

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа № 13"**

**Принята
Педагогическим советом
МОУ «СОШ №13»
Протокол № 6
от 11.05.2022 г.**

**Утвержден
приказом директора
№ 01-10/66 от 11.05.2022г.**

**Дополнительная
общеразвивающая программа
«Юнармеец»
(военно-патриотическое воспитание)
срок реализации – 3 года.**

**Составитель:
Ильсов З.Р.
учитель
физической
культуры**

г. Ухта

2022

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Юнармия» имеет социально-гуманитарную направленность и способствует формированию у молодежи готовности и практической способности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите Отечества.

Программа направлена на:

- 1) участие в реализации основных задач государственной молодежной политики Российской Федерации;
- 2) всестороннее развитие и совершенствование личности детей и подростков, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании;
- 3) повышение в обществе авторитета и престижа военной службы;
- 4) сохранение и приумножение патриотических традиций.

Программа обучения воспитанников юнармейских отрядов может реализоваться на базе любого общеобразовательного учреждения, домовых клубов и учреждений дополнительного образования.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Юнармия» составлена на основе дополнительной общеобразовательной, общеразвивающей программы социально-педагогической направленности «ЮНАРМЕЕЦ» (военно-патриотическое воспитание)

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.

Навыки юнармейских специальностей школьники получают в течение учебного года. Свои умения и навыки проверяют и закрепляют в тактических военных и подвижных спортивных играх на местности, комбинированных эстафетах, смотрах, конкурсах, викторинах.

Программа рассчитана на три года обучения детей в возрасте от 10 до 17 лет. Количество обучаемых 10-20 человек в группе. На занятия в объединении отводится 1 час в неделю, т. е. 34 часов на учебный год. Режим занятий – 1 раз в неделю по 45-50 минут. Форма учебных занятий: 12 часов – теоретических и 22 часа – практической тренировки.

Задачи объединения:

- обеспечить активное участие занимающихся в объединении детей в оборонно-массовой работе, воспитывать их в духе беззаветной преданности Отечеству, патриотизма и дружбы народов, постоянной готовности к защите Родины, любви в Российской армии;
- знакомить молодежь с современным состоянием Российской армии и Военно-Морского флота, видами Вооруженных Сил и родами войск; с назначением и устройством стрелкового оружия, средствами и способами защиты от оружия массового поражения;
- разъяснение основных требований военной присяги и общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации; привитие начальных знаний и навыков в выполнении уставных требований, воспитание готовности к безупречному выполнению приказов командиров и начальников, высокую организованность, дисциплинированность, исполнительность, подтянутость, внешнюю опрятность, чувство коллективизма, товарищества и взаимопомощи.

Содержание занятий подбиралось следующим образом:

- интеграция учебного содержания (исполнение не только военно-строевого и технического содержания, но и введение в него элементов взаимоотношения

- между людьми, такта, этики, физики, литературы, ОБЖ, истории и т.п.);
- частая смена видов деятельности, присущая армейским будням;
 - использование разнообразных организационных форм, в т.ч. состязательных, игровых и т.п.
 - акцент на практические виды деятельности, по принципу «делай как я»;
 - отказ, от привычных для школьника, домашних заданий;
 - обеспечение успеха и психологического комфорта каждому члену кружка путем развития личностных качеств посредством целенаправленной, увлекательной и интересной для него деятельности, постоянного наблюдения за динамикой его развития и обязательного сравнительного поощрения.

Цель программы: гражданско-патриотическое и военно-спортивное воспитание учащихся.

Основной целью организации занятий в объединении является совершенствование системы военно-патриотического и нравственного воспитания подрастающего поколения и молодёжи, объединение подростков и молодёжи в единую неполитическую общественную организацию, пропагандирующую патриотизм и здоровый образ жизни, воспитание патриотов своего Отечества.

Задачи:

Обучающие:

- ✓ воспитание у молодежи высокой гражданско-социальной активности, патриотизма, приверженности идеям интернационализма, противодействия идеологии экстремизма;
- ✓ изучение истории страны и военно-исторического наследия Отечества, развитие краеведения, расширение знаний об истории и выдающихся людях «малой» Родины;
- ✓ развитие в молодежной среде ответственности, принципов коллективизма, системы нравственных установок личности на основе присущей российскому обществу системы ценностей;
- ✓ формирование положительной мотивации у молодых людей к прохождению военной службы и подготовке юношей к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- ✓ изучение истории Вооруженных Сил РФ и Устава ВС;
- ✓ изучение дней воинской славы и памятных дат России;
- ✓ ознакомление с видами оружия массового поражения и способами защиты; подготовка к профессиональной деятельности и воинской службе;
- ✓ укрепление физической закалки и физической выносливости;
- ✓ активное приобщение молодежи к военно-техническим знаниям и техническому творчеству;
- ✓ освоение знаний, приобретение умений и навыков, необходимым для выживания в экстремальных условиях;
- ✓ обучение основным элементам строевой подготовки;
- ✓ обучение приемам и способам пользования пневматическим оружием; ознакомление со знаниями по инженерно-саперной подготовке;

- ✓ изучение мировой истории и культуры, повышение культурного и интеллектуального уровня молодежи;
- ✓ развитие материально-технической базы Движения.

Развивающие:

- ✓ развитие духовного, физического и общественного потенциала подростков и молодежи;
- ✓ гармоничное развитие волевых и морально-этических качеств личности.

Воспитательные:

- ✓ формирование у подростков и молодежи активной жизненной позиции;
- ✓ формирование лидерских качеств и развитие творческих способностей личности учащихся;
- ✓ формирование устойчивого интереса к спорту и здоровому образу жизни;
- ✓ утверждение в сознании и чувствах учащихся патриотических ценностей, взглядов и убеждений;
- ✓ воспитание таких моральных качеств, как любовь к Отечеству, уважительное отношение к Вооруженным Силам страны;
- ✓ воспитание уважения к культурному и историческому прошлому России;
- ✓ воспитание морально-волевых качеств: воли, решимости, смелости, ловкости, самодисциплины и чувства взаимопомощи и коллективизма;
- ✓ воспитание гражданской позиции;
- ✓ воспитание подрастающего поколения, способного противостоять негативным явлениям (таким, как наркомания, пьянство, табакокурение, асоциальное поведение и т. д.).

Метапредметные результаты обучения:

Регулятивные УУД:

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области туристической подготовки, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- освоение приёмов действий строевую, огневую, медицинскую подготовку в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

Коммуникативные УУД:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли

Предметные результаты:

1 год обучения

- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- выполнять комплексы общеразвивающих и оздоровительных упражнений, учитывающих индивидуальные особенности;
- выполнять организующие строевые команды;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности;
- проводить игры с разной целевой направленностью

2 год обучения

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения, формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной Армии.

- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- освоение знаний, приобретение умений и навыков, необходимым для выживания в экстремальных условиях;
- обучение основным элементам строевой подготовки;
- обучение приемам и способам пользования пневматическим оружием; ознакомление со знаниями по инженерно-саперной подготовке;
- изучение мировой истории и культуры, повышение культурного и интеллектуального уровня молодежи;
- развитие материально-технической базы движения.

3 год обучения

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование установки на здоровый образ жизни, формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие,
- неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т.д.);
- экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение строевую подготовку, огневую подготовку, медицинскую подготовку.
- умение оказать первую помощь пострадавшим;

Материальная база для реализации программы: спортивный зал, классная комната с партами, проректор, ноутбук, музыкальный центр, спортивный инвентарь (мячи, скакалки, обручи и т.д.), палатка, пневматической винтовка, автомата Калашникова.

Содержание программы

Раздел 1. Военно-историческая подготовка (7 часов)

С чего начинается Родина? Ратная история России и Советского Союза, история их Вооруженных Сил. Дни воинской славы России. Профессия – Родину защищать. Закон «О воинской обязанности и военной службе». Полководцы и народные герои Великой Отечественной войны. Дети-герои Великой Отечественной войны. Просмотр кинофильма «Брестская крепость». Герои Афганской войны. Герои мирного времени. Встреча с воинами-ветеранами. Занятия «Войсковые звания». «Государственные награды РФ».

Раздел 2. Огневая подготовка (7 часов)

Вооружение и боевая техника ВС РФ. Общее устройство и принцип работы стрелкового оружия. Приемы и правила стрельбы. Производства стрельбы. Правила стрельбы из малокалиберной винтовки. Подготовка и проведение военной спортивной игры «Зарница», «Орленок».

Раздел 3. Основы военно-технической и специальной подготовки (4 часа)

Ученые и конструкторы оружия Победы. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.

Раздел 4. Строевая подготовка (6 часов)

Строевой Устав Вооруженных Сил Р.Ф. Строевой шаг. Выполнение воинского приветствия. Развернутый строй отделения. Одиночная строевая подготовка. Строевая подготовка отделения. Смотр строевой подготовки.

Раздел 5. Топографическая и туристическая подготовка (2 часа)

Магнитный азимут. Определение азимутов на местные предметы и движение по азимуту. Топографическая карта. Условные знаки. Определение азимутов по карте. Разведение костра и установка палатки, туристические узлы.

Раздел 6. Прикладная физическая подготовка. (4 часа)

Упражнения для развития общей выносливости. Тренировка в преодолении полосы препятствий по элементам. Силовая подготовка. Упражнения для развития силы мышц. Элементы рукопашного боя.

Раздел 7. Медицинская подготовка (2 часа)

Оказание первой медицинской помощи. Транспортировка «раненых»

Раздел 8. Средства индивидуальной защиты (2 час)

Радиационная, химическая, биологическая защита. Игра «Школа выживания».

Календарно тематическое

№	раздел	теория	практика	всего
1 год обучения				
1	Военно-историческая подготовка	5	2	7
2	Огневая подготовка	2	5	7
3	Основы военно-технической и специальной подготовки	1	3	4
4	Строевая подготовка	1	5	6
5	Топографическая и туристическая подготовка	1	1	2
6	Прикладная физическая подготовка.	1	3	4

7	Медицинская подготовка	1	1	2
8	Средства индивидуальной защиты	1	1	2
	Всего	13	21	34
2 год обучения				
1	Военно-историческая подготовка	5	2	7
2	Огневая подготовка	2	5	7
3	Основы военно-технической и специальной подготовки	1	3	4
4	Строевая подготовка	1	5	6
5	Топографическая и туристическая подготовка	1	1	2
6	Прикладная физическая подготовка.	1	3	4
7	Медицинская подготовка	1	1	2
8	Средства индивидуальной защиты	1	1	2
	Всего	13	21	34
3 год обучения				
1	Военно-историческая подготовка	5	2	7
2	Огневая подготовка	2	5	7
3	Основы военно-технической и специальной подготовки	1	3	4
4	Строевая подготовка	1	5	6
5	Топографическая и туристическая подготовка	1	1	2
6	Прикладная физическая подготовка.	1	3	4
7	Медицинская подготовка	1	1	2
8	Средства индивидуальной защиты	1	1	2
	Всего	13	21	34

Учебно – тематическое планирование

№	Наименование разделов, тем	Всего часов	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся
			Ауди торных	Внеауди торных	
<u>Тема 1</u>	Военно-историческая	7	5	2	С чего начинается Родина? Ратная история России и Советского Союза,

	подготовка				история их Вооруженных Сил. Дни воинской славы России. Профессия – Родину защищать. Закон «О воинской обязанности и военной службе». Полководцы и народные герои Великой Отечественной войны. Дети-герои Великой Отечественной войны. Просмотр кинофильма «Брестская крепость». Герои Афганской войны. Герои мирного времени. Встреча с воинами-ветеранами. Занятия «Войсковые звания». «Государственные награды РФ».
<u>Тема 2</u>	Огневая подготовка	7	2	5	Вооружение и боевая техника ВС РФ. Общее устройство и принцип работы стрелкового оружия. Приемы и правила стрельбы. Производства стрельбы. Правила стрельбы из малокалиберной винтовки. Подготовка и проведение военной спортивной игры «Зарница» , «Орленок».
<u>Тема 3</u>	Основы военно-технической и специальной подготовки	4	1	3	Ученые и конструкторы оружия Победы. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.
<u>Тема 4</u>	Строевая подготовка	6	1	5	Строевой Устав Вооруженных Сил Р.Ф. Строевой шаг. Выполнение воинского приветствия. Развернутый строй отделения. Одиночная строевая подготовка. Строевая подготовка отделения. Смотр строевой подготовки.
<u>Тема 5</u>	Топографическая и туристическая подготовка	2	1	1	Магнитный азимут. Определение азимутов на местные предметы и движение по азимуту. Топографическая карта. Условные знаки. Определение азимутов по карте. Разведение костра и установка палатки, туристические узлы.
<u>Тема 6</u>	Прикладная физическая подготовка	4	1	3	Упражнения для развития общей выносливости. Тренировка в преодолении полосы препятствий по элементам. Силовая подготовка.

