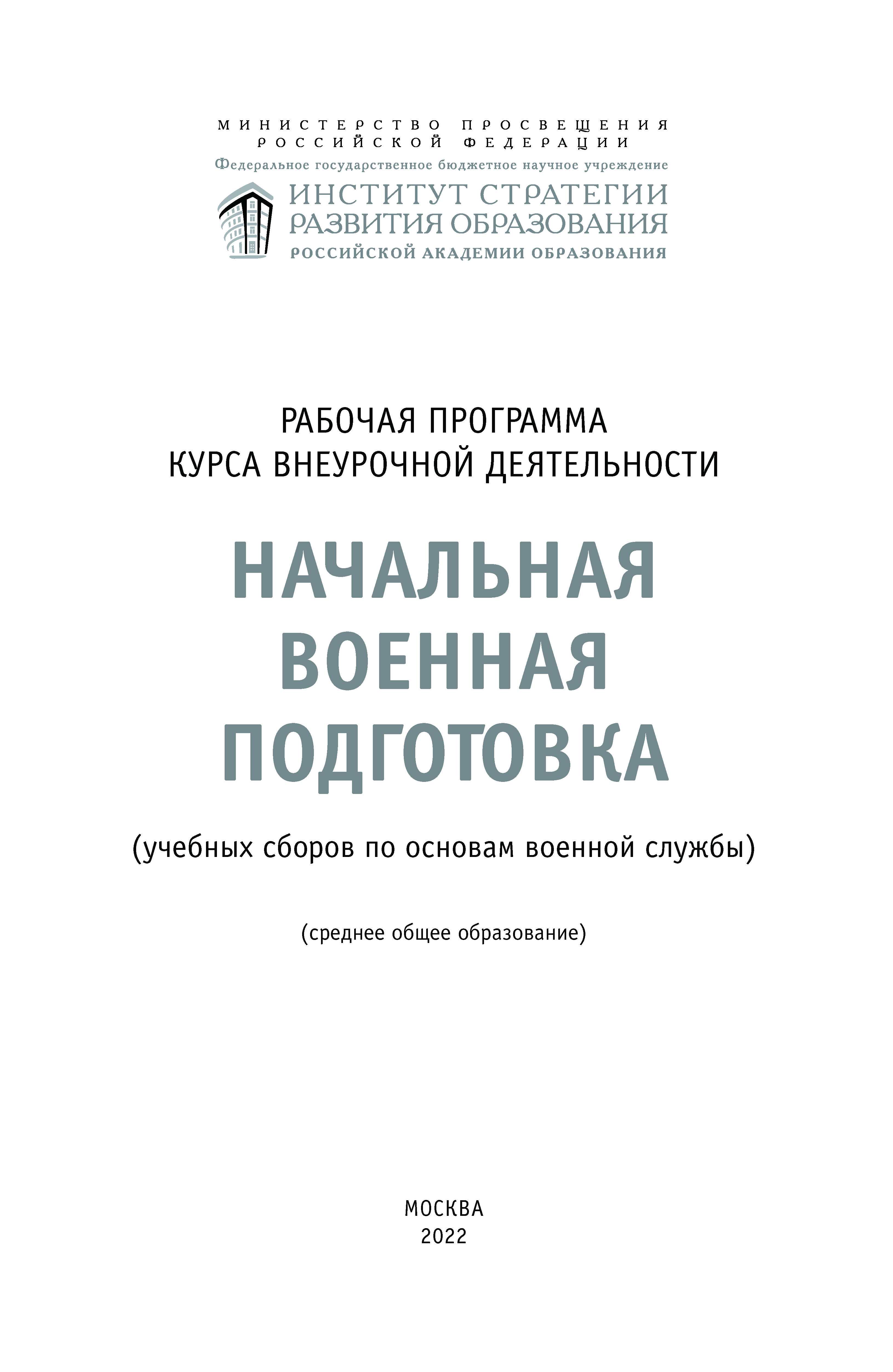
**Содержание**

**Пояснительная записка** 4

Актуальность и назначение программы 4

Цели и задачи курса внеурочной деятельности   
«Начальная военная подготовка» 5

Место курса внеурочной деятельности   
«Начальная военная подготовка» в учебном плане 7

Подходы к работе с программой

**Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Начальная военная подготовка»** 10

Личностные результаты 10

Метапредметные результаты 11

Предметные результаты 15

**Содержание курса внеурочной деятельности   
«Начальная военная подготовка»** 23

Базовый блок 23

Тематический блок 27

Расчёт часов по учебным модулям 29

**Тематическое планирование курса внеурочной   
деятельности «Начальная военная подготовка»**  31

**Приложения**

Приложение № 1. Примерный распорядок дня   
учебных сборов 47

Приложение № 2. Обучение стрельбе 49

Приложение № 3. Требования безопасности   
при проведении стрельб 51

Приложение № 4. Организация спортивной   
подготовки 53

**Пояснительная записка**

Актуальность и назначение программы

Российская Федерация занимает ведущее место среди государств, твёрдо и последовательно отстаивающих свой политический, экономический, культурный и духовно-нравственный суверенитет.

Этот процесс сопровождается возрастающим противодействием со стороны США и их союзников, которые для сохранения своего глобального доминирования развернули масштабную кампанию, направленную на разрушение Российского государства, разложение гражданского общества и уничтожение культурно-исторической самобытности российских народов, основанной на традиционных духовно-нравственных ценностях.

Современные вызовы и угрозы диктуют необходимость укреп­ле­ния обороноспособности нашей Родины и повышения боеспособности её вооружённых защитников. В этих условиях в системе военно-патриотического воспитания на первый план выходят такие задачи, как формирование у подрастающего поколения возвышенного чувства верности своему Отечеству, готовности к достойному служению обществу, государству и подготовки старшеклассников к честному выполнению воинского долга.

Растёт общественный запрос на качественное совершенствование системы военно-патриотического воспитания, наполнение её конкретным содержанием, обучение допризывной молодёжи знаниям, умениям и навыкам, отвечающим актуальным потребностям и уровню развития современной Российской армии и соответствующим решаемым ею сегодня задачам.

Также имеется необходимость приведения существующей системы обучения граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в соответствие с требованиями новой редакции Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования.

Расширить знания обучающихся об обороне государства, составе и структуре Вооружённых Сил Российской Федерации, овладеть начальными элементами тактической, инженерной и технической подготовки, приобрести практические навыки обращения с оружием, оказания первой помощи на поле боя, действий в условиях радиационного, химического и биологического заражения местности, получить физическую и психологическую закалку позволит проведение учебных сборов по программе внеурочной деятельности «Начальная военная подготовка» (далее — программа).

Учебные сборы по основам военной службы организуются в соответствии с Федеральным законом от 28 марта 1998 г. № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе», постановлением Правительства Российской Федерации от 31 декабря 1999 г. № 1441 «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе», Концепцией федеральной системы подготовки граждан Российской Федерации к военной службе на период до 2030 года, утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 3 февраля 2010 г. № 134-р, Приказом Министерства обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24 февраля 2010 г. № 96/134 «Об утверждении инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах».

В программе конкретизируется содержание тем и приводится последовательность их изучения с учётом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей обучающихся.

Программа предусматривает изучение военного дела в объёме одиночной подготовки военнослужащего мотострелковых войск, что позволяет в короткие сроки овладеть знаниями и навыками, необходимыми для скорейшей адаптации при призыве на военную службу и при поступлении в высшие учебные заведения Минобороны России, Россгвардии, МВД России, МЧС России, ФСБ России.

Цели И ЗАДАЧИ курса внеурочной деятельности «НАЧАЛЬНАя ВОЕННАЯ ПОДГОТОВКА»

**Цель** — расширение и практическое закрепление знаний, умений и навыков военного дела, полученных при освоении раздела «Основы военной службы» федеральной рабочей программы среднего общего образования «Основы безопасности жизнедеятельности».

На достижение этой цели направлены следующие **задачи**:

**Образовательные:**

1. Создать условия для приобретения обучающимися новых знаний, умений, навыков и компетенций в области обороны и основ безопасности жизнедеятельности.

2. Углубить и обеспечить практическое закрепление теоретических знаний, полученных на занятиях по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных организациях, приобретение практических навыков, необходимых юношам для быстрой адаптации к военной службе, знакомство с вооружением и военной техникой, основными видами боевых действий и действиями военнослужащих в различных условиях, выполнение практических стрельб.

3. Расширить знания об истории, назначении и структуре Вооружённых Сил Российской Федерации, дать участникам сборов необходимые знания о повседневной жизни и быте воен­но­слу­жа­щих и практические навыки в этом направлении, сформировать понимание роли дисциплины и воинских уставов в жизни Вооружённых Сил Российской Федерации.

4. Обеспечить изучение основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства: о воинской обязанности и воинском учёте, обязательной и добровольной подготовке к военной службе, прохождении военной службы по призыву и в добровольном порядке (по контракту), пребывании в запасе, правах, обязанностях и ответственности военнослужащих и граждан, находящихся в за-  
пасе.

5. Создать условия для изучения основ безопасности военной службы, конструкции и правил обращения с боевым ручным стрелковым оружием, основ тактической, строе­вой, инженерной подготовки, основ оказания первой помощи, вопросов радиационной, химической и биологической защиты войск и основ связи.

**Воспитательные:**

1. Содействовать формированию морально-политических и психологических качеств гражданина, необходимых для прохождения военной службы.

