

муниципальная бюджетная общеобразовательная организация
Краснореченская средняя школа муниципального образования
«Старомайнский район» Ульяновской области

РАССМОТРЕНО и ОДОБРЕНО на заседании ШМО классных руководителей Протокол № 1 от «28» августа 2023 г. Руководитель ШМО <u>С.А.</u> /Л.А. Самсонова/	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по ВР <u>С.А.</u> /Л.А. Самсонова/ Протокол педсовета № 1 от «29» августа 2023 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор школы <u>С.В. Куликова</u> /С.В. Куликова/ Приказ № 202 от «31» августа 2023 г. 00
--	---	---



Рабочая программа
внеурочной деятельности «Первая помощь,
основы преподавания первой помощи, основы ухода за больными» (девушки)/
«Начальная военная подготовка» (юноши)
для 10 класса
на 2023-2024 учебный год
Перовой Татьяны Николаевны

Срок реализации рабочей программы 1 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее - ФГОС СОО) и примерной рабочей программы курса внеурочной деятельности «Первая помощь, основы преподавания первой помощи, основы ухода за больными»/ институт стратегии развития образования (федеральное государственное бюджетное научное учреждение, Москва), ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения Федеральной основной образовательной программы среднего общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС СОО во всём пространстве школьного образования: не только на уроке, но в внеурочное время.

Актуальность реализации данной программы обусловлена потребностью подростков в приобретении духовных, физических и социальных качеств, которые характеризуют старшеклассника как личность, осознающую себя человеком XXI века, путём приобретения ими важных навыков в области оказания первой помощи и практической медицины. А это влечёт за собой необходимость в педагогическом сопровождении школьников, в развитии мотивации школьника к изучению теоретических и практических основ оказания первой помощи, преподавания первой помощи, ухода за больным, в формировании готовности школьников к оказанию первой помощи пострадавшему, если они станут свидетелями несчастного случая. Работа по программе внеурочной деятельности «Первая помощь, основы преподавания первой помощи, основы ухода за больным» позволит педагогу реализовать эти актуальные для личностного развития обучающегося задачи.

Сегодня каждому гражданину Российской Федерации необходимо владеть набором универсальных навыков по спасению человеческой жизни, поэтому программа ориентирована на всех школьников вне зависимости от профиля (направленности) предполагаемой будущей профессии.

Немаловажным является способность передавать свои знания и навыки по оказанию первой помощи другим людям. Поэтому рабочая программа предназначена также для подготовки лиц, проводящих обучение по оказанию первой помощи.

Рабочая программа предусматривает достаточный для формирования, закрепления и развития практических навыков и компетенций объём практики.

Кроме оказания первой помощи на месте происшествия гражданин может столкнуться с необходимостью ухода за тяжело больным человеком. Для этого также будет полезным освоить ряд простых, но важных навыков.

Медицинская наука и система здравоохранения быстро развиваются, поэтому крайне важно закладывать основы медицинских знаний уже в средней школе.

Обучение медицинским знаниям со школьного возраста, кроме приобретения нужных навыков, позволяет обучающимся соприкоснуться с профессией медицинского работника и помогает в профессиональном самоопределении.

Таким образом, обучение в средней школе является мощным ресурсом в системе подготовки граждан к оказанию первой помощи и уходу за больным, так как в школе закладываются знания и стереотипы поведения, используемые выпускниками в течение всей последующей жизни.

Целью данного курса является получение обучающимися знаний и навыков по оказанию первой помощи, основам преподавания первой помощи и основам ухода за больным, ориентирование старшеклассников в вопросах медицинских знаний и в нюансах профессии медицинского работника.

В рамках реализации этой цели курс содействует решению следующих образовательных задач:

- способность выявлять состояния, при которых оказывается первая помощь;

- способность выполнять мероприятия по оказанию первой помощи;
- формирование умения эффективно действовать в критических для жизни человека ситуациях;
- формирование навыков оказания первой помощи;
- формирование умения передачи знаний и навыков по оказанию первой помощи;
- формирование навыков проведения теоретических и практических занятий по оказанию первой помощи;
- формирование основных навыков ухода за больным;
- знакомство с медицинской профессией с самых азов;
- знакомство с некоторыми практическими навыками, необходимыми каждому медицинскому работнику;
- изучение основ работы медицинской организации;
- адаптация к условиям труда медицинского работника;
- воспитание высокой ответственности, чувства долга, морали, гуманизма, чуткого и внимательного отношения к больным людям;
- помощь в профессиональном самоопределении в медицине, поддержание интереса к профессии.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Основы медицинских знаний» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Программа курса рассчитана на 35 часов на уровне среднего общего образования, в рамках которых предусмотрены такие формы работы, как лекции, беседы, мастер-классы, практические занятия, решения ситуационных задач, консультации педагога и психолога.

ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций Федеральной программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие обучающегося. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в Федеральной программе воспитания;
- высокой степени самостоятельности школьников в проектно-исследовательской деятельности, что является важным компонентом воспитания ответственного гражданина;
- ориентации школьников на подчёркиваемую Федеральной программой воспитания социальную значимость реализуемой ими деятельности;
- в возможности комплектования разновозрастных групп для организации деятельности обучающихся, воспитательное значение которых отмечается в Федеральной программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими подростками деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается Примерной программой воспитания.

ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ПЕДАГОГА ПО ПРОГРАММЕ

Для эффективного обучения навыкам оказания первой помощи и обучения им, уходу за больным, их качественного формирования у обучающихся необходимо использовать практико-ориентированный подход в обучении согласно следующим принципам: мотивация обучения;

связь обучения с практикой; сознательность и активность обучающихся в процессе обучения. Поэтому в предложенном курсе большее количество времени должно уделяться формированию умений, отработке и закреплению полученных навыков первой помощи, основам преподавания первой помощи и основам ухода за больным. В 11 классе наиболее эффективными методами обучения являются: словесные (лекция), метод практического обучения (практические занятия), практико-ориентированный метод (решение ситуационных задач).

Лекция позволяет ознакомить обучающихся с теоретическим материалом за достаточно короткое время. Чтобы сделать процесс обучения первой помощи наиболее эффективным, лекция должна быть интерактивной. Интерактивная лекция предполагает взаимодействие обучающихся с учителем и друг с другом, а также использование презентаций. Необходимо помнить, что сама презентация - это способ наглядного донесения основных положений темы, а не полный конспект лекции, который просто зачитывается обучающимся.

Практические занятия - форма осуществления связи теоретических знаний с практическими действиями по оказанию первой помощи. Практические занятия призваны расширить и детализировать теоретические знания, сформировать навыки оказания первой помощи.

Метод решения ситуационных задач. С помощью данного метода формируется личность обучающегося как человека критически мыслящего, настроенного не на слепое копирование действий других, а на осознанное выполнение собственных действий. Использование метода решения ситуационных задач обеспечивает метапредметный характер образования, его нацеленность на удовлетворение личностных потребностей обучающегося, на выделение его из коллектива и одновременно обучение работе в коллективе.

Целью решения ситуационных задач является отработка обучающимися навыков по оказанию первой помощи в игровой ситуации, приближенной к реальной. Данная форма обучения требует особо тщательной подготовки со стороны педагога и активного участия обучающихся. Учителю необходимо оформить условное место происшествия, назначить условных пострадавших и проинструктировать их. Он должен подготовить необходимое оборудование и оснащение.

Решение ситуационных задач требует не только тщательной подготовки, но и особого внимания учителя. Ему необходимо контролировать ход решения задачи, а по его завершении провести обсуждение, подвести итоги и сделать заключение. Учитель не участвует в решении задачи, он наблюдает за действиями обучающихся со стороны.

В помощь педагогу назначаются обучающиеся, они могут быть как в роли условных пострадавших, так и в роли экспертов (людей, не задействованных в решении ситуационной задачи, но оценивающих действия обучающихся).

Решение ситуационных задач состоит из трёх этапов.

Подготовка (текст задачи, определение способов фиксации результатов, определение перечня ошибок, распределение ролей, моделирование ситуации - места происшествия). На этом этапе разрабатывается примерный сценарий ситуационной задачи (или используется готовый), формулируются способы оценки результатов (таблица ошибок или штрафные баллы), определяется способ фиксации (оценка экспертами или видео - и фоторегистрация с последующим обсуждением).