					Упражнения для развития силы мышц. Элементы рукопашного боя.
Тема 7	Медицинская подготовка	2	1	1	Оказание первой медицинской помощи. Транспортировка «раненых».
Тема 8	Средства индивидуальной защиты	1	1	1	Радиационная, химическая, биологическая защита. Игра «Школа выживания».
Итого:		34	13	21	

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

№ п/п	Наименование темы	Виды методической продукции
1	Меры безопасности на практических занятиях	Методическая разработка «Приемы и правила стрельбы из автомата по неподвижным целям»
2	Команды и порядок их подачи. Обязанности солдат перед построением и в строю	Методические рекомендации по строевой подготовке
3	Строевая стойка. Выполнение команд «СМИРНО», «ВОЛЬНО», «ЗАПРАВИТЬСЯ», «ОТСТАВИТЬ»	Методические рекомендации по строевой подготовке
4	Повороты на месте	Методические рекомендации по строевой подготовке
5	Движение строевым шагом	Методические рекомендации по строевой подготовке
6	Повороты в движении	Методические рекомендации по строевой подготовке
7	Отдание воинского приветствия на месте вне строя. Отдание воинского приветствия в движении	Методические рекомендации по строевой подготовке
8	Выход из строя и подход к начальнику	----- // -----
9	Строи отделения. Походный строй отделения Прохождение торжественным маршем и с песней	----- // -----
10	Строи отделения на месте	----- // -----
11	Назначение индивидуальных средств защиты	Пособие МО РФ «Как действовать в условиях

		применения ОМП»
12	Тренировка в выполнении команд «Газы», «Отбой газам»	----- // -----
13	Пользование поврежденным противогазом	----- // -----
14	Надевание противогаза на раненого	----- // -----
15	Практическое пользование средствами защиты кожи	----- // -----
16	Общее устройство и принцип работы автомата	Наставление по стрелковому делу МО РФ
17	Задержки при стрельбе и способы их устранения	Методическая разработка «Приемы и правила стрельбы из автомата по неподвижным целям»
18	Приемы и правила стрельбы из автомата по неподвижным целям	Методическая разработка «Приемы и правила стрельбы из автомата по неподвижным целям»
19	Неполная разборка и сборка автомата, подготовка его к стрельбе	Методическая разработка «Приемы и правила стрельбы из автомата по неподвижным целям»
20	Изготовка к стрельбе лежа с руки. Заряжание и разряжание автомата. Производство стрельбы одиночными выстрелами и короткими очередями. Осмотр автомата после стрельбы	Методическая разработка «Приемы и правила стрельбы из автомата по неподвижным целям»
21	Порядок выполнения начального упражнения из автомата и мер безопасности при стрельбе	Выписка из инструкции по правилам и мерам безопасности при выполнении стрельб
22	Стрельба из пневматической винтовки по мишени «П» (школьная)	Учебное пособие по разделу «Основы военной службы»

Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации

Условия реализации программы:

Для получения наилучшего образовательного результата по программе «Юнармия» необходимы следующие условия:

Учебный класс с методическим материалом и оргтехникой:

учебная литература;

учебные плакаты;

учебные видеофильмы и аппаратура для их просмотра; наглядные пособия;

компьютер с выходом в Интернет.

2. Спортивная база:

спортивный зал для занятий размером не менее 10 x 25; стадион; раздевалка, оборудованная вешалками, шкафами, скамейками;

3. Средства гигиены.

Формы подведения итогов.

Во время всего периода, обучения по программе, ведется учет достижений участников «Юнармия», оценка результатов их деятельности, их военной и физической подготовки, фиксируется накопленный опыт и оценки индивидуальных достижений за определенный период. Контроль развития и достижений участников «Юнармия» осуществляется педагогом. Однокурсники помогают оценить результаты и достижения обучающегося, выражая понимание и сопереживание, дают четкое и полное объяснение сути выполненного, справедливо оценивая успехи и неудачи сокурсника. Важна так же и самооценка участника «Юнармия», которая помогает оценить себя, свои достижения и результаты, качество овладения теми знаниями, умениями и навыками, которые предлагает программа, грамотно выстроить свою дальнейшую деятельность в освоении содержания данной программы.

Формы педагогического контроля:

В связи с особыми требованиями к качеству образования в последнее время стало необходимым отслеживать результаты обучающихся. Данная программа предусматривает сочетание разнообразных форм и видов контроля над процессом обучения. В «Юнармия» создана система постоянного научно обоснованного, диагностика - прогностического слежения за состоянием результативности обучения, воспитания, развития обучающихся. Данные качества отслеживаются с помощью индивидуальной карты достижений. Предметом мониторинга на уровне ребенка являются: - изменения в уровне его знаний, умений, навыков; - развитие познавательной активности.

Для учащихся степень овладения предметом обучения проверяется и оценивается в процессе обучения (текущий контроль), на контрольных занятиях:

№	Виды контроля	Цель организации контроля	Форма организации контроля	Срок проведения
1.				
2.				
3.				

Кроме того, в результатах обучения важны и такие его уровни, как сформированность у детей устойчивого интереса к профилю деятельности, стабильность достижений учащихся и уровень качества детского продукта.

Формы подведения итогов реализации программы:

Критерием оценки успехов участников «Юнармия» могут быть результаты, показанные в летнем полевом оборонно-спортивном лагере, куда выезжают учащиеся после каждого года обучения. Высшей оценкой достигнутых результатов является вручение учащимся по окончании всего курса обучения «Сертификата» об участии в «Юнармия». По окончании обучения участники «Юнармия» могут продолжить обучение в военных училищах и ВУЗах, легче перенести психофизическую нагрузку на службе в рядах Вооруженных Сил. Участники «Юнармия» будут иметь льготное поступление в военные училища через военкоматы. По окончании обучения по программе «Юнармия» в школьной или

вузовской характеристике будет отражаться, участвуя в Юнармейском движении. Участники «Юнармия» будут иметь льготное поступление в Суворовские училища после 9-го класса. При призыве в армию, Юнармейцы будут иметь право выбора воинско-учётной специальности.

Методические материалы

В данной программе учитываются основные постулаты педагогики: от простого - к сложному, постепенность накапливаемых знаний, простота изложения материала, преемственность знаний и т.д. Во время годового курса обучения используются различные формы занятий, приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса, педагогические технологии.

Работа с детьми в системе дополнительного образования предполагает множество форм проведения занятий. В зависимости от назначения (целей и задач) изучаемого раздела (блока, темы), формы занятий можно отнести к практическим и теоретико-практическим.

Теоретико-практические занятия по самообороне позволяют не только приобрести практические умения и навыки, но и научиться анализировать результаты участия в поединках, проводить самоанализ.