2. Обеспечить воспитание у обучающихся патриотизма, глубокого уважения к государственным символам Российской Федерации, историческому и культурному прошлому России, гордости за свою страну, Вооружённые Силы и их боевые традиции, готовности к службе в их рядах и защите своей Родины.

3. Способствовать профессиональной ориентации, укреплению нравственных ориентиров и формированию положительной мотивации к профессии защитника Родины.

**Развивающие:**

1. Способствовать формированию у обучающихся социальной активности.

2. Содействовать формированию знаний о правилах поведения военнослужащих, воинской вежливости, основах воинского этикета и выполнения воинских ритуалов.

3. Способствовать военно-профессиональной ориентации на овладение военно-учётными специальностями и выбору профессии офицера.

4. Создать условия для формирования у обучающихся потребности в здоровом образе жизни и желания быть полезным своей Родине.

5. Создать условия для самореализации личности путём включения в разнообразные виды деятельности.

6. Способствовать формированию и развитию навыков общения и взаимодействия в совместной коллективной деятельности.

Место курса внеурочной деятельности   
«НАЧАЛЬНАя ВОЕННАЯ ПОДГОТОВКА» в учебном плане

Программа ориентирована на обучающихся 10 классов общеобразовательных организаций, обучающихся 1-го и 2-го курсов образовательных организаций среднего профессионального образования.

Программа рассчитана на 35 часов, в рамках которых предусмотрены такие формы работы, как теоретические, практические и комплексные занятия, беседы и встречи с военнослужащими и ветеранами, показные занятия, экскурсии в воинские части (на корабли), военно-тактические и военно-спортивные игры.

Учебный процесс осуществляется в соответствии с учебным планом, распорядком дня и предполагает геймификацию (объединение всех элементов образовательно-воспитательного   
процесса в единый игровой сценарий). Занятия проводятся в практико-ориентированном формате. По итогам обучения целесообразно проведение комплексного занятия, предусматривающего демонстрацию обучающимися компетенций, сформированных в ходе освоения учебной программы.

ПОДХОДЫ К РАБОТЕ С ПРОГРАММОЙ

Поставленные задачи достигаются через комплексный подход, объединяющий содержательные блоки: базовый и тематический.

**Базовый блок** предусматривает решение традиционных задач приобретения обучающимися знаний, умений и навыков, необходимых для личностной и профессиональной самореализации старшеклассника в рамках освоения учебной программы.

**Учебный план программы сборов** выполняется через основные занятия по девяти учебным модулям: тактическая подготовка, огневая подготовка, основы технической подготовки и связи, инженерная подготовка, радиационная, химическая и биологическая защита, первая помощь (тактическая медицина), общевоинские уставы, строевая подготовка, основы безопасности военной службы.

**Тематический блок (вариативный компонент образовательной программы «Патриотическое воспитание и профессиональная ориентация»)** реализуется в форме комплекса мероприятий патриотического воспитания, спортивно-массовой и культурно-досуговой работы, а также профессиональной ориентации.

В целях обеспечения соблюдения требований безопасности обучающимися предусмотрен комплекс мероприятий, включающий в себя инструктаж в ходе вводного занятия (в день заезда), ознакомление с требованиями безопасности перед каждым занятием. Кроме того, запланировано изучение вопросов безопасного обращения с оружием.

Программа может быть реализована в течение одного учебного года в форме проведения 5-дневных учебных сборов на базе учебно-методических центров военно-патриотического воспитания молодёжи «Авангард», соединений и воинских частей Вооружённых Сил Российской Федерации, других войск, воинских формирований и органов. В местах, где соединения и воинские части отсутствуют, учебные сборы организуются при образовательных организациях.

**Планируемые результаты освоения курса   
внеурочной деятельности   
«НАЧАЛЬНАЯ ВОЕННАЯ ПОДГОТОВКА»**

Занятия в рамках курса направлены на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностным, метапредметным и предметным), которые должны демонстрировать выпускники по завершении обучения.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в российском обществе правилами и нормами поведения.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения курса «Начальная военная подготовка», должны способствовать процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, развития внутренней позиции личности, патриотизма, гражданственности и проявляться прежде всего в уважении к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, гордости за российские достижения, бережном отношении к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, готовности к осознанному исполнению воинского долга и вооружённой защите Отечества.

***Гражданское воспитание:***

сформированность осознанного отношения к необходимости защиты Отечества, соблюдению законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы;

осознание своих конституционных прав, обязанностей и ответственности по защите Отечества;

готовность противостоять идеологии экстремизма и терроризма, национализма и ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;

готовность к взаимодействию с обществом и государством в интересах обеспечения военной безопасности государства;

готовность к участию в деятельности государственных, социальных организаций и институтов гражданского общества в области обеспечения безопасности государства.

***Патриотическое воспитание:***

сформированность российской гражданской идентичности, уважения к своему народу, памяти защитников Родины и бое­вым подвигам Героев Отечества, гордости за свою Родину и Вооружённые Силы Российской Федерации, прошлое и настоящее российской армии и флота;

ценностное отношение к государственным и военным символам, историческому наследию, дням воинской славы, боевым традициям Вооружённых Сил Российской Федерации, достижениям России в области обороны;

сформированность чувства ответственности перед Родиной, идейная убеждённость и готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу.

***Духовно-нравственное воспитание:***

осознание духовных ценностей российского народа и российского воинства;

сформированность представления о принципах гуманизма, правилах и методах ведения войны, соблюдения прав участников вооружённых конфликтов, осознанное отношение к соблюдению норм международного гуманитарного права;

сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к безопасности общества и государства;

ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтёрства и добровольчества.

***Эстетическое воспитание:***

эстетическое отношение к миру в сочетании с военной культурой;

понимание и принятие эстетики военной формы, воинских ритуалов и боевых традиций.

***Физическое воспитание:***

осознание ценности жизни, сформированность ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;

знание приёмов оказания первой помощи и тактической медицины, готовность применять их в случае необходимости;

потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

интерес к военно-прикладным видам спорта;

осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью.

***Трудовое воспитание:***

готовность к труду, осознание значимости трудовой деятельности для развития личности, общества и государства, обес­пе­че­ния национальной безопасности;

готовность к осознанному и ответственному соблюдению требований безопасности в процессе военной службы;

интерес к различным сферам профессиональной деятельности, включая военно-профессиональную деятельность;

готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни.

***Экологическое воспитание:***

сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной среды, осознание глобального характера экологических проблем, их роли в обеспечении безопасности общества и государства;

планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе соблюдения экологической грамотности и разумного природопользования в процессе военной службы;

активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий и предотвращать их;

расширение представлений о деятельности экологической направленности.

***Ценности научного познания:***

сформированность мировоззрения, соответствующего текущему уровню развития военной науки, современных представлений о воинской деятельности;

понимание научно-практических основ военной службы, осознание значения военно-профессиональной деятельности в жизни общества и государства;

способность применять научные знания в процессе выполнения обязанностей военной службы, в том числе способность обоснованно и безопасно действовать в условиях ведения бое­вых действий.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты, формируемые в ходе реализации курса внеурочной деятельности «Начальная военная подготовка», должны отражать овладение универсальными учебными действиями.

**Овладение универсальными познавательными действиями**

***Базовые логические действия:***

самостоятельно определять актуальные проблемные вопросы обеспечения военной безопасности государства, обосновывать их приоритет и всесторонне анализировать;

устанавливать существенный признак или основания для обоб­ще­ния, сравнения и классификации событий и явлений в военной сфере, выявлять их закономерности и противоречия;

определять цели действий применительно к заданной (смоделированной) ситуации, выбирать способы их достижения с учётом самостоятельно выделенных критериев в парадигме военной службы, оценивать риски возможных последствий собственных действий;

моделировать объекты (события, явления), связанные с воен­ной службой, анализировать их различные состояния для решения практических задач, переносить приобретённые знания в повседневную жизнь;

планировать и осуществлять учебные действия в условиях дефицита информации, необходимой для решения стоящей задачи;

развивать творческое мышление при решении ситуационных задач.

***Базовые исследовательские действия:***

владеть научной терминологией, ключевыми понятиями и методами в военно-профессиональной сфере;

владеть видами деятельности по приобретению нового знания, его преобразованию и применению для решения различных учебных задач;

анализировать содержание учебных вопросов и заданий и выдвигать новые идеи, самостоятельно выбирать оптимальный способ решения задач с учётом установленных (обос­нованных) критериев;

раскрывать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между реальным (заданным) и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) в повседневной жизни;

критически оценивать полученные в ходе решения учебных задач результаты, обосновывать предложения по их корректировке в новых условиях;

характеризовать приобретённые знания и навыки, оценивать возможность их реализации в реальных ситуациях;

осуществлять целенаправленный поиск переноса средств и способов действия в профессиональную среду;

уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;

уметь интегрировать знания из разных предметных областей; выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения учебных задач, связанных с военной службой, переносить приобретённые знания и навыки в повседневную жизнь.

***Работа с информацией:***

владеть навыками самостоятельного поиска, сбора, обобщения и анализа различных видов информации из источников разных типов при обеспечении условий информационной безопасности;

создавать информационные блоки в различных форматах с учётом характера решаемой учебной задачи; самостоятельно выбирать оптимальную форму их представления;

оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам;

владеть навыками по предотвращению рисков, профилактике угроз и защите от опасностей цифровой среды;

использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены.

**Овладение универсальными коммуникативными действиями**

***Общение:***

соблюдать правила воинской вежливости и субординации, понимать значение социальных ролей «начальник» — «подчинённый»;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты;

владеть различными способами общения и взаимодействия; аргументированно вести диалог, уметь смягчать конфликтные ситуации;

развёрнуто и логично излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.