Непосредственно перед началом решения ситуационной задачи назначаются условные пострадавшие (они имитируют участников происшествия), эксперты (они принимают участие в оценке действий одноклассников, оказывающих помощь) и собственно обучающиеся, которые будут оказывать первую помощь. Учащихся, которые будут оказывать первую помощь, лучше попросить выйти из класса, чтобы они не видели процесс подготовки места происшествия. Для условных пострадавших проводится инструктаж, включающий в себя объяснения, как они должны себя вести в начале задачи и в зависимости от оказания/неоказания им первой помощи. Для того чтобы приблизить условия решения ситуационной задачи к реальным, место происшествия оформляется по возможности максимально реалистично. Для обозначения травм у условных пострадавших используются имитаторы повреждений, которые прикрепляются к ним в соответствии с условиями задачи. Экспертам

объясняется их функция: наблюдение и фиксация правильных и неправильных действий по оказанию первой помощи. Также экспертам необходимо объяснить, что они не принимают участия в оказании первой помощи в ходе решения ситуационной задачи.

На основной части (решение задачи) обучающиеся получают доступ к месту происшествия и оказывают первую помощь с использованием аптечек первой помощи. Обучающиеся выполняют необходимые действия, не комментируя их для учителя или экспертов. Задача педагога заключается прежде всего в контроле техники безопасности и правильности выполнения мероприятий первой помощи. В контакт с обучающимися учитель не вступает, неправильные действия не комментирует и не исправляет. Выполнение задачи продолжается до команды учителя о его прекращении. Финал не должен быть трагическим: лучше завершить выполнение задания, сказав, что жизнь пострадавшего спасена или прибыла бригада скорой медицинской помощи.

Далее проводится обсуждение (дебрифинг) результатов выполнения задачи с экспертами и участниками оказания первой помощи. Первая группа экспертов делает положительное заключение, говорит, что было сделано хорошо. После этого вторая группа экспертов озвучивает, какие были недостатки, на что необходимо обратить внимание, что улучшить. После выступления экспертов учитель подводит итог выполнения ситуационной задачи, также отмечая положительные действия обучающихся и недостатки, особенно те, которые не были озвучены экспертами.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Данный курс характеризуется широким спектром воздействия на целостное развитие личности. В число общечеловеческих ценностей, определяющих содержательное наполнение, входят:

- воспитание высоконравственных, ответственных, равнодушных граждан, мотивированных на оказание первой помощи;
- воспитание активной, мыслящей личности, способной бережно относиться к своему здоровью и здоровью и жизни других людей;
- развитие целеустремлённости и уверенности в себе, терпимого и уважительного отношения к окружающим, готовности продуктивно взаимодействовать в процессе коллективной деятельности, нести ответственность за порученное дело и взятые обязательства.

Индивидуально значимые ценностные ориентации учебного содержания примерной рабочей программы связаны с направленностью на:

- формирование навыков оказания первой помощи пострадавшему;
- формирование знаний и навыков по основам преподавания первой помощи;
- формирование знаний и навыков по основам ухода за больным;
- профессиональное самоопределение.

Личностные, метапредметные и предметные результаты

Настоящая Программа чётко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностным, метапредметным и предметным), которые должны демонстрировать выпускники по завершении обучения в средней школе.

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.

Гражданское воспитание:

- сформированность активной гражданской позиции обучающегося, готового и способного применять принципы и правила безопасного поведения в течение всей жизни;
- воспитание гражданской идентичности: уважения к многонациональному народу России, чувства ответственности перед другими людьми, гордости за свой край;
- формирование гражданской позиции активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности.

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 многонационального народа России, российской армии и флота;
- готовность к служению Отечеству, его защите.

Духовно-нравственное воспитание:

- сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности других людей, общества и государства;
- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, готовность реализовать риск-ориентированное поведение, самостоятельно и ответственно действовать в различных условиях жизнедеятельности по снижению риска возникновения опасных ситуаций, перерастания их в чрезвычайные ситуации, смягчению их последствий;
- ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтерства и добровольчества.

Эстетическое воспитание:

- эстетическое отношение к миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности; понимание взаимозависимости успешности и полноценного развития и безопасного поведения в повседневной жизни.

Физическое воспитание:

- осознание ценности жизни, сформированность ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- знание приёмов оказания первой помощи и готовность применять их в случае необходимости.

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 трудовой деятельности;
- 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 личности, общества и государства.

Ценности научного познания:

- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- понимание научно-практических основ курса внеурочной деятельности, осознание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;
- способность применять научные знания для реализации принципов безопасного поведения (способность предвидеть, по возможности избегать, безопасно действовать в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях).