Занятия дают психологическую установку на преодоление боли, страха, усталости, в чрезвычайной обстановке риска, учат сохранять самообладание, быстро оценивать ситуацию, действовать решительно и разумно. Помимо физической подготовки курс дает специальные знания, которые помогают выжить. Занятия обогащают великолепным владением своим телом, знанием организма, дают возможность мгновенно оценивать опасную ситуацию, принимать оптимальные решения.

На занятиях необходимо рассказывать учащимся о социальных факторах риска и экстремальных ситуациях, естественного происхождения, оказании помощи в условиях автономного существования, о важности психологической и физической подготовки. Обучая методам самообороны, нужно стремиться к тому, чтобы у учащихся формировалось осознание неагрессивности предлагаемого стиля самообороны, занятия должны обогащать учащихся великолепным владением своим телом, знанием организма, давать возможность мгновенно оценивать опасную ситуацию, принимать оптимальное решение.

Целесообразно применять на занятиях технологию дифференцированного и индивидуального обучения, т.е. создавать разные условия обучения для различных по подготовке групп учащихся, учитывая индивидуально-психологические особенности обучающихся.

Весь процесс обучения должен носить личностно-ориентированный развивающий характер, способствующий индивидуальному развитию каждого учащегося, его самоопределению и самореализации.

Методы организации учебно-воспитательного процесса и условия реализации программы. В процессе обучения рекомендуется использовать игру как метод обучения. Игровая форма создает хорошее настроение в коллективе, выступает как средство побуждения, стимулирования учащихся к учебной деятельности. Основным методом проведения занятий с детьми и подростками является групповой метод обучения, вырабатывающий соответствующий соревновательный фон, который стимулирует повышенную работоспособность. Наполняемость группы обучающихся позволяет

сочетать преимущества группового метода с возможностью постоянного индивидуального контроля.

Ожидаемый результат при реализации программы

В результате реализации программы по гражданско- патриотическому воспитанию ожидается следующий результат:

Обучающиеся должны знать/понимать:

- что такое патриотизм и формы его проявления;
- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности и успехи личности;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной;
- службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

Уметь:

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- применять способы защиты от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Пакет оценочных материалов.

Комплексное силовое упражнение:

	Сколько раз необходимо выполнить на оценку		
	«3»	«4»	«5»
Девочки 12-13 лет	22	26	30
Мальчики 12-14 лет	40	44	48
Девушки 14-17 лет	26	30	34
Юноши 15-17 лет	44	48	52

Комбинированное силовое упражнение на перекладине:

	Сколько раз необходимо выполнить на оценку		
	«3»	«4»	«5»
Мальчики 12-14 лет	1	2	3
Юноши 15-17 лет	2	3	4

Упражнение на единой полосе препятствий (400 метров):

Время выполнения	Оценка
2мин. 40сек.	«3»
2мин. 30сек.	«4»
2мин. 25сек.	«5»

Преодоление единой полосы препятствий в составе подразделения

Количество до 7 человек		Количество до 10 человек	
Время выполнения	Оценка	Время выполнения	Оценка
5мин. 05сек.	«3»	5мин. 30сек.	«3»
4мин. 40сек.	«4»	5мин. 05сек.	«4»
3мин. 55сек.	«5»	4мин. 40сек.	«5»

Бег с преодолением полосы препятствий в составе подразделения

До 10 человек		До 20 человек	
1100 метров			
5мин. 25сек.	«3»	6мин. 05сек.	«3»
5мин. 10сек.	«4»	5мин. 50сек.	«4»
5мин. 00сек.	«5»	5мин. 40сек.	«5»
3100 метров			
15мин. 10сек.	«3»	15мин. 50сек.	«3»
14мин. 40сек.	«4»	15мин. 20сек.	«4»
14мин. 20сек.	«5»	15мин. 00сек.	«5»

Контрольные испытания с целью определения уровня гибкости

Контрольные испытания	Качество выполнения	оценка
Наклон вперед, ноги врозь на полу, голова поднята, спина прямая	1. Грудь и живот касаются пола, голова поднята, ноги прямые, носки оттянуты.	Отлично
	2. Наклон вперед прямой спиной на $\frac{3}{4}$ (78°)	Хорошо
	3. Наклон вперед прямой спиной до половины (45°)	
	4. Наклон вперед согнутой спиной менее 45°	Удовлетворительно
Мост	1. Ноги прямые, плечи перпендикулярно к	Плохо
		Отлично

гимнастический	полу	Хорошо Удовлетворительно Плохо
	2. Слегка согнутые ноги, плечи незначительно отклонены от вертикали	
	3. Согнутые ноги, плечи под углом 45 ° 4. Сильно согнутые ноги, плечи под углом 30 °	
Шпагат	1. Ноги полностью касаются пола, руки в стороны	Отлично
	2. Ноги до колен касаются пола, руки в стороны	Хорошо
	3. Ноги лодыжками касаются пола, руки в стороны	Удовлетворительно

Разборка и сборка автомата Калашникова на скорость на оценку

Разборка		
Старшая группа	15 сек.	Отлично
	18 сек.	Хорошо
	21 сек.	Удовлетворительно
Младшая группа	18 сек.	Отлично
	21 сек.	Хорошо
	24 сек.	Удовлетворительно
Сборка		
Старшая группа	27 сек.	Отлично
	30 сек.	Хорошо
	33 сек.	Удовлетворительно
Младшая группа	30 сек.	Отлично
	33 сек.	Хорошо
	36 сек.	Удовлетворительно

Контрольно-измерительные материалы

1. Что называется чрезвычайной ситуацией:

- А) Ситуация, в которой возникает реальная угроза жизни человека, его имуществу
- Б) Ситуация, в которой возникает угроза имуществу человека

2. Чрезвычайные ситуации бывают:

- А) Природного характера
- Б) Техногенного характера
- В) Природного, техногенного, социального характера

3. В каком из ответов правильно перечислены стихийные бедствия?

- А) Наводнения, землетрясения, оползни, снежные заносы, селевые потоки
- Б) Наводнения, землетрясения, дожди, таяние снега

4.Ваши действия при землетрясении?

- А)Выбежать на улицу
- Б)Укрыться в защитном сооружении
- В)При первых толчках по возможности выбежать на улицу, а если не предоставляется такой возможности, то стать в оконный или дверной проём или лечь в ванную

5.Ваши действия при наводнении?

- А)Оставаться дома
- Б)Занять возвышенные места
- В)Выйти на улицу

6.Ваши действия при снежных заносах?