***Совместная деятельность:***

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; выбирать тематику и методы совместных действий с учётом общих интересов и возможностей каждого члена коллектива;

принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по её достижению: составлять план действий, распределять роли с учётом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы;

оценивать качество своего вклада и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям;

осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным.

**Овладение универсальными регулятивными действиями**

***Самоорганизация:***

самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

самостоятельно составлять план решения проблемы с учётом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений, давать оценку новым ситуациям;

оценивать приобретённый опыт;

способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень.

***Самоконтроль:***

давать оценку новым ситуациям, вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям;

владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований;

использовать приёмы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;

уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению.

***Эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность:***

самосознания, включающего способность понимать своё эмоциональное состояние, видеть направления развития собственной эмоциональной сферы, быть уверенным в себе;

саморегулирования, включающего самоконтроль, умение принимать ответственность за своё поведение, способность адаптироваться к эмоциональным изменениям и проявлять гибкость, быть открытым новому;

внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;

эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;

социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты.

***Принятие себя и других людей:***

принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства; принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;

признавать своё право и право других людей на ошибки; развивать способность понимать мир с позиции другого человека.

Предметные результаты

**Предметные результаты** освоения Программы представлены с учётом специфики содержания вопросов, затрагиваемых в ходе проведения учебных сборов.

В период проведения учебных сборов обучающиеся получают ряд новых знаний, навыков и умений, дополняющих содержание школьной программы, которые должны мотивировать их к получению военно-учётной специальности, способствовать быстрой адаптации к службе в Вооружённых Силах и помогать в выборе будущей профессиональной деятельности.

*Обучающиеся должны знать:*

героическую историю Российского государства, Государственные символы Российской Федерации;

историю создания Вооружённых Сил Российской Федерации, их основные традиции;

структуру и задачи, решаемые Вооружёнными Силами Российской Федерации;

назначение и устройство основных видов стрелкового оружия, состоящего на вооружении Сухопутных войск;

порядок и правила стрельбы из стрелкового оружия;

основы оказания первой помощи на поле боя;

боевые и технические характеристики основных образцов военной техники;

основы тактической, инженерной, разведывательной, технической подготовки и связи;

приёмы и правила выполнения действий солдата в бою;

основные положения общевоинских уставов, права и обязанности военнослужащих;

нормы и правила повседневной жизни и быта военнослужащих.

*Обучающиеся должны иметь представление:*

о возможностях человеческого организма;

о боевых и технических характеристиках боевой техники;

об основах общевойскового боя;

об организации и тактике действий подразделений мотострелковых войск;

о порядке инженерного оборудования позиции отделения;

об особенностях применения БПЛА на поле боя.

*Обучающиеся должны уметь:*

вести огонь из стрелкового оружия;

выполнять строевые приёмы;

правильно ориентироваться на местности;

действовать на поле боя;

оборудовать окоп для стрельбы лёжа;

оказать первую помощь;

пользоваться средствами радиосвязи, вести радиообмен;

демонстрировать физическую подготовку и военную выправку.

Достижение указанных предметных результатов обеспечивается их детальным раскрытием для каждого модуля курса.

**Модуль № 1 «Тактическая подготовка»:**

классифицировать основные виды тактических действий подразделений;

иметь представление об организационной структуре отделения и задачах личного состава в бою;

характеризовать отличительные признаки подразделений иностранных армий;

выработать алгоритм действий в бою;

знать и объяснять боевой порядок отделения в обороне и наступлении;

владеть способами действий солдата в обороне, наступлении, при ведении наблюдения, действовать по сигналам оповещения и управления;

действовать и принимать обоснованное решение при внезапном нападении противника, решать ситуационные задачи;

выполнять тактические перемещения в составе групп, занимать позиции, преодолевать заграждения;

актуализировать информацию о военной топографии и ориентированию на местности;

знать и практически применять способы ориентирования на местности, владеть приёмами выживания;

классифицировать приборы наблюдения;

владеть способами действия разведчика при наблюдении за противником;

обоснованно действовать при получении оружия и военного имущества;

решать ситуационные задачи;

выполнять практические действия при совершении марша, внезапном нападении противника, преодолении заражённого участка местности.

**Модуль № 2 «Огневая подготовка»:**

иметь представление о вооружении отделения и тактико-технических характеристиках стрелкового оружия;

классифицировать виды стрелкового оружия и ручных гранат;

иметь представление о перспективах развития стрелкового оружия;

знать назначение и устройство частей и механизмов автомата, патронов и принадлежностей, общее устройство ручных гранат;

уверенно и безопасно обращаться с оружием;

выполнять практические действия по неполной разборке и сборке автомата Калашникова;

знать порядок подготовки к бою ручных гранат;

знать и соблюдать меры безопасности при проведении занятий по боевой подготовке и обращении с оружием;

самостоятельно оценивать риски нарушения правил и мер безопасности;

владеть навыками прицеливания и производства выстрела;

выполнять практические действия по изготовке к стрельбе из различных положений;

знать условия выполнения упражнений начальных стрельб и метания ручных гранат;

выполнять нормативы по снаряжению магазина боеприпасами и изготовке для стрельбы из положения лёжа;

выполнять упражнения начальных стрельб и метания учебно-имитационных ручных гранат.

**Модуль № 3 «Основы технической подготовки и связи»:**

иметь представления об основных образцах вооружения и военной техники, классифицировать виды боевых машин;

знать основные тактико-технические характеристики боевых машин;

иметь представление о способах боевого применения беспилотных летательных аппаратов (БПЛА) и ведения разведки местности с помощью БПЛА;

знать алгоритм противодействия БПЛА противника;

выполнять практические действия по управлению БПЛА;

иметь представление о видах, предназначении, тактико-технических характеристиках средств связи;

классифицировать средства связи отделения;

иметь представление об устройстве радиостанций и подготовке их к работе;

знать порядок перехода на запасные и резервные частоты радиостанций;

знать основные требования к ведению радиопереговоров;

иметь представление о способах обмана противника при ведении радиопереговоров;

выполнять практические действия по подготовке радиостанции к применению и ведению радиопереговоров.

**Модуль № 4 «Инженерная подготовка»:**

иметь представление о порядке и сроках инженерного оборудования позиции отделения и окопа для стрелка;

знать назначение и порядок применения шанцевого инструмента;

иметь представление о способах маскировки окопа для стрельбы лёжа;

выполнять практические действия по оборудованию окопа для стрельбы лёжа;

классифицировать типы мин;

знать общее устройство и принцип действия противотанковых и противопехотных мин;

иметь представление о типах мин и порядке их установки;

выполнять практические действия по подготовке и установлению противотанковых и противопехотных мин;

знать демаскирующие признаки установки мин;

иметь представление о порядке обнаружения и обезвреживания взрывоопасных предметов;

выполнять практические действия по обнаружению мин с использованием миноискателя, щупа, кошки.

**Модуль № 5 «Радиационная, химическая и биологическая защита»:**

иметь представление о об оружии массового поражения;

классифицировать виды ядерных взрывов;

знать о поражающих свойствах ядерного взрыва, зажигательного оружия, признаках применения отравляющих веществ и биологического оружия;

уверенно действовать при применении противником оружия массового поражения;

знать назначение и общее устройство средств индивидуальной защиты;

обладать навыком использования средств индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

знать порядок оказания первой помощи при поражении ядерным, химическим и бактериологическим (биологическим) оружием;

знать правила поведения на заражённой местности;

выполнять нормативы по радиационной, химической и биологической защите;

уметь пользоваться войсковыми средствами радиационного и химического контроля;

знать порядок подготовки к работе измерителей доз и войскового прибора химической разведки;

выполнять практические действия по измерению уровня радиационного фона.

**Модуль № 6 «Первая помощь (Тактическая медицина)»:**

иметь представление о алгоритме оказания первой помощи;

знать состав и назначение средств оказания первой помощи;

классифицировать типы ранений;

знать порядок и условия остановки различных видов крово­те­че­ний, иммобилизации конечностей, действий при отсутствии признаков жизни, нарушении проходимости дыхательных путей, общем переохлаждении и отморожении, перегревании и ожогах;

выполнять практические действия по оказанию первой помощи (проведение сердечно-лёгочной реанимации, восстановление проходимости дыхательных путей, остановка кровотечения, наложение повязок, иммобилизация, психологическая поддержка);

иметь представление о зонах эвакуации (красная, жёлтая, зелёная);

знать об объёмах оказания первой помощи в зонах эвакуации;

иметь представление о порядке использования штатных и подручных средств эвакуации;

выполнять практические действия по эвакуации раненых с поля боя.

**Модуль № 7 «Общевоинские уставы»:**

знать права и обязанности военнослужащих;

иметь представление о принципах единоначалия;

уверенно определять знаки различия и воинские звания воен­но­слу­жа­щих;

оценивать риски нарушения воинской дисциплины, самостоятельно вырабатывать модель поведения в воинском коллективе;

знать смысл понятия «внутренний порядок», роль лиц суточного наряда в его поддержании;

иметь представление об обязанностях лиц суточного наряда по роте;

обладать навыками, необходимыми для освоения обязанностей дневального по роте;

классифицировать виды караулов и их предназначение;

знать смысл понятия «неприкосновенность часового»;

понимать обязанности часового и особенности применения оружия;

оценивать риски нарушения порядка несения караульной службы, быть готовым к несению караульной службы.