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать овладение универсальными учебными действиями.

Овладение универсальными познавательными действиями

Базовые логические действия:

- устанавливать существенный признак или основания для обобщения, сравнения и классификации событий и явлений в области оказания первой помощи, выявлять их закономерности и противоречия;
- определять цели действий применительно к заданной (смоделированной) ситуации, выбирать способы их достижения с учётом самостоятельно выделенных критериев в парадигме безопасной жизнедеятельности, оценивать риски возможных последствий для реализации риск-ориентированного поведения;
- моделировать объекты (события, явления), анализировать их различные состояния для решения познавательных 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 области оказания первой помощи;
- владеть знаниями и навыками по основам преподавания первой помощи и основам ухода за больным;
- владеть знаниями и навыками по основам ухода за больным; 6 владеть видами деятельности по приобретению нового знания, его преобразованию и применению для решения различных учебных задач, в том числе при разработке и защите проектных работ;
- 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;

- использовать знания других предметных областей для решения учебных задач; 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 личности;
- 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;
- использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены.

Овладение универсальными коммуникативными действиями

Общение:

- осуществлять в ходе образовательной деятельности безопасную коммуникацию, переносить принципы её организации в повседневную жизнь;
- распознавать вербальные и невербальные средства общения; понимать значение социальных знаков; определять признаки деструктивного общения;
- владеть приёмами безопасного межличностного и группового общения; безопасно действовать по избеганию конфликтных ситуаций;
- аргументированно, логично и ясно излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.

Совместная деятельность:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в конкретной учебной ситуации;
- ставить цели и организовывать совместную деятельность с учётом общих интересов, мнений и возможностей каждого участника команды (составлять план, распределять роли, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, договариваться о результатах);
- оценивать свой вклад и вклад каждого участника команды в общий результат по совместно разработанным критериям;
- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; предлагать новые идеи, оценивать их с позиции новизны и практической значимости; проявлять творчество и разумную инициативу.

Овладение универсальными регулятивными действиями *Самоорганизация:*

- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- самостоятельно выявлять проблемные вопросы, выбирать оптимальный способ и составлять план их решения в конкретных условиях;
- делать осознанный выбор в новой ситуации, аргументировать его; брать ответственность за своё решение;
- оценивать приобретённый опыт;

- расширять познания в области оказания первой помощи на основе личных предпочтений и за счёт привлечения научно-практических знаний других предметных областей; повышать образовательный и культурный уровень.

Самоконтроль:

- оценивать образовательные ситуации; предвидеть трудности, которые могут возникнуть при их разрешении; вносить коррективы в свою деятельность; контролировать соответствие результатов целям;
- использовать приёмы рефлексии для анализа и оценки образовательной ситуации, выбора оптимального решения.

Принятие себя и других:

- принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства, невозможность контроля всего вокруг;
- принимать мотивы и аргументы других при анализе и оценке образовательной ситуации; признавать право на ошибку свою и чужую.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства. Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и способности построения модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни.

Обучающиеся должны знать:

- общие положения, касающиеся первой помощи, и основные понятия, её определяющие, в том числе права и обязанности по оказанию первой помощи;
- организационно-правовые аспекты оказания первой помощи;
- состояния, при которых оказывается первая помощь, её основные мероприятия;
- общую последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших;
- внешние факторы, создающие опасности при оказании первой помощи;
- признаки отсутствия сознания и дыхания;
- признаки острой непроходимости дыхательных путей;
- правила проведения обзорного осмотра и признаки наружных кровотечений;
- правила проведения подробного осмотра пострадавшего на наличие травм и повреждений;
- признаки ожогов и других эффектов воздействия высоких температур;
- признаки отморожений и других эффектов воздействия низких температур;
- признаки отравлений;
- способы перемещения пострадавших;
- порядок вызова скорой медицинской помощи;
- правила оказания первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения, правила проведения сердечно-лёгочной реанимации;
- правила оказания первой помощи при инородных телах верхних дыхательных путей;
- правила оказания первой помощи при травмах различных областей тела;