- А)Очищать снег
- Б)Прекратить всякие передвижения, а если снегопад застал в пути- не прекращать движение
- В)Укрыться в защитном сооружении

7.Цели и задачи РСЧС:

- А)Предупреждение и ликвидация ЧС
- Б)Оповещение населения об угрозе применение ОМП

8.Когда образовалась РСЧС?

- А)1990 год
- Б)1991 год
- В)1992 год
- Г)1994 год

9.Ваши действия по сигналу “Внимание! Всем!”

- А)Необходимо выбежать на улицу
- Б)Необходимо включить телевизор, радио

10.Перечислите виды ОМП

- А)Ядерное, химическое, биологическое
- Б)Стрелковое, высокоточное оружие

11. В каком ответе правильно перечислены поражающие факторы ядерного взрыва?

- А) Ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение местности, электромагнитный импульс.
- Б) Поражение происходит осколками
- В) Ударная волна, световое излучение

12. На чем основано действие химического оружия?

- А) на использовании болезнетворных микробов
- Б) на использовании термоядерной реакции
- В) на использовании токсических свойств химических элементов

13. На чем основано действие биологического оружия?
- А) на использовании болезнетворных микробов
 - Б) на использовании термоядерной реакции
 - В) на использовании токсических свойств химических элементов
14. К средствам индивидуальной защиты органов дыхания относятся:
- А) Противогазы, респираторы, ватно-марлевые повязки, ПТМ
 - Б) ОЗК, костюм Л-1
15. К индивидуальным средствам защиты кожи относятся:
- А) Противогазы, респираторы
 - Б) ОЗК, защитный костюм Л-1, фильтрующая защитная одежда.
 - В) Убежище.
16. Как подбирается рост шлем-маски общевоинского противогаза?
- А) По высоте лица
 - Б) По окружности головы через щеки
 - В) По объему лица
17. Как подбирается рост шлем-маски противогаза ГП-5?
- А) По высоте лица
 - Б) По окружности головы через щеки
 - В) По объему лица
18. Общевоинский противогаз состоит:
- А) Фильтрующий бочёк, шлем-маска, соединительная трубка
 - Б) Фильтрующий бочёк, шлем-маска
 - В) Полуоткрытая шлем-маска, соединительная трубка, фильтрующий бочёк
19. Противогаз ГП-5 состоит:
- А) Фильтрующий бочёк, шлем-маска, соединительная трубка
 - Б) Фильтрующий бочёк, шлем-маска
 - В) Полуоткрытая шлем-маска, соединительная трубка, фильтрующий бочёк
20. Какие средства индивидуальной защиты органов дыхания вы используете при химическом заражении местности:
- А) Противогаз
 - Б) Ватно-марлевая повязка респиратор
 - В) Противогаз, ватно-марлевая повязка и респиратор
21. Какие средства индивидуальной защиты органов дыхания вы используете при радиоактивном заражении местности?
- А) Противогаз
 - Б) Противогаз. Респиратор, ватно-марлевая повязка

22. Какие средства индивидуальной защиты органов дыхания вы используете при заражении биологическими веществами:

- А) Противогаз
- Б) Ватно-марлевая повязка, респиратор
- В) Противогаз, ватно-марлевая повязка и респиратор

23. Правила одевания противогаза:

- А) Закрыть глаза, прекратить дыхание, противогаз взять таким образом, что бы большие пальцы были наружу, вставить подбородок, резким движением одеть противогаз, открыть глаза, и сделать глубокий выдох
- Б) Любым способом

24. К средствам коллективной защиты относится:

- А) Противогазы, респираторы, ватно-марлевые повязки
- Б) ОЗК, костюм Л-1
- В) Убежище, ПРУ, щели, подвальные помещения

25. Какое защитное сооружение обладает наибольшим коэффициентом защиты:

- А) ПРУ
- Б) Перекрытая щель
- В) Убежище

26. Спасательные работы проводятся с целью:

- А) Спасение людей и оказание им первой медицинской помощи
- Б) Для предотвращения стихийного бедствия

27. Ко вторичным факторам при проведении спасательных работ относятся:

- А) Ударная волна, световое излучение
- Б) Загазованность, затопление, разрушение конструкций здания

28. Магнитная стрелка компаса располагается относительно магнитного меридиана:

- А) Север – Юг
- Б) Восток – Запад

29. В каком ответе правильно перечислены виды уставов ВС РФ?

- А) Огневой, строевой, тактический
- Б) Огневой, строевой, тактический, внутренней службы, дисциплинарный.
- В) Караульной и гарнизонной служб, строевой, внутренней службы, дисциплинарный.

30. Военнослужащий это:

- А) Граждане мужского пола от 18 лет
- Б) Лицо, состоящее на действительной военной службе

31. Интервал это:

- А) Расстояние между военнослужащими по фронту

- Б) Расстояние между военнослужащими в глубину строя
- В) Правая и левая оконечность строя

32. Дистанция это:

- А) Расстояние между военнослужащими по фронту
- Б) Расстояние между военнослужащими в глубину строя
- В) Правая и левая оконечность строя

33. Фланг это:

- А) Расстояние между военнослужащими по фронту
- Б) Расстояние между военнослужащими в глубину строя
- В) Правая и левая оконечность строя

34. Фронт это:

- А) Сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом
- Б) Расстояние между военнослужащими в глубину строя
- В) Правая и левая оконечность строя

35. Тыл это:

- А) Расстояние между военнослужащими по фронту
- Б) Сторона строя, противоположная фронту
- В) Правая и левая оконечность строя

36. Гражданин обязан проходить военную службу в соответствии:

- А) Конституцией РФ
- Б) Воинскими уставами
- В) Законами РФ

37. Призыв на военную службу осуществляется в возрасте:

- А) От 16 до 27 лет
- Б) От 18 до 28 лет
- В) От 18 до 27 лет

38. В каком возрасте юношей ставят на первичный воинский учёт?

- А) С 15 лет
- Б) С 16 лет
- В) С 18 лет

39. Кто из перечисленных категорий граждан пользуется правом отсрочки?

- А) Лица, впервые обучающиеся в учебных заведениях НПО
- Б) Лица до 27 лет
- В) Работающие юноши

40. В каком ответе правильно перечислены воинские звания сержантского состава ВС РФ?

- А) Майор, подполковник, полковник.

- Б) Младший сержант, сержант, старший сержант, старшина
- В) Лейтенант, старший лейтенант, капитан

41. В каком ответе правильно перечислены воинские звания младшего офицерского состава?