**Модуль № 8 «Строевая подготовка»:**

иметь представление об основных положениях строевого устава;

знать и практически выполнять строевые приёмы на месте;

понимать алгоритм выполнения строевых приёмов в движении;

знать и практически выполнять строевые приёмы в движении без оружия;

понимать алгоритм выполнения строевых приёмов с оружием;

знать и практически выполнять строевые приёмы с оружием на месте;

знать и практически выполнять основные строевые приёмы в составе подразделения в движении.

**Модуль № 9 «Основы безопасности военной службы»:**

классифицировать опасные факторы военной службы, виды нарушений правил и мер безопасности;

знать и соблюдать меры безопасности при проведении занятий по боевой подготовке и обращении с оружием;

оценивать риски нарушения правил и мер безопасности, обладать навыками минимизации рисков.

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ БЛОК** (вариативный компонент «Патриотическое воспитание и профессиональная ориентация»)

**Модуль «Структура органов государственной власти.   
Права и обязанности граждан, включая воинскую обязанность. Взаимодействие гражданина с государством и обществом, гражданские инициативы и волонтёрство»**

Участники сборов получат представление:

о структуре органов государственной власти Российский Федерации;

о конституционных гарантиях прав и свобод граждан, об обязанностях граждан перед государством и обществом, о воинской обязанности;

о гражданственности, патриотизме и их взаимосвязи;

о правообразующих принципах: равенство, свобода, справедливость, о сфере правовых отношений между людьми, а также между личностью и государством, регулируемых действующим правом;

об институтах гражданского общества, политических партиях и общественных объединениях;

о роли и значении волонтёрской деятельности в развитии общества и государства.

**Профориентационный модуль «Профессии будущего — современная наука и высокие технологии в военной сфере, военные и гражданские специальности»**

Участники сборов получат представление:

о тенденциях развития и изменениях на рынке труда;

о военно-учётных специальностях;

об организации подготовки офицерских кадров для Вооружённых Сил Российской Федерации, МВД России, ФСБ, России, МЧС России, Росгвардии и др.;

о новых и перспективных военных профессиях.

**Модуль «Гибридные войны и невоенные конфликты в современном мире, противодействие негативным тенденциям в международных отношениях»**

Участники сборов получат представление:

о конструктивных и деструктивных ценностях;

о том, как формируется личностная система ценностей;

о разных видах воздействий на общественное сознание;

о роли средств массовой информации в современном мире и об их влиянии на общество;

о роли пропаганды в информационно-психологическом противостоянии на международной арене;

о невоенных мерах воздействия в системе международных отношений;

о технологиях ведения гибридных войн;

о признаках искажения информации в целях негативного воздействия на общество;

о методах и средствах воздействия на общество в целях дестабилизации.

**Модуль «Ратные страницы истории Отечества. Подвиг народа в Великой Отечественной войне 1941—1945 годов»**

Участники сборов получат представление:

о событиях, ставших основой государственных праздников и памятных дат России;

о причинах начала Великой Отечественной войны и усилиях СССР по её предотвращению;

об основных битвах и операциях Великой Отечественной вой­ны (Битва за Москву, Сталинградская битва, Курская дуга, битва за Кавказ, освобождение Украины, операция «Багратион», освобождение Европы, Берлинская операция);

о вкладе народа в победу на трудовом фронте;

о героях Великой Отечественной войны;

о значении Великой Отечественной войны в жизни каждой семьи участников сборов.

**В ходе изучения спортивной программы** участники сборов получат представление:

о технике выполнения базовых упражнений общей физической подготовки (ОФП);

о технике безопасности при занятиях физической культурой.

**Содержание курса внеурочной деятельности  
«НАЧАЛЬНАЯ ВОЕННАЯ ПОДГОТОВКА»**

БАЗОВЫЙ БЛОК

**Модуль № 1 «Тактическая подготовка»**

Основы общевойскового боя. Основные виды боя: оборона, наступление. Понятие тактических действий.

Организационно-штатная структура и боевые возможности мотострелкового отделения Сухопутных войск Российской Федерации. Задачи отделения в различных видах боя.

Ознакомление с организационно-штатной структурой подразделений иностранных армий (НАТО, КНР).

Состав, назначение, характеристики, порядок размещения современных средств индивидуальной бронезащиты и экипировки.

Действия отделения в обороне. Способы перехода к обороне. Позиция отделения в обороне. Назначение ориентиров. Система огня отделения и сектора обстрела стрелков. Сигналы оповещения, управления и взаимодействия. Действия наблюдателя.

Действия отделения в наступлении. Боевой порядок отделения в наступлении. Преодоления заграждений. Перебежки и переползания. Действия в составе боевых групп.

Задачи отделения в разведке и способы их выполнения. Ориентирование на местности с использованием карты, компаса, местных предметов, а также современного навигационного оборудования.

Выбор, оборудование и маскировка места наблюдения. Приборы наблюдения. Выживание в особых условиях.

Сигналы оповещения. Действия личного состава по тревоге. Получение оружия, средств индивидуальной защиты и экипировки. Походный порядок взвода. Задачи и способы действий дозорного отделения и пеших дозорных.

Действия при внезапном нападении противника и преодоление заражённого участка местности.

**Модуль № 2 «Огневая подготовка»**

Вооружение мотострелкового отделения. Назначение и тактико-технические характеристики основных видов стрелкового оружия и ручных гранат. Перспективы развития современного стрелкового оружия.

Назначение и устройство частей и механизмов автомата, патронов и принадлежностей. Принцип устройства и действие автоматики. Возможные задержки при стрельбе и их устранение. Порядок неполной разборки автомата Калашникова и сборки после неполной разборки. Устройство гранат РГД-5, Ф-1, РГН, РГО.

Требования Курса стрельб по организации, порядку и мерам безопасности во время стрельб и тренировок, изучение условий упражнения. Классификация целей на поле боя и их краткая характеристика. Простейшая огневая задача, её сущность и алгоритм решения.

Способы ведения огня из автомата. Наводка оружия, сущность, виды и приёмы производства выстрела. Выбор момента выстрела. Изготовка для стрельбы из различных положений. Условия выполнения начальных стрельб. Занятие на учебно-­тре­ни­ро­воч­ных средствах. Отработка нормативов, усовершенствование знаний по устройству оружия. Действия со стрелковым оружием.

Выполнение упражнений начальных стрельб 1 УНС и гранатометаний.

**Модуль № 3 «Основы технической подготовки и связи»**

Ознакомление с основными образцами вооружения и военной техники Сухопутных войск. Виды, назначение, общее устройство и тактико-технические характеристики основных образцов боевых машин Сухопутных войск (БМП-3; БТР-82А, танк Т-80, Т-90).

Боевая робототехника — оружие будущего в настоящем. Виды, предназначение, тактико-технические характеристики и общее устройство БПЛА. Ведение разведки местности с использованием БПЛА. Способы противодействия БПЛА противника.

Предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций. Подготовка радиостанции к работе, настройка частот (диапазонов).

Порядок ведения радиообмена. Особенности назначения позывных. Переход на запасные и резервные частоты. Меры по обману противника при ведении радиопереговоров по открытым каналам связи.

**Модуль № 4 «Инженерная подготовка»**

Шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение. Заточка и правка инструмента. Порядок оборудования позиции отделения. Назначение, размеры и последовательность отрывки окопа для стрелка.

Минно-взрывные противотанковые, противопехотные и смешанные инженерные заграждения.

Основные виды противотанковых и противопехотных мин отечественного и зарубежного производства. Средства разведки и разминирования. Особенности разведки дорог, мостов, зданий. Способы обнаружения и обезвреживания взрывоопасных предметов.

**Модуль № 5 «Радиационная, химическая и биологическая защита»**

Понятие оружия массового поражения. История его развития, примеры применения. Его роль в современном бою. Поражающие факторы ядерных взрывов, средства и способы защиты от них.

Отравляющие вещества, их назначение и классификация. Внешние признаки применения бактериологического (биологического) оружия.

Поражающие свойства зажигательного оружия и средства его применения. Назначение, устройство и подбор по размеру средств индивидуальной защиты. Использование их в положениях «походное», «наготове» и «боевое», подаваемые при этом команды.

Сигналы оповещения о применении противником оружия массового поражения и порядок действий по ним.

Назначение и устройство индивидуального противохимического пакета и правила пользования им. Правила поведения на заражённой местности. Назначение, устройство и порядок работы с войсковым измерителем дозы ИД-1 и войсковым прибором химической разведки (ВПХР).

**Модуль № 6 «Первая помощь (Тактическая медицина)»**

Состав и назначение штатных и подручных средств первой помощи.

Основные типы ранений на поле боя. Приёмы первой помощи. Остановка кровотечения. Наложение повязок. Иммобилизация конечностей.

Способы поиска, сближения и эвакуации раненых с поля боя. Штатные и подручные средства эвакуации раненых. Реанимационные мероприятия.

**Модуль № 7 «Общевоинские уставы»**

Общие обязанности, права и ответственность военнослужащих. Содержание воинской дисциплины. Правила взаимоотношений между военнослужащими и ответственность за их нарушение.

Сущность единоначалия и приказа командира (начальника). Воинские звания. Обязанности солдата (матроса).

Организация размещения и быта военнослужащих. Распределение времени и внутренний порядок. Состав и назначение суточного наряда. Обязанности дежурного и дневального по роте. Ответственность за нарушение порядка несения внутренней службы.

Виды караулов. Назначение и состав караула. Подготовка караула. Неприкосновенность часового. Обязанности часового, порядок применения оружия.