- правила транспортной иммобилизации;
- правила оказания первой помощи при ожогах и других эффектах воздействия высоких температур;
- правила оказания первой помощи при отморожениях и других эффектах воздействия низких температур;
- правила оказания первой помощи при отравлениях; законодательство Российской Федерации в сфере первой помощи;
- требования к реализации образовательных программ по первой помощи;
- педагогические, психологические и методические основы развития мотивации, организации и контроля учебной деятельности на занятиях различного вида;
- четырёхступенчатый метод обучения первой помощи;
- причины, статистику и особенности разных видов несчастных случаев, травм, отравлений, других состояний и заболеваний, угрожающих жизни и здоровью;
- основы соблюдения санитарно-эпидемиологического режима в медицинских организациях;
- понятия «асептика» и «антисептика», характеризовать виды и методы дезинфекции;
- основы этики и деонтологии при общении с больным, особенности поведения пациента;
- модель правильного поведения при общении с больным.

Обучающиеся должны уметь:

- определять угрожающие факторы для собственной жизни и здоровья;
- определять угрожающие факторы для жизни и здоровья пострадавшего и окружающих;
- оценивать количество пострадавших;
- определять наличие сознания у пострадавшего;
- определять наличие дыхания с помощью слуха, зрения и осязания;
- определять наличие кровообращения, проверять наличие пульса на магистральных артериях;
- проводить обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечений;
- определять признаки кровопотери;
- проводить подробный осмотр головы, шеи, груди, спины, живота и таза, конечностей пострадавшего и его опрос;
- устранять угрожающие факторы для жизни и здоровья;
- прекращать действие повреждающих факторов на пострадавшего;
- извлекать пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест;
- применять различные способы перемещения пострадавших одним, двумя или более участниками оказания первой помощи; вызывать скорую медицинскую помощь, другие специальные службы, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом;
- использовать штатные (аптечки первой помощи) и подручные средства оказания первой помощи;
- открывать дыхательные пути запрокидыванием головы с подъёмом подбородка, выдвижением нижней челюсти;
- осуществлять давление руками на грудину пострадавшего;
- проводить искусственное дыхание «рот ко рту», «рот к носу», с использованием устройства для искусственного дыхания;
- обеспечивать проходимость верхних дыхательных путей приданием устойчивого бокового положения;

- проводить удаление инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего;
- проводить временную остановку наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение жгута или жгута-закрутки, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки;
- оказывать первую помощь при ранениях различной локализации;
- накладывать повязки на различные участки тела;
- накладывать окклюзионную (герметизирующую) повязку на грудную клетку;
- проводить иммобилизацию (аутоиммобилизацию с помощью подручных средств, с использованием медицинских изделий);
- фиксировать шейный отдел позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием медицинских изделий);
- прекращать воздействие опасных химических веществ на пострадавшего (промывание желудка путём приёма воды и вызывания рвоты, удаление с повреждённой поверхности и промывание повреждённой поверхности проточной водой);
- применять местное охлаждение при травмах, термических ожогах и иных воздействиях высоких температур или теплового излучения;
- применять термоизоляцию при отморожениях и других эффектах воздействия низких температур;
- придавать пострадавшему оптимальное положение тела;
- контролировать состояние пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение);
- оказывать психологическую поддержку пострадавшему; передавать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом;
- демонстрировать навыки первой помощи и выполнять задания по оказанию первой помощи;
- мотивировать обучающихся на освоение программы по оказанию первой помощи;
- контролировать и оценивать работу обучающихся на учебных занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении навыков по оказанию первой помощи, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения;
- применять четырёхступенчатый метод обучения оказанию первой помощи;
- формулировать требования к результатам, содержанию и условиям организации практической подготовки по оказанию первой помощи, обсуждать разработанные материалы;
- выполнять обработку рук;
- использовать средства индивидуальной защиты;
- измерять пульс и артериальное давление;
- осуществлять уход за тяжелобольными (гигиеническая обработка пациента, профилактика пролежней, перемещение тяжелобольного, туалет пациента, умывание, туалет полости рта, глаз, носа, ушей тяжелобольного; смена белья на постели тяжелобольного);
- выполнять мониторинг пациента дома и в палате, заполнять температурный лист;
- использовать основы медицинского мониторинга, интенсивного наблюдения;
- оценивать информацию, получаемую при интенсивном наблюдении;
- выполнять начальные действия в критической ситуации;
- применять основы этики и деонтологии при общении с больным;
- применять модель правильного поведения при общении с больным.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ **«Основы медицинских знаний»**

РАЗДЕЛ 1. ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших. Соблюдение правил личной безопасности и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи (возможные факторы риска, их устранение). Простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся при непосредственном контакте с человеком, его кровью и другими биологическими жидкостями.