- А) Майор, подполковник, полковник.
- Б) Прапорщик, старший прапорщик
- В) Лейтенант, старший лейтенант, капитан

42. В каком ответе правильно перечислены воинские звания старшего офицерского состава?

- А) Майор, подполковник, полковник.
- Б) Прапорщик, старший прапорщик
- В) Лейтенант, старший лейтенант, капитан

43. В каком ответе правильно перечислены воинские звания высшего офицерского состава?

- А) Майор, подполковник, полковник.
- Б) Генерал-майор, генерал-лейтенант, генерал-полковник, генерал армии.
- В) Лейтенант, старший лейтенант, капитан

44. Высшим орденом для высшего командного состава ВС СССР в годы ВОВ являлся:

- А) Орден Славы
- Б) Орден Победы
- В) Орден ВОВ 1-й степени

45. Боевое Знамя Воинской части это:

- А) Государственная символика
- Б) Символ воинской доблести и славы
- В) Отличительный знак воинской части

46. Патриотизм это:

- А) Любовь к своей Родине, своему народу.
- Б) Темперамент человека
- В) Воинский устав

47. При утрате Боевого знамени воинская часть:

- А) Расформировывается
- Б) Получает другой номер
- В) Получает другое знамя

48. Что такое воинский долг?

- А) Любовь к своей Родине, своему народу
- Б) Нравственно- правовая норма поведения военнослужащего
- В) Исполнение приказов

49. Что такое воинский ритуал?

- А) Принятие присяги
- Б) Торжественный акт, при проведении которого установлен определенный порядок-церемониал
- В) Увольнение из рядов ВС

50. К ритуалам ВС РФ относится:

- А) Призыв на военную службу
- Б) Принятие военной присяги, проводы военнослужащих уволенных в запас, вручение оружия молодому пополнению
- В) Ведение боевых действий

51. Кто из перечисленных категорий граждан пользуется правом отсрочки?

- А) Лица, впервые обучающиеся в учебных заведениях НПО
- Б) Лица до 27 лет
- В) Работающие юноши

52. В каком году утвержден действующий текст военной присяги?:

- А) 1991 год
- Б) 1998 год
- В) 2013 год

53. В каком году вышел Декрет об образовании РККА?

- А) 1917 году
- Б) 1918 году
- В) 1941 году
- Г) 1945 году

54. Для чего служат поощрения и дисциплинарные взыскания, применяемые к солдатам?

- А) Для поддержания воинской дисциплины
- Б) Для улучшения боевой подготовки
- В) Для уменьшения срока службы

55. В каком из ответов наиболее полно и правильно перечислены Виды Вооружённых Сил России:

- А) Мотострелковые, воздушно десантные войска, пограничные войска, внутренние войска.
- Б) Автомобильные, танковые, радиотехнические войска.
- В) РВСН, ВВС, ВМФ, сухопутные войска.

56. Укажите самый крупный по численности и разносторонний по боевому составу вид ВС России:

- А) РВСН
- Б) Мотострелковые войска
- В) Сухопутные войска

57. Самый многочисленный род сухопутных войск это:

- А) Воздушно десантные войска
- Б) Внутренние войска
- В) Танковые войска
- Г) Мотострелковые войска

58. ВВС состоят из следующих родов авиации:

- А) Дальняя, истребительная, бомбардировочная, военно-транспортная, тактическая авиация
- Б) Разведывательная, фронтовая, дальняя

59. Непосредственное руководство ВС России осуществляет:

- А) Президент
- Б) Министр обороны
- В) Совет безопасности

60. Высшее руководство вооружёнными силами РФ осуществляет:

- А) Верховный Главнокомандующий
- Б) Министр обороны
- В) Государственная Дума

61. К специальным войскам относятся:

- А) Воздушно десантные войска, пограничные войска, войска правительственной связи
- Б) Погораничные войска, внутренние войска, войска ГО, войска правительственной

62. Автомат Калашникова предназначен:

- А) Для стрельбы
- Б) Для уничтожения живой силы противника в ближнем бою
- В) Для прохождения службы

63. Вес автомата Калашникова составляет:

- А) 5 кг
- Б) 7,62 кг
- В) 3,6 кг

64. Дальность полета пули автомата Калашникова составляет:

- А) 1000 метров
- Б) 1500 метров
- В) 3000 метров

65. Прицельная дальность автомата Калашникова составляет:

- А) 1000 метров
- Б) 1500 метров
- В) 3000 метров

66. Калибр ствола это:

- А) Расстояние между противоположными полями

- Б) Расстояние между противоположными нарезами
- В) Расстояние между стволом и затвором

67. Калибр ствола автомата Калашникова составляет:

- А) 5 мм
- Б) 7,62 мм
- В) 3,6 мм

68. Емкость магазина автомата Калашникова составляет:

- А) 70 патронов
- Б) 45 патронов
- В) 30 патронов

69. Боевая скорострельность автомата Калашникова составляет:

- А) 70 выстрелов в минуту
- Б) Очередями 100 выстрелов в минуту, одиночными 40 выстрелов в минуту
- В) 600 выстрелов в минуту

70. Прицельное приспособление автомата Калашникова представляет:

- А) Открытый прицел
- Б) Оптический прицел
- В) Диоптрический прицел

71. Вес штык-ножа автомата Калашникова составляет:

- А) 450 г.
- Б) 7,62 кг
- В) 3,6 кг

72. Темп стрельбы автомата Калашникова составляет:

- А) 700 выстрелов в минуту
- Б) 400 выстрелов в минуту
- В) 600 выстрелов в минуту

73. Затвор автомата Калашникова предназначен:

- А) Досылания патрона в патронник, разбития капсюля, выброса израсходованной гильзы
- Б) Досылания патрона в патронник
- В) Ведение автоматического огня

74. Затворная рама автомата Калашникова предназначена:

- А) Досылания патрона в патронник, разбития капсюля, выброса израсходованной гильзы
- Б) Приведения в действие затвора
- В) Ведение автоматического огня

75. Прицельное приспособление автомата Калашникова предназначено:

- А) Для наведения автомата на цель
- Б) Приведения в действие затвора

В) Ведение автоматического огня

76. Приклад автомата Калашникова предназначен:

- А) Для удобства стрельбы
- Б) Наведения автомата на цель
- В) Ведение автоматического огня

77. Ручные осколочные гранаты РГД-5 и Ф-1 предназначены:

- А) Для метания из окопа
- Б) Для уничтожения живой силы противника в ближнем бою
- В) Для борьбы с танками

78. В наступлении используется граната:

- А) РГД-5
- Б) Ф-1

79. В обороне используется граната:

- А) РГД-5
- Б) Ф-1

80. Время срабатывания запала ручных осколочных гранат РГД-5 и Ф-1:

- А) 3-4 секунды
- Б) 4-5 секунд
- В) 3,2-4,2 секунды

81. Дальность разлета осколков гранаты РГД-5 до:

- А) 25 метров
- Б) 45 метров
- В) 200 метров

82. Дальность разлета осколков гранаты Ф-1 до:

- А) 25 метров
- Б) 45 метров
- В) 200 метров

83. Караульная служба предназначена для:

- А) Охраны и обороны военных и государственных объектов
- Б) Наведения внутреннего порядка
- В) Выполнения боевых действий

84. Часовой это:

- А) Боец спецназа
- Б) Любой караульный
- В) Вооруженный караульный, находящийся на посту

85. Постом называется:

- А) Караульное помещение
- Б) Строевой плац
- В) Все врученное для охраны и обороны часовому

86. Часовой подчиняется:

- А) Командиру роты
- Б) Старшине роты
- В) Начальнику караула, помощнику начальника караула и своему разводящему

87. Часовой может применить оружие без предупреждения:

- А) При явном нападении на него или охраняемый объект
- Б) При нарушении границ поста
- В) При объявлении тревоги

88. Суточный наряд роты предназначен для:

- А) Охраны и обороны военных и государственных объектов
- Б) Наведения внутреннего порядка и наблюдения за комнатой для хранения оружия
- В) Выполнения боевых действий

89. Каковы действия дневального при объявлении тревоги?

- А) Подать команду: «Рота! Подъем! Тревога»
- Б) Наводить внутренний порядок
- В) Ожидать прибытия командира роты

90. Каковы действия дневального по прибытию в роту командира роты?

- А) Подать команду: «Рота! Подъем! Тревога»
- Б) Наводить внутренний порядок
- В) Подать команду: «Рота! Смирно!»

91. Каковы действия дневального по прибытию в роту старшины роты?

- А) Подать команду: «Дежурный по роте! На выход!»
- Б) Наводить внутренний порядок
- В) Подать команду: «Рота! Смирно!»

92. Каковы действия дневального по прибытию в роту дежурного по полку?

- А) Подать команду: «Дежурный по роте! На выход!»
- Б) Наводить внутренний порядок
- В) Подать команду: «Рота! Смирно!»

93. Каковы действия дневального по прибытию в роту командира полка?

- А) Подать команду: «Дежурный по роте! На выход!»
- Б) Наводить внутренний порядок
- В) Подать команду: «Рота! Смирно!»

94. Современный бой является:

- А) Общевойсковым

- Б) Тактическим
- В) Победным

95. В военные ВУЗы принимаются граждане не прошедшие службу в возрасте:

- А) От 16 до 22 лет
- Б) От 18 до 22 лет
- В) От 16 до 24 лет

96. В военные ВУЗы принимаются граждане прошедшие службу в возрасте:

- А) До 22 лет
- Б) До 23 лет
- В) До 24 лет

97. Первый контракт о прохождении воинской службы вправе заключать граждане в возрасте:

- А) От 18 до 22 лет
- Б) От 18 до 40 лет
- В) От 16 до 24 лет

98. Первый контракт о прохождении воинской службы заключается:

- А) На 3 года
- Б) На 5 лет
- В) На 10 лет

99. Последующие контракты о прохождении воинской службы заключается:

- А) На 3, 5, 10 лет
- Б) На 5 лет
- В) На 10 лет

100. Военнослужащие в зависимости от характера и тяжести нарушения несут:

- А) Дисциплинарную, уголовную, административную, материальную, гражданско-правовую
- Б) Административную, материальную
- В) Дисциплинарную, уголовную, административную

101. Какие известны факторы воздействия (риска) на здоровье человека?

- а. гомеопатические;
- б. физические;
- в. химические и биологические;
- г. социальные и психические.

102. Какие известны виды микроорганизмов, влияющих на организм человека?

- а. сапрофиты;
- б. спорофиты;
- в. условно патогенные;
- г. болезнетворные (патогенные);
- д. безусловно патогенные.

103. Каковы внешние признаки большинства инфекционных заболеваний?

- а. снижение температуры тела;
- б. подъём температуры тела;
- в. кровотечение;

104. Какими путями обычно передаются инфекции?

- а. фекально-оральным;
- б. фекально-капельным;
- в. воздушно-капельным и контактным или контактно-бытовым путём.

105. Дополните предложение.

Здоровый образ жизни-это...

- а. способ существования разумных существ;
- б. государственная политика, направленная на формирование у людей правильного поведения;
- в. индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление своего здоровья.

106. Перечислите основные составляющие тренированности организма человека?

- а. сердечно-дыхательная выносливость;
- б. сердечная сила и дыхательная выносливость;
- в. сердечно-дыхательная выносливость, мышечная сила и выносливость;
- г. скоростные качества и гибкость.

107. Каковы основные признаки отравления человека никотином?

- а. покраснение лица, повышение температуры тела;
- б. кашель, тошнота; головокружение; горечь во рту.

108. На какие железы внутренней секреции алкоголь оказывает наиболее сильное отрицательное воздействие?

- а. на щитовидную;
- б. на слюнные и лимфатические;
- в. на поджелудочную; на половую

109. Что необходимо сразу же предпринять, если на кожу попала кислота или другое химическое вещество?

- а. ополоснуть кожу марганцовкой;
- б. протереть это место спиртом;
- в. немедленно смыть их проточной водой с мылом;

110. Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при алкогольном отравлении?

- а. положить на живот горячую грелку;
- б. уложить набок и очистить дыхательные пути, а также промыть желудок; положить на голову холодный компресс и вызвать «скорую помощь»;
- в. дать понюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом;

111. В чём заключается помощь пострадавшему при наркотическом отравлении?
- а. уложить пострадавшего на спину;
 - б. очистить дыхательные пути пострадавшего; уложить пострадавшего на бок или живот;
 - в. дать понюхать пострадавшему ватку, смоченную в нашатырном спирте и вызвать «скорую помощь»;
112. Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при отравлении лекарственными препаратами?
- а. дать обезболивающее средство;
 - б. вызвать «скорую помощь»; промыть пострадавшему желудок;
 - г. дать пострадавшему крепкого чая (кофе) и чёрных сухарей.
113. Каковы основные признаки наружного кровотечения?
- а. быстрое и пульсирующее кровотечение;
 - б. сильная боль в повреждённой части тела;
 - в. кровь спокойно вытекает из раны
114. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?
- а. кровь спокойно вытекает из раны;
 - б. кровь фонтанирует из раны;
 - в. кровь темно-вишневого цвета.
115. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?
- а. прижать пальцем артерию ниже кровотечения;
 - б. на 3-5см выше раны приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения;
 - в. доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;
 - г. на 3-5см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.
116. Как правильно наложить давящую повязку?
- а. обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;
 - б. обработать края раны вазелином или кремом;
 - в. обработать края раны йодом, прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт; наложить повязку.
117. Укажите признаки артериального кровотечения?
- а. порозовение кожи в области повреждения;
 - б. посинение кожи в области повреждения;
 - в. кровь бьёт сильной пульсирующей струей;
 - г. кашель с кровянистыми выделениями;
 - д. повышение артериального давления;
 - е. чувство неутолимого голода.

118. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?
- а. промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать её спиртом;
 - б. смазать рану вазелином или кремом;
 - в. кожу вокруг раны обработать йодом, наложить стерильную повязку.
119. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?
- а. наложением холода на место ушиба;
 - б. наложением тепла на место ушиба;
 - в. наложением на место ушиба тугий повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.
120. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?
- а. наложить на повреждённое место груз;
 - б. наложить на повреждённое место тепло;
 - в. наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
 - г. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.
121. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?
- а. обеспечить повреждённой конечности покой, зафиксировать конечность в положении удобной для пострадавших;
 - б. наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
 - в. наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
 - г. вправить вывих.
122. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?
- а. вправить вышедшие наружу кости;
 - б. остановить кровотечение и обработать края раны антисептиком; на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство; провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.
123. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?
- а. провести иммобилизацию места перелома;
 - б. устранить искривление конечности;
 - в. доставить пострадавшего в медицинское учреждение.
124. Какой должна быть первая медицинская помощь при электротравме?
- а. надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;
 - б. на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;
 - в. на голову пострадавшему положить холод;
 - г. дать болеутоляющее, успокаивающее и сердечное средство.
125. Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?
- а. положить пострадавшего на бок на твёрдую ровную поверхность;

- б. положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность;
- в. произвести прекардиальный удар в область грудины;
- г. приступить к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции лёгких, вызвать «скорую помощь».

126. Дополни предложение.

Воинская обязанность-это...

- а. особый вид государственной службы, исполняемой гражданами в Вооружённых силах и других войсках;
- б. установленный государством воинский долг по военной защите своей страны;
- в. установленный государством почётный долг граждан с оружием в руках защищать своё Отечество, нести службу в рядах Вооружённых сил, проходить вневоинскую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности.

127. Что предусматривает воинская обязанность граждан в период мобилизации, военного положения и в военное время?

- а. отсрочку от военной службы;
- б. призыв на военную службу;
- в. военное обучение;
- г. призыв на военные сборы и их прохождение.

128. Дополните предложение.

Самовоспитание-это...

- а. коллективная работа по совершенствованию своих человеческих качеств;
- б. конкретные действия по воспитанию окружающих;
- в. деятельность самого субъекта с целью изменить свои психологические свойства и процессы, свою личность в целом;
- г. деятельность окружающих с целью изменить свои психологические свойства и процессы определённого объекта.

29. Что предусматривает обязательная подготовка к военной службе?

- а. подготовку по основам военной службы в общеобразовательных учреждениях и учебных пунктах органов местного самоуправления, прохождение медицинского освидетельствования
- б. участие в военно-патриотической работе и подготовку в военно-патриотических объединениях;
- в. членство в какой либо организации, имеющей военную направленность;
- г. овладение одной или несколькими военно-учётными специальностями;

130. Что рекомендуется делать гражданам в рамках добровольной подготовки к военной службе?

- а. ежедневно выполнять комплекс упражнений утренней гимнастики.
- б. заниматься военно-прикладными видами спорта;
- в. обучаться по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в ВУЗах.
- г. обучаться в соответствии с дополнительными образовательными программами.

Ключ к тесту:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
а	в	а	в	б	б	а	б	б	а	а	а	а	а	б	б	а	а	б	а

21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
б	б	а	в	в	а	б	а	в	б	а	б	в	в	б	а	в	б	а	б

41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
в	а	б	б	б	а	а	б	б	б	а	а	б	а	в	в	г	а	б	а

61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
а	б	в	в	а	а	б	в	б	а

71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
а	в	а	б	а	а	б	а	б	в	а	в	а	в	в	в	а	б	а	в

9	9	9	9	9	9	9	9	9	10	10	10	10	10	10	10	19	10	10	11
1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
а	в	в	а	а	в	б	а	а	а	б	г	б	г	в	в	б	в	в	б

11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	12	12	12	12	12	12	12	12	12	5	6
1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	
б	б	в	в	б	в	в	в	в	в	а	б	а	г	г	а	б	в			

129	130																			
а	б																			

Список литературы

1. Федеральный закон от 31 мая 1996 г. №61-ФЗ «Об обороне».
2. Федеральный закон от 28 марта 1998 г. №53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе».
3. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
4. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы» (утв. Постановлением Правительства РФ от 30.12.2015 № 1493).
5. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: РИПОЛ классик; Издательство «Омега-Л», 2017. – 493 с.: ил., табл.
6. Основы безопасности жизнедеятельности 10, 11 классы. Учебники под редакцией А.Т. Смирнова, Б. И. Мишина, В. А. Васнева, Москва, «Просвещение» ОАО «Московские учебники», 2008г.

7. Героико-патриотическое воспитание в школе: детские объединения, музеи, клубы, кружки, поисковая деятельность /Авт.-сост. Т. А.Орешкина. – Волгоград: Учитель, 2007. – 122 с.
8. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. О. Е. Лебедева. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2000.
9. Методическое пособие по организации работы в сфере патриотического воспитания – ред. Аппарата Совета министров Республики Крым, 2015.
10. Патриотическое воспитание: система работы, планирование, конспекты уроков, разработки занятий /Авт.-сост. И. А.Пашкович. – Волгоград: Учитель, 2006. – 169 с.
11. Постановление Правительства Российской Федерации от 31 декабря 1999 г. №1441-ПП «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе».
12. Боевой устав сухопутных войск часть III, М., Воениздат, 1982
13. Наставление по стрелковому делу, Воениздат, 1973
14. Учебное пособие «Огневая подготовка», ООО «Армпресс», М., 2006
15. Справочник сержанта, М., Воениздат, 1987
16. Пособие солдату и матросу « Как действовать в условиях применения ядерного, химического и бактериологического оружия», М., Воениздат, 1962
17. Памятка для населения ГО РФ « Это должен знать и уметь каждый». М., Воениздат, 1988