**Модуль № 8 «Строевая подготовка»**

Строи и управление ими. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю. Развёрнутый и походный строи отделения (взвода). Строевые приёмы на месте.

Строевые приёмы в движении без оружия. Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй.

Строевая стойка с оружием. Выполнение воинского приветствия с оружием. Строевые приёмы с оружием на месте (автоматом).

Движение в походном строю. Перестроение взвода. Перемена направления движения. Выполнение воинского приветствия в движении. Ответ на приветствие в составе подразделения.

**Модуль № 9 «Основы безопасности военной службы»**

Опасные факторы военной службы в процессе повседневной деятельности и боевой подготовки. Мероприятия по обеспечению безопасности военной службы.

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ БЛОК** (вариативный компонент «Патриотическое воспитание и профессиональная ориентация»)

**Модуль «Структура органов государственной власти Российской Федерации. Права и обязанности гражданина, воинская обязанность. Взаимодействие гражданина с государством и обществом, гражданские инициативы и волонтёрство»**

Права, свободы и обязанности граждан в соответствии с Конституцией Российской Федерации.

Система органов государственной власти федерального и регионального уровней.

Правовая сфера жизни общества. Правообразующие прин-  
ципы.

Проявления гражданственности в повседневной жизни.

Патриотизм и псевдопатриотизм, взаимосвязь патриотизма и гражданственности.

Гражданское общество и его институты, система политических и общественных объединений.

**Модуль «Профессии будущего — современная наука и высокие технологии в военной сфере, военные и гражданские специальности»**

Специфика рынка труда.

Военно-учётные специальности.

Высшие учебные заведения Минобороны России и других федеральных органов исполнительной власти, где предусмотрена военная служба.

Высокие технологии, их использование в военной сфере.

**Модуль «Гибридные войны и невоенные конфликты в современном мире, противодействие негативным тенденциям в международных отношениях»**

Конструктивные и деструктивные ценности.

Система общественных и личностных ценностей, расстановка приоритетов.

Влияние средств массовой информации на общество.

Способы и инструменты формирования общественного мнения.

Информационно-психологическая война.

От холодной войны к гибридной войне.

Стратегия гибридных войн.

Концепция «мягкой силы».

Ложная и недостоверная информация: основные признаки.

Невоенные «факторы силы» в международных конфликтах.

**Модуль «Ратные страницы истории Отечества. Подвиг народа в Великой Отечественной войне 1941—1945 годов»**

События, ставшие основой государственных праздников и памятных дат России.

Причины начала Великой Отечественной войны и усилия СССР по её предотвращению.

Основные битвы и операции Великой Отечественной войны (Битва за Москву, Сталинградская битва, Курская дуга, битва за Кавказ, освобождение Украины, операция «Багратион», освобождение Европы, Берлинская операция).

Вклад народа в победу на трудовом фронте.

Герои Великой Отечественной войны.

Значение Великой Отечественной войны в жизни каждой семьи участников сборов.

РАСЧЁТ ЧАСОВ ПО УЧЕБНЫМ МОДУЛЯМ

**Базовый блок**

| **№**  **п/п** | **Учебный модуль** | **Количество часов** | | | | | **Общее количество часов** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1-й день** | **2-й день** | **3-й день** | **4-й день** | **5-й день** |
| 1 | Тактическая подготовка | 1 | 2 | 2 |  | 2 | 7 |
| 2 | Огневая подготовка |  | 1 | 1 | 4 | 1 | 7 |
| 3 | Основы технической подготовки и связи | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 4 |
| 4 | Инженерная подготовка |  |  | 1 | 1 | 1 | 3 |
| 5 | Радиационная, химическая и биологическая защита | 1 | 1 |  |  | 1 | 3 |
| 6 | Первая помощь (Тактическая медицина) | 1 |  |  | 1 | 1 | 3 |
| 7 | Общевоинские уставы | 1 | 1 | 1 |  |  | 3 |
| 8 | Строевая подготовка | 1 | 1 | 2 |  |  | 4 |
| 9 | Основы безопасности военной службы | 1 |  |  |  |  | 1 |
| **ИТОГО** | | **7** | **7** | **7** | **7** | **7** | **35** |