Оценка обстановки на месте происшествия.

Отработка приёмов экстренного извлечения пострадавшего из труднодоступного места (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания).

Отработка приёмов перемещения пострадавших на руках одним, двумя и более участниками оказания первой помощи.

Отработка навыков определения сознания у пострадавшего.

Отработка приёмов восстановления проходимости верхних дыхательных путей. Оценка признаков жизни у пострадавшего.

Отработка навыков вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб.

Отработка приёмов искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу», с применением устройств для искусственного дыхания.

Отработка приёмов давления руками на грудину пострадавшего.

Выполнение алгоритма сердечно-лёгочной реанимации.

Отработка приёма перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение.

Отработка приёмов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего.

Отработка проведения обзорного осмотра пострадавшего.

Проведение подробного осмотра пострадавшего.

Отработка приёмов временной остановки наружного кровотечения при ранении головы, шеи, груди, живота, таза и конечностей, наложение табельного и импровизированного кровоостанавливающего жгута (жгута-закрутки, ремня), прямое давление на рану, наложение давящей повязки.

Отработка наложения окклюзионной (герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки.

Отработка приёмов наложения повязок при наличии инородного предмета в ране живота, груди, конечностей.

Отработка приёмов первой помощи при переломах. Имобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация).

Отработка приёмов фиксации шейного отдела позвоночника.

Отработка приёмов наложения повязок при ожогах и отморожениях различных областей тела.

Отработка приёмов придания оптимального положения тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей тела, значительной кровопотере.

Отработка приёмов оказания психологической поддержки пострадавшим при различных острых стрессовых реакциях.

РАЗДЕЛ 2. ОБУЧЕНИЕ ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Первая помощь: роль своевременного оказания первой помощи; функционирование системы первой помощи в России.

Нормативно-правовое регулирование оказания первой помощи в Российской Федерации: законодательство Российской Федерации в сфере оказания первой помощи; права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи; оснащение средствами и устройствами для оказания первой помощи, состав и назначение компонентов аптечки для оказания первой помощи пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях (автомобильной), аптечки для оказания первой помощи работникам.

Пути эффективного обучения. Методы и формы учебной деятельности при обучении оказанию первой помощи.

Организация учебного занятия: условия успешного обучения первой помощи; мотивация и пути её повышения; особенности проведения учебного занятия в форме лекции.

Проведение практического занятия и четырёхступенчатый метод обучения.

Технология активного обучения: анализ конкретных неотложных ситуаций с наличием пострадавших и принятие решений; имитационный тренинг, решение ситуационных задач.

Использование современного учебного оборудования на занятиях по обучению оказанию первой помощи.

Использование наглядных пособий и современного учебного оборудования на занятиях по первой помощи.

Основные правила разработки учебного занятия. Структура учебного занятия по обучению оказанию первой помощи.

Разработка занятия по обучению оказанию первой помощи. Отработка приёмов проведения лекции, практического занятия, ситуационной задачи.

РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ УХОДА ЗА БОЛЬНЫМ

Тема 1. Санитарно-эпидемиологический режим в медицинских организациях.

Значимость соблюдения санитарно-эпидемиологического режима в медицинских организациях.

Асептика и антисептика, виды и методы дезинфекции.

Асептика и обработка рук. Бытовой уровень, гигиенический уровень, хирургический уровень. Средства индивидуальной защиты медицинских работников. Отработка механической, гигиенической, хирургической обработки рук, использования средств индивидуальной защиты медицинских работников.

Тема 2. Измерение пульса и артериального давления.

Техника измерения пульса на запястье. Частота сердечных сокращений. Аритмия. Отработка навыков измерения пульса.

Измерение артериального давления (подготовка к процедуре, условия измерения артериального давления, выполнение процедуры, окончание процедуры). Затруднения и ошибки при измерении артериального давления. Отработка навыков измерения артериального давления.

Тема 3. Основы ухода за тяжелобольными. Гигиеническая обработка пациента.