**Тематический блок (вариативный компонент   
«Патриотическое воспитание и профессиональная ориентация»)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Модуль** | **Количество часов** | | | | **Общее количество часов** |
| **1-й день** | **2-й день** | **3-й день** | **4-й день** |
| 1 | Структура органов государственной власти Российской Федерации. Права и обязанности гражданина, воинская обязанность | 1 |  |  |  | 1 |
| 2 | Профессии будущего — современная наука и высокие технологии в военной сфере, военные и гражданские специальности |  | 1 |  |  | 1 |
| 3 | Гибридные войны и невоенные конфликты в современном мире |  |  | 1 |  | 1 |
| 4 | Ратные страницы истории Отечества. Подвиг народа в Великой Отечественной войне 1941—1945 годов |  |  |  | 1 | 1 |
| 5 | Турниры по игровым видам спорта. Выполнение нормативов ВФСК ГТО | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 |
| **ИТОГО** | | **2** | **2** | **2** | **2** | **8** |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ   
«НАЧАЛЬНАЯ ВОЕННАЯ ПОДГОТОВКА» (УЧЕБНЫЕ СБОРЫ ПО ОСНОВАМ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Темы** | **Основное содержание** | **Основные виды деятельности обучающихся** |
| **БАЗОВЫЙ БЛОК** | | |
| **Модуль № 1 «Тактическая подготовка» (7 ч)** | | |
| *Теоретическое занятие (1 ч).*  Основные виды тактических действий. Организационно-штатная структура мотострелкового отделения (взвода) | Основы общевойскового боя. Оборона. Наступление. Тактические действия.  Организационно-штатная структура и боевые возможности отделения. Задачи отделения в различных видах боя.  Ознакомление с организационно-­штатной структурой подразделений иностранных армий (НАТО, КНР) | Классифицируют основные виды тактических действий подразделений.  Формируют представление  об организационной структуре отделения и задачах личного  состава в бою.  Характеризуют отличительные признаки подразделений иностранных армий.  Вырабатывают алгоритм действий в бою |
| *Практическое занятие (2 ч).*  Основы действий мотострелкового отделения в обороне и наступлении | Состав, назначение, характеристики, порядок размещения современных средств индивидуальной бронезащиты и экипировки.  Действия отделения в обороне. Способы перехода к обороне.  Позиция отделения в обороне. | Объясняют боевой порядок отделения в обороне и наступлении.  Раскрывают способы действий солдата в обороне и наступлении.  Раскрывают способы действия наблюдателя. Действуют по сигналам оповещения и управления. |
|  | Назначение ориентиров. Система огня отделения и сектора обстрела стрелков. Сигналы оповещения, управления и взаимодействия. Действия наблюдателя.  Действия отделения в наступлении. Боевой порядок отделения в на­ступ­ле­нии. Преодоления заграждений. Перебежки и переползания.  Действия в составе боевых групп | Вырабатывают алгоритм действий при внезапном нападении против- ника.  Решают ситуационные задачи.  Выполняют тактические перемещения в составе групп, занимают позиции, преодолевают заграждения |
| *Практическое занятие (2 ч).*  Действия мотострелкового отделения в разведке | Задачи отделения в разведке и способы их выполнения. Ориентирование на местности с использованием карты, компаса, местных предметов, а также современного навигационного оборудования.  Выбор, оборудование и маскировка места наблюдения. Приборы наблюдения.  Выживание в особых условиях | Актуализируют информацию о военной топографии и ориентированию на местности.  Раскрывают способы ориентирования на местности различными способами.  Классифицируют приборы наблю- дения.  Раскрывают способы действия разведчика при наблюдении за противником.  Выполняют практические действия по ориентированию на местности, применяют приёмы выживания |
| *Комплексное практическое занятие (2 ч).*  Действия мотострелкового отделения в дозоре | Сигналы оповещения. Действия личного состава по тревоге. Получение оружия, средств индивидуальной защиты и экипировки. Походный порядок взвода. Задачи и способы действий дозорного отделения и пеших дозорных.  Действия при внезапном нападении противника и преодоление заражённого участка местности | Актуализируют порядок действий военнослужащих по сигналам оповещения.  Вырабатывают алгоритм действий при получении оружия и военного имущества.  Решают ситуационные задачи.  Выполняют практические действия при совершении марша, внезапном нападении противника, преодолении заражённого участка мест- ности |
| **Модуль № 2 «Огневая подготовка» (7 ч)** | | |
| *Классное занятие (1 ч).*  Виды, назначение и тактико-технические характеристики стрелкового оружия и ручных гранат Сухопутных войск | Вооружение мотострелкового отделения. Назначение и тактико- технические характеристики основных видов стрелкового оружия и ручных гранат.  Перспективы развития современного стрелкового оружия | Актуализируют информацию о вооружении отделения и тактико- технических характеристиках стрелкового оружия.  Классифицируют виды стрелкового оружия и ручных гранат.  Рассказывают о перспективах развития стрелкового оружия |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Общее устройство автомата Калашникова и ручных гранат. Уход за стрелковым оружием, его хранение и сбережение | Назначение и устройство частей и механизмов автомата, патронов и принадлежностей. Принцип устройства и действие автоматики. Возможные задержки при стрельбе и их устранение. | Объясняют назначение и устройство частей и механизмов автомата, патронов и принадлежностей.  Рассказывают общее устройство ручных гранат.  Формируют навык обращения с оружием. |
|  | Порядок неполной разборки и сборки после неполной разборки.  Устройство гранат РГД-5, Ф-1, РГН, РГО | Выполняют практические действия по неполной разборке и сборке автомата Калашникова, подготовке к бою ручных гранат |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Правила стрельбы из стрелкового оружия и метания ручных гранат | Требования Курса стрельб по организации, порядку и мерам безопасности во время стрельб и тренировок, изучение условий упражнения.  Классификация целей на поле боя и их краткая характеристика. Простейшая огневая задача, её сущность и алгоритм решения.  Способы ведения огня из автомата. Наводка оружия, сущность, виды и приёмы производства выстрела. Выбор момента выстрела.  Изготовка для стрельбы из различных положений | Оценивают риски нарушения правил и мер безопасности.  Приводят примеры нарушений правил и мер безопасности и их возможных последствий.  Перечисляют меры безопасности при проведении занятий по боевой подготовке и обращении с оружием.  Вырабатывают навыки прицеливания и производства выстрела.  Выполняют практические действия по изготовке к стрельбе из различных положений |
| *Практическое занятие (4 ч).*  Выполнение упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия и упражнения в метании учебно-имитационных ручных гранат | Условия выполнения начальных стрельб. Занятие на учебно- тренировочных средствах.  Отработка нормативов, усовершенствование знаний по устройству оружия.  Действия со стрелковым оружием. | Актуализируют информацию об устройстве стрелкового оружия и ручных гранат и мерах безопасности при обращении с ними.  Вырабатывают алгоритм действий при выполнении начальных стрельб и метании гранат. |
|  | Выполнение упражнений начальных стрельб 1 УНС и гранатометаний | Отрабатывают нормативы по снаряжению магазина боеприпасами и изготовке для стрельбы из положения лёжа.  Выполняют упражнение начальных стрельб и метание учебно-имитационных ручных гранат |
| **Модуль № 3 «Основы технической подготовки и связи» (4 ч)** | | |
| *Классное занятие (1 ч).*  Основные образцы вооружения и военной техники Сухопутных войск | Виды, назначение, общее устройство и тактико-технические характерис- тики основных образцов боевых машин (БМП-3; БТР-82А, танк Т-80, Т-90) | Формируют представления об основных образцах вооружения и военной техники.  Классифицируют виды боевых машин.  Рассказывают об основных тактико-технических характеристиках боевых машин |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Боевое применение беспилотных летательных аппаратов (БПЛА) | Виды, предназначение, тактико- технические характеристики и общее устройство БПЛА.  Ведение разведки местности с использованием БПЛА.  Способы противодействия БПЛА противника | Формируют представления о способах боевого применения БПЛА.  Объясняют способы ведения разведки местности с помощью БПЛА.  Вырабатывают алгоритм противодействия БПЛА противника.  Выполняют практические действия по управлению БПЛА |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Средства радиосвязи отделения (взвода) | Предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций. | Формируют представления о видах, предназначении, тактико-технических характеристиках средств связи. |
|  | Подготовка радиостанции к работе, настройка частот (диапазонов) | Классифицируют средства связи отделения.  Объясняют последовательность действий при подготовке радиостанций к работе.  Выполняют практические действия по подготовке радиостанции к применению |
| *Комплексное практическое занятие (1 ч).*  Правила ведения переговоров на средствах связи | Порядок ведения радиообмена. Особенности назначения позывных. Переход на запасные и резервные частоты. Меры по обману противника при ведении радиопереговоров по открытым каналам связи | Актуализируют информацию об устройстве радиостанций и подготовке их к работе.  Объясняют порядок перехода на запасные и резервные частоты радиостанций.  Раскрывают основные требования к ведению радиопереговоров.  Перечисляют способы обмана противника при ведении радиопереговоров.  Выполняют практические действия по подготовке радиостанции к применению и ведению радиоперего- воров |
| **Модуль № 4 «Инженерная подготовка» (3 ч)** | | |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Оборудование позиции отделения. Последовательность отрывки окопа для стрелка | Шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение. Заточка и правка инструмента. Порядок оборудования позиции отделения. Назначение, размеры и последовательность отрывки окопа для стрелка | Актуализируют информацию о порядке и сроках инженерного оборудования позиции отделения и окопа для стрелка.  Рассказывают о назначении и порядке применения шанцевого инструмента.  Объясняют способы маскировки окопа для стрельбы лёжа.  Выполняют практические действия по оборудованию окопа для стрельбы лёжа |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Минно-взрывные инженерные заграждения | Минно-взрывные противотанковые, противопехотные и смешанные инженерные заграждения.  Основные виды противотанковых и противопехотных мин отечественного и зарубежного производства | Классифицируют типы мин.  Объясняют общее устройство и принцип действия противотанковых и противопехотных мин.  Рассказывают о порядке установки мин.  Решают ситуационные задачи.  Выполняют практические действия по подготовке и установлению противотанковых и противопехотных мин |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Инженерная разведка местности | Средства разведки и разминирования. Особенности разведка дорог, мостов, зданий. Способы обнаруже- | Актуализируют информацию о типах мин и порядке их уста- новки. |
|  | ния и обезвреживания взрывоопасных предметов | Характеризуют демаскирующие признаки установки мин.  Объясняют порядок обнаружения и обезвреживания взрывоопасных предметов.  Выполняют практические действия по обнаружению мин с использованием миноискателя, щупа, кошки |
| **Модуль № 5 «Радиационная, химическая и биологическая защита» (3 ч)** | | |
| *Классное занятие (1 ч).*  Оружие массового поражения. Ядерное, химическое и биологическое оружие. Зажигательные смеси | Понятие оружия массового поражения. История его развития, примеры применения. Его роль в современном бою.  Поражающие факторы ядерных взрывов, средства и способы защиты от них.  Отравляющие вещества, их назначение и классификация.  Внешние признаки применения бактериологического (биологического) оружия.  Поражающие свойства зажигательного оружия и средства его приме- нения | Актуализируют информацию об оружии массового поражения.  Классифицируют виды ядерных взрывов.  Рассказывают о поражающих свойствах ядерного взрыва, зажигательного оружия, признаках применения отравляющих веществ и биологического оружия.  Вырабатывают алгоритм действий при применении противником оружия массового поражения |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения.  Оказание первой помощи при поражении ядерным, химическим и бактериологическим (биологическим) оружием | Назначение, устройство и подбор по размеру средств индивидуальной защиты. Использование их в положениях «походное», «наготове» и «боевое», подаваемые при этом команды.  Сигналы оповещения о применении противником оружия массового поражения и порядок действий по ним.  Назначение и устройство индивидуального противохимического пакета и правила пользования им. Правила поведения на заражённой местности | Объясняют назначение и общее устройство средств индивидуальной защиты.  Формируют навык использования средств индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения.  Описывают порядок оказания первой помощи при поражении ядерным, химическим и бактериологическим (биологическим) оружием.  Объясняют правила поведения на заражённой местности.  Выполняют нормативы |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Основы ведения радиационного и химического наблюдения, разведки и дозиметрического контроля в подразделении | Назначение, устройство и порядок работы с войсковым измерителем дозы ИД-1 и войсковым прибором химической разведки (ВПХР) | Формируют навык использования войсковых средств радиационного и химического контроля.  Объясняют порядок подготовки к работе измерителей доз и войскового прибора химической разведки.  Выполняют практические действия по измерению уровня радиационного фона |
| **Модуль № 6 «Первая помощь (Тактическая медицина)» (3 ч)** | | |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Оснащение для оказания первой помощи раненым | Состав и назначение штатных и под- ручных средств первой помощи. | Актуализируют информацию о порядке оказания первой помощи.  Объясняют состав и назначение средств оказания первой помощи.  Решают ситуационные задачи. |
|  |  | Выполняют практические действия по оказанию первой помощи |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Типы ранений и способы оказания первой само- и взаимопомощи при них | Основные типы ранений на поле боя. Приёмы первой помощи. Остановка кровотечения. Наложение повязок. Иммобилизация конечностей | Классифицируют типы ранений.  Объясняют порядок и условия различных видов кровотечений, иммобилизации конечностей.  Выполняют практические действия по оказанию первой помощи |
| *Комплексное практическое занятие (1 ч).*  Эвакуация раненых с поля боя | Способы поиска, сближения и эвакуации раненых с поля боя. Штатные и подручные средства эвакуации раненых. Сердечно-лёгочная реанимация | Формулируют задачи зон эвакуации (красная, жёлтая, зелёная).  Рассказывают об объёмах оказания первой помощи в зонах эвакуации.  Объясняют порядок использования штатных и подручных средств эвакуации.  Выполняют практические действия по эвакуации раненых с поля боя и проведению сердечно-лёгочной реанимации |
| **Модуль № 7 «Общевоинские уставы» (3 ч)** | | |
| *Классное занятие (1 ч).*  Военнослужащие и взаимо- отношения между ними. | Общие обязанности, права и ответственность военнослужащих.  Содержание воинской дисциплины. | Объясняют права и обязанности военнослужащих.  Рассказывают о принципах единоначалия. |
| Общие обязанности и юридическая ответственность военно- служащих | Правила взаимоотношений между военнослужащими и ответственность за их нарушение.  Сущность единоначалия и приказа командира (начальника).  Воинские звания.  Обязанности солдата (матроса) | Определяют знаки различия и воинские звания военнослужащих.  Оценивают риски нарушения воинской дисциплины, вырабатывают модель поведения в воинском коллективе |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Внутренний порядок в подразделении. Обязанности должностных лиц суточного наряда по роте | Организация размещения и быта военнослужащих. Распределение времени и внутренний порядок.  Состав и назначение суточного наряда.  Обязанности дежурного и дневального по роте.  Ответственность за нарушение порядка несения внутренней  службы | Объясняют смысл понятия «внутренний порядок», роль лиц суточного наряда в его поддержании.  Раскрывают обязанности лиц суточного наряда по роте.  Решают ситуационные задачи.  Формируют навыки, необходимые для освоения обязанностей дневального по роте |
| *Классное занятие (1 ч).*  Организация и несение караульной службы. Обязанности должностных лиц караула | Виды караулов. Назначение и состав караула. Подготовка караула.  Неприкосновенность часового.  Обязанности часового, порядок применения оружия | Классифицируют виды караулов и их предназначение.  Объясняют смысл понятия «неприкосновенность часового».  Характеризуют обязанности часового, раскрывают особенности применения оружия.  Оценивают риски нарушения порядка несения караульной службы, формируют готовность к несению караульной службы.  Решают ситуационные задачи |
| **Модуль № 8 «Строевая подготовка» (4 ч)** | | |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Общие положения строевого устава. Строи отделения. Строевая стойка и повороты на месте. Выполнение воинского приветствия на месте | Строи и управление ими. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю. Развёрнутый и походный строи отделения  (взвода).  Строевые приёмы на месте | Объясняют основные положения Строевого устава.  Перечисляют строевые приёмы на месте.  Выполняют строевые приёмы |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Строевые приёмы в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него | Строевые приёмы в движении без оружия.  Выход из строя, подход к начальнику и возвращение в строй | Вырабатывают алгоритм выполнения строевых приёмов в движении.  Перечисляют строевые приёмы в движении без оружия.  Выполняют строевые приёмы |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Строевые приёмы с оружием | Строевая стойка с оружием. Выполнение воинского приветствия с оружием. Строевые приёмы с оружием на месте (автоматом) | Вырабатывают алгоритм выполнения строевых приёмов с оружием.  Перечисляют строевые приёмы с оружием на месте.  Выполняют строевые приёмы |
| *Практическое занятие (1 ч).*  Строевые приёмы без оружия на месте и в движении в составе взвода | Движение в походном строю. Перестроение взвода. Перемена направления движения.  Выполнение воинского приветствия в движении.  Ответ на приветствие в составе подразделения | Характеризуют основные строевые приёмы в составе подразделения в движении.  Вырабатывают алгоритм действий при перестроениях взвода.  Выполняют строевые приёмы в составе подразделения |
| **Модуль № 9 «Основы безопасности военной службы» (1 ч)** | | |
| *Классное занятие (1 ч).*  Основные мероприятия по обеспечению безопасности военной службы | Опасные факторы военной службы в процессе повседневной деятельности и боевой подготовки.  Мероприятия по обеспечению безопасности военной службы | Классифицируют опасные факторы военной службы, виды нарушений правил и мер безопасности.  Перечисляют меры безопасности при проведении занятий по боевой подготовке и обращении с ору- жием.  Оценивают риски нарушения правил и мер безопасности.  Формируют навыки минимизации рисков |
| **ТЕМАТИЧЕСКИЙ БЛОК**  (вариативный компонент «Патриотическое воспитание и профессиональная ориентация» (8 ч) | | |
| *Беседа (1 ч).*  Структура органов государственной власти Российской Федерации. Права и обязанности гражданина, воинская обязанность. Взаимодействие гражданина с государством и обществом, гражданские инициативы и волонтёрство | Права, свободы и обязанности граждан в соответствии с Конституцией Российской Федерации.  Система органов государственной власти федерального и регионального уровней.  Правовая сфера жизни общества. Правообразующие принципы. Воинская обязанность.  Проявления гражданственности в повседневной жизни.  Патриотизм и псевдопатриотизм, взаимосвязь патриотизма и гражданственности. | Классифицируют структуру органов государственной власти Российский Федерации.  Формируют представление о конституционных гарантиях прав и свобод граждан, об обязанностях граждан перед государством и обществом, о воинской обязанности.  Аргументированно объясняют понятия гражданственности и патриотизма и оценивают их взаимо- связи.  Объясняют правообразующие принципы равенства, свободы, |
|  | Гражданское общество и его институты, система политических и общественных объединений | справедливости. Формируют представление о сфере правовых отношений между людьми, а также между личностью и государством, регулируемых действующим правом.  Классифицируют институты гражданского общества, политические партии и общественные объединения.  Объясняют роль и значение волон- тёрской деятельности в развитии общества и государства |
| *Презентация (1 ч).*  Профессии будущего — современная наука и высокие технологии в военной сфере, перспективные военные специальности | Специфика рынка труда.  Военно-учётные специальности.  Высшие учебные заведения Минобороны России и других федеральных органов государственной власти, где предусмотрена военная служба.  Высокие технологии, их использование в военной и гражданской сферах | Формируют представление о тенденциях развития и изменениях на рынке труда.  Классифицируют военно-учётные специальности.  Формируют представление об организации подготовки офицерских кадров для Вооружённых Сил Российской Федерации, МВД России, ФСБ, России, МЧС России, Росгвардии и др.  Перечисляют новые и перспективные военные профессии |
| *Беседа (1 ч).*  Гибридные войны и невоенные конфликты в современном мире, противодействие негативным тенденциям в международных отношениях | Конструктивные и деструктивные ценности.  Система общественных и личностных ценностей, расстановка приоритетов.  Влияние средств массовой информации на общество.  Способы и инструменты формирования общественного мнения.  Информационно-психологическая война. Ложная и недостоверная информация: основные признаки.  От холодной войны к гибридной войне. Стратегия гибридных войн.  Концепция «мягкой силы». Невоенные «факторы силы» в международных конфликтах | Перечисляют конструктивные и деструктивные ценности.  Анализируют порядок формирования личностной системы ценно- стей.  Классифицируют различные виды воздействий на общественное сознание.  Формируют представление о роли средств массовой информации в современном мире и об их влиянии на общество.  Объясняют роль пропаганды в информационно-психологическом противостоянии на международной арене.  Рассказывают о невоенных мерах воздействия в системе международных отношений, о технологиях ведения гибридных войн.  Классифицируют признаки искажения информации в целях негативного воздействия на общество.  Формируют представление о методах и средствах воздействия на общество в целях дестабилизации.  Вырабатывают алгоритм противодействия негативному информа- ционно-психологическому влия- нию |
| *Викторина (интеллектуальная игра) (1 ч).*  Ратные страницы истории Отечества. Подвиг народа в Великой Отечественной войне 1941—1945 годов | События, ставшие основой государственных праздников и памятных дат России.  Причины начала Великой Отечественной войны и усилия СССР  по её предотвращению.  Основные битвы и операции Великой Отечественной войны (Битва за Москву, Сталинградская битва, Курская дуга, битва за Кавказ, освобождение Украины, операция «Багратион», освобождение Европы, Берлинская операция).  Вклад народа в победу на трудовом фронте.  Герои Великой Отечественной войны.  Значение Великой Отечественной войны в жизни каждой семьи участников сборов | Рассказывают о событиях, ставших основой государственных праздников и памятных дат России.  Анализируют причины начала Великой Отечественной войны и усилия СССР по её предотвращению.  Перечисляют основные битвы и операции Великой Отечественной войны.  Оценивают вклад народа в победу на трудовом фронте.  Рассказывают о героях Великой Отечественной войны.  Рассказывают о значении Великой Отечественной войны в жизни каждой семьи участников сборов |

**ПРИЛОЖЕНИЯ**

Приложение № 1

ПРИМЕРНЫЙ РАСПОРЯДОК ДНЯ УЧЕБНЫХ СБОРОВ

| **№ п/п** | **Содержание мероприятия** | **Начало** | **Окончание** | **Продолжительность** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Подъём | 7.00 |  |  |
|  | Утренняя физическая зарядка | 7.10 | 7.40 | 30 мин |
|  | Утренний туалет, заправка постелей | 7.40 | 8.10 | 30 мин |
|  | Утренний осмотр | 8.10 | 8.20 | 10 мин |
|  | Завтрак | 8.20 | 8.50 | 30 мин |
|  | Построение и развод на занятия, подъём  Государственного флага Российской Федерации, исполнение Государственного гимна Российской Федерации | 8.50 | 9.00 | 10 мин |
|  | Учебные занятия |  |  |  |
|  | 1 час | 9.00 | 9.45 | 45 мин |
|  | 2 час | 9.55 | 10.40 | 45 мин |
|  | 3 час | 10.50 | 11.35 | 45 мин |
|  | 4 час | 11.45 | 12.30 | 45 мин |
|  | Подготовка к обеду | 12.30 | 13.00 | 30 мин |
|  | Обед | 13.00 | 13.50 | 50 мин |
|  | Учебные занятия |  |  |  |
|  | 5 час | 14.00 | 14.45 | 45 мин |
|  | 6 час | 14.55 | 15.40 | 45 мин |
|  | 7 час | 15.50 | 16.35 | 45 мин |
|  | Полдник | 16.35 | 16.55 | 20 мин |
|  | Военно-политическая и спортивно-массовая работа (тематический блок) | 17.00 | 19.00 | 2 ч |
|  | Подготовка к ужину | 19.00 | 19.10 | 10 мин |
|  | Ужин | 19.10 | 19.40 | 30 мин |
|  | Культурно-досуговые мероприятия | 19.40 | 21.40 | 2 ч |
|  | Второй ужин | 21.40 | 22.00 | 20 мин |
|  | Подведение итогов дня | 22.00 | 22.30 | 30 мин |
|  | Приготовление ко сну | 22.30 | 23.00 | 30 мин |
|  | Отбой | 23.00 |  |  |

Приложение № 2

ОБУЧЕНИЕ СТРЕЛЬБЕ

С учётом особой значимости стрельб в боевой и психологической подготовке обучающихся их проведение должно являться обязательным элементом учебных сборов и проводиться на регулярной основе.