Задачи ежедневного ухода за тяжелобольными. Профилактика пролежней. Перемещение тяжелобольного. Туалет пациента. Умывание. Туалет полости рта. Туалет глаз. Туалет носа. Туалет ушей тяжелобольного. Смена белья на постели тяжелобольного.

Тема 4. Мониторинг пациента дома и в палате.

Понятие температурного листа. Правила заполнения температурного листа. Медицинское мониторирование. Интенсивное наблюдение. Показания для интенсивного наблюдения. Приёмы и методы интенсивного наблюдения. Оценка информации, получаемой при интенсивном наблюдении. Система САОД. Схема ABCDE. Начальные действия в критической ситуации.

Тема 5. Этика и деонтология медицинского работника.

Понятие этики и деонтологии. Понятие ятрогении. Классификация ятрогений. Особенности поведения пациента, модель правильного поведения.

Раздел 4. Итоговый контроль

Зачёт в форме решения ситуационных задач с использованием наглядных пособий и условных пострадавших и больных.

Тематическое планирование.

Раздел	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
Раздел 1. Оказание первой помощи (7 ч)		
<p>Практическое занятие по разделу 1 (7 ч.)</p>	<p>Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших. Соблюдение правил личной безопасности и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи (возможные факторы риска, их устранение). Простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся при непосредственном контакте с человеком, его кровью и другими биологическими жидкостями. Оценка обстановки на месте происшествия. Отработка приемов экстренного извлечения пострадавшего из труднодоступного места (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания). Отработка приемов перемещения пострадавших на руках одним, двумя и более участниками оказания первой помощи. Отработка навыков определения сознания у пострадавшего.</p>	<p>Систематизирую знания об общей последовательности действий на месте происшествия. Формируют убеждение в необходимости действовать на месте происшествия согласно алгоритму. Характеризуют простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся при непосредственном контакте с человеком, его кровью и другими биологическими жидкостями. Отрабатывают практические навыки при оценке обстановки на месте происшествия, экстренному извлечению пострадавшего из труднодоступного места и его перемещению, определению сознания пострадавшего, выполнению приемов восстановления проходимости верхних дыхательных путей и оценка признаков жизни. Отрабатывают технику вызова скорой медицинской помощи,</p>

	<p>Отработка приемов восстановления проходимости верхних дыхательных путей. Оценка признаков жизни пострадавшего. Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб. Отработка приёмов искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу», с применением устройств для искусственного дыхания. Отработка приёмов давления руками на грудину пострадавшего. Выполнение алгоритма сердечно-лёгочной реанимации. Отработка приёма перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение. Отработка приёмов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего. Отработка проведения обзорного осмотра пострадавшего. Проведение подробного осмотра пострадавшего. Отработка приёмов временной остановки наружного кровотечения при ранении головы, шеи, груди, живота, таза и конечностей,</p>	<p>других специальных служб, выполнения сердечно-лёгочной реанимации, перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение, удаления инородного тела из верхних дыхательных путей. Выполняют обзорный и подробный осмотр пострадавшего. Отрабатывают приёмы временной остановки наружного кровотечения, накладывают повязки. Проводят иммобилизацию, фиксацию шейного отдела позвоночника. Придают оптимальное положение тела. Оказывают психологическую поддержку пострадавшим при различных острых стрессовых реакциях.</p>
--	--	--

	<p>наложение табельного и импровизированного кровоостанавливающего жгута (жгута-закрутки, ремня), прямое давление на рану, наложение давящей повязки.</p> <p>Отработка наложения окклюзионной герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки.</p> <p>Отработка приёмов наложения повязок при наличии инородного предмета в ране живота, груди и конечностей. Отработка приёмов первой помощи при переломах.</p> <p>Иммобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация).</p> <p>Отработка приёмов фиксации шейного отдела позвоночника.</p> <p>Отработка приёмов наложения повязок при ожогах и отморожениях различных областей тела.</p> <p>Отработка приёмов придания оптимального положения тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей тела, значительной кровопотере.</p> <p>Отработка приёмов оказания</p>	
--	--	--