Организация стрельб из огнестрельного оружия с несовершеннолетними, проходящими учебные сборы по основам военной службы, осуществляется, как правило, на базе спортивных и образовательных организаций с использованием гражданского огнестрельного оружия, созданного на основе конструктивных решений и технологий изготовления автомата Калашникова, а при их отсутствии — на объектах учебно-материальной базы воинских частей и организаций Вооружённых Сил Российской Федерации, других войск и воинских формирований (далее — воинские части).

При организации стрельб на базе спортивных и образовательных организаций обучение проводится инструкторами, имеющими соответствующую квалификацию и опыт, при участии педагогических работников образовательных организаций, осуществляющих обучение граждан начальным знаниям в области обороны и их подготовку по основам военной службы (далее — педагогический работник). Организация стрельб осуществляется соответствующими военными комиссарами.

При отсутствии условий для стрельбы из огнестрельного оружия организуется стрельба из пневматического оружия в специально оборудованных местах или с использованием электронных имитаторов стрельбы.

При организации стрельб из стрелкового оружия на объектах учебно-материальной базы воинских частей обучение граждан стрельбе организуется командирами воинских частей и проводится в установленном порядке на стрельбищах или в тирах военнослужащими при участии педагогических работников. Для проведения стрельб командиры воинских частей назначают ответственных должностных лиц, а также предоставляют оружие и боеприпасы.

Штабом воинской части при разработке плана боевой подготовки воинской части на новый учебный год в один из его разделов включаются мероприятия по проведению учебных сборов с обучающимися в образовательных организациях, закреплённых за воинской частью приказом командующего войсками военного округа. В приложение к указанному плану отдельной строкой включается расход боеприпасов при проведении стрельб с обучающимися.

Для руководства и обслуживания стрельб, а также обеспечения мер безопасности во время стрельбы приказом командира воинской части назначаются старший руководитель стрельб, начальник оцепления, дежурный врач (фельдшер) с санитарной машиной и артиллерийский техник (мастер). Кроме того, старший руководитель стрельб назначает руководителей стрельб на участках, наблюдателей и начальника пункта боевого питания. При стрельбах на одном участке обязанности руководителя стрельб на участке возлагаются на старшего руководителя стрельб.

До проведения стрельб педагогический работник детально изучает с обучающимися:

требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами;

устройство и порядок применения стрелкового оружия;

порядок выполнения упражнений стрельб.

Подготовленность каждого обучающегося к стрельбе проверяется представителем воинской части в присутствии педагогического работника. К выполнению упражнений стрельб допускаются обучающиеся, изучившие материальную часть стрелкового оружия и боеприпасы, требования безопасности при проведении стрельб, условия выполняемого упражнения и сдавшие зачёт.

Обучающиеся, не сдавшие зачёт, к стрельбе не допускаются.

В период проведения занятий по огневой подготовке обучающиеся выполняют упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия и упражнения в метании учебно-имитационных ручных гранат.

Приложение № 3

ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СТРЕЛЬБ

Стрельбы из спортивного оружия (малокалиберной или пневматической винтовки) проводятся в целях подготовки к выполнению начального упражнения стрельб из автомата в оборудованном, имеющем разрешение тире (стрельбище) под руководством педагогического работника.

Стрельбы боевыми патронами из огнестрельного оружия проводятся только на оборудованных стрельбищах и в тирах под руководством опытных офицеров воинской части или инструкторов образовательных (спортивных) организаций.

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

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

В тире и на стрельбище запрещается:

производить стрельбу из неисправного оружия и при поднятом белом флаге;

брать или трогать на огневом рубеже оружие или подходить к нему без команды руководителя стрельб;

заряжать оружие до команды руководителя стрельб;

прицеливаться и направлять оружие в стороны и тыл, а также в людей;

выносить заряженное оружие с огневого рубежа;

находиться на огневом рубеже посторонним, кроме стреляющей смены;

оставлять где бы то ни было заряженное оружие или передавать другим лицам без разрешения руководителя стрельб;

производить стрельбу непараллельно директрисе (направлению) стрельбища (тира);

стрелять в тире одновременно из разных видов оружия;

находиться на огневом рубеже кому бы то ни было до сигнала (команды) «огонь!» и после сигнала (команды) «отбой!» старшего руководителя стрельб.

Выдача гражданам боевых патронов производится специально назначенным военнослужащим воинской части или инструктором образовательной (спортивной) организации. Подготовка каждого обучающегося к стрельбе боевыми патронами проверяется офицером воинской части (представителем военного комиссариата) или инструктором образовательной (спортивной) организации в присутствии педагогического работ-  
ника.

Выдача малокалиберных патронов производится только педагогическим работником исключительно на огневом рубеже. Если показ попаданий делается после каждого выстрела, выдаётся только по одному патрону.

Заряжается оружие на огневом рубеже и только по команде «заряжай!» руководителя стрельб.

Чистка оружия производится в специально отведённых местах под руководством военнослужащего, инструктора или педагогического работника.

Для проведения стрельбы из спортивного оружия руководитель образовательной организации издаёт письменный приказ, в котором указывает:

дату, место, наименование класса (курса) и количество привлекаемых обучающихся;

вид, количество и номера спортивного оружия, которое будет использоваться при стрельбе, количество необходимых патронов (пулек);

наименование упражнения;

фамилию педагогического работника;

необходимые средства оказания первой помощи.

Для учёта израсходованных патронов (пулек) педагогический работник составляет акт, в котором указывает дату и место, наименование упражнения, количество стрелявших и количество израсходованных патронов (пулек).

Акт подписывается педагогическим работником, классным руководителем и утверждается руководителем образовательной организации.

Обо всех несчастных случаях, происшедших во время стрельб, немедленно сообщается в ближайший медицинский пункт, в местные органы внутренних дел и органы исполнительной власти, осуществляющие управление в сфере образования, руководителю образовательной организации как о чрезвычайном происшествии.

Приложение № 4

ОРГАНИЗАЦИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Спортивная подготовка обучающихся в период проведения учебных сборов по основам военной службы осуществляется в период проведения утренней физической зарядки, ежедневно по 30 мин и в ходе спортивно-массовой работы, организуемой ежедневно по 50 мин.

**1-й день**

*Общеразвивающие упражнения*

Подготовительная часть: 2—4 мин. Ходьба, бег, общеразвивающие упражнения для мышц рук, туловища и ног в движении и на месте.

Основная часть: 24—26 мин. Преодоление отдельных элементов единой полосы препятствий, простейшие приёмы рукопашного боя, бег на 1 км.

Заключительная часть: 2 мин. Медленный бег, ходьба с упражнениями в глубоком дыхании и на расслабление   
мышц.

**2-й день**

*Ускоренное передвижение*

Подготовительная часть: 2—4 мин. Ходьба, бег, общеразвивающие упражнения для мышц рук, туловища и ног в движении и на месте.

Основная часть: 24—26 мин. Специальные прыжково-беговые упражнения, скоростное пробегание отрезков 50—100 м; бег до 3 км.

Заключительная часть: 2 мин. Медленный бег, ходьба с упражнениями в глубоком дыхании и на расслабление   
мышц.

**3-й день**

*Комплексная тренировка*

Подготовительная часть: 2—4 мин. Ходьба, бег, общеразвивающие упражнения для мышц рук, туловища и ног в движении и на месте.

Основная часть: 24—26 мин. Преодоление отдельных элементов единой полосы препятствий; бег на 1 км; простейшие приёмы рукопашного боя.

Заключительная часть: 2 мин. Медленный бег, ходьба с упражнениями в глубоком дыхании и на расслабление   
мышц.

**4-й день**

*Общеразвивающие упражнения*

Подготовительная часть: 2—4 мин. Ходьба, бег, общеразвивающие упражнения для мышц рук, туловища и ног в движении и на месте.

Основная часть: 24—26 мин. Общеразвивающие упражнения для мышц рук, туловища, ног, упражнения вдвоём, специальные упражнения, простейшие приёмы рукопашного боя, бег на 1 км.

Заключительная часть: 2 мин. Медленный бег, ходьба с упражнениями в глубоком дыхании и на расслабление   
мышц.

**Варианты организации спортивно-массовой работы**

**1-й день**

Спортивные соревнования среди обучающихся и команд по видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязаний (бег на 60 м, 100 м, 1 км, лыжная гонка), подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, толчок двух гирь по 16 кг, рывок гири, сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, метание гранаты на дальность, преодоление препятствий.

**2-й день**

Спортивные соревнования среди обучающихся и команд по видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязаний (бег на 60 м, 100 м, 1 км, 3 км), подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, толчок двух гирь по 16 кг, рывок гири, сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, метание гранаты на дальность, преодоление препятствий.

**3-й день**

Спортивные соревнования среди команд обучающихся по видам спорта в целях выявления лучшего подразделения по волейболу, баскетболу, мини-футболу, настольный теннису, дарт­су, преодолению препятствий в составе команды.

**4-й день**

Спортивный праздник с проведением комплексных и легкоатлетических эстафет, забегов.