	психологической поддержки пострадавшим при различных острых стрессовых реакциях.	
Раздел 2. Обучение оказанию первой помощи (19 ч)		
Теоретическое занятие по разделу 2 (4 ч.)	<p>Первая помощь: роль своевременного оказания первой помощи; функционирование системы первой помощи в России. Нормативно-правовое регулирование оказания первой помощи в Российской Федерации: законодательство Российской Федерации в сфере первой помощи; права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи; оснащение средствами и устройствами для оказания первой помощи, состав и назначение компонентов аптечки для оказания первой помощи пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях (автомобильной), аптечки для оказания первой помощи работникам. Пути эффективного обучения. Методы и формы учебной деятельности при обучении оказанию первой помощи. Организация учебного занятия: условия успешного</p>	<p>Изучают основы российского права, которые определяют оказание первой помощи. Определяют структуру системы первой помощи, ее компоненты. Анализируют перечень состояний, требующих оказания первой помощи, и перечень мероприятий по ее оказанию с позиции преподавателя, проводящего обучение первой помощи. Определяют перечень необходимых для оказания первой помощи средств и устройств. Изучают основные аспекты деятельности по обучению первой помощи: каким образом осуществляется подготовка к занятию, как производится знакомство с аудиторией обучающихся, их образовательными потребностями. Анализируют пути повышения мотивации обучающихся к оказанию первой помощи. Исследуют структуру занятия,</p>

	<p>обучения первой помощи; мотивация и пути её повышения; особенности проведения учебного занятия в форме лекции. Проведение практического занятия и четырёхступенчатый метод обучения. Технология активного обучения: анализ конкретных неотложных ситуаций с наличием пострадавших и принятие решений; имитационный тренинг, решение ситуационных задач. Использование наглядных пособий и современного учебного оборудования на занятиях по первой помощи. Основные правила разработки учебного занятия. Структура учебного занятия по обучению оказанию первой помощи</p>	<p>простейшие педагогические методики, применяемые при проведении лекции, практического занятия, решении ситуационных задач. Определяют принципы эффективного использования современного учебного оборудования и наглядных пособий на занятиях.</p>
Практическое занятие по разделу 2 (15 ч)	Разработка занятия по обучению оказанию первой помощи. Отработка приёмов проведения лекции, практического занятия, ситуационной задачи	Проводят знакомство с аудиторией, пробные лекционные и практические занятия, организуют решение ситуационных задач
Раздел 3. Основы ухода за больным (7 ч)		
Тема 1. Санитарно-эпидемиологический режим	Значимость соблюдения санитарно-	Раскрывают и усваивают значимость соблюдения

<p>в медицинских организациях</p> <p>Теоретическое занятие (1 ч)</p>	<p>эпидемиологического режима в медицинских организациях. Ознакомление с понятиями «асептика» и «антисептика». Ознакомление с видами и методами дезинфекции. Понятия «стерилизация», «дезинфекция». Ознакомление с уровнями обработки рук персонала</p>	<p>санитарно-эпидемиологического режима в медицинских организациях. Характеризуют понятия «асептика» и «антисептика». Характеризуют виды и методы дезинфекции. Формируют убеждение в необходимости антисептики рук медицинского персонала. Характеризуют уровни обработки рук медицинского персонала</p>
<p>Практическое занятие (1 ч)</p>	<p>Отработка механической, гигиенической, хирургической обработки рук. Отработка приёмов надевания и снятия перчаток</p>	<p>Отрабатывают приёмы обработки рук. Отрабатывают приёмы надевания и снятия перчаток</p>
<p>Тема 2. Измерение пульса и артериального давления.</p> <p>Практическое занятие (1 ч)</p>	<p>Техника измерения пульса на запястье. Частота сердечных сокращений. Аритмия. Отработка навыков измерения пульса. Измерение (подготовка к процедуре, условия измерения артериального давления, выполнение процедуры, окончание процедуры). Затруднения и ошибки при измерении артериального давления. Отработка навыков измерения артериального давления</p>	<p>Отрабатывают приёмы измерения пульса и артериального давления</p>
<p>Тема 3. Основы ухода за тяжелообольными.</p>	<p>Задачи ежедневного ухода за тяжелообольными.</p>	<p>Отрабатывают приёмы обработки рук. Отрабатывают</p>

<p>Гигиеническая обработка пациента. Практическое занятие (1 ч)</p>	<p>Профилактика пролежней. Перемещение тяжелобольного. Туалет пациента. Умывание. Туалет полости рта. Туалет глаз. Туалет носа. Туалет ушей тяжелобольного. Смена белья на постели тяжелобольного</p>	<p>приёмы профилактики пролежней и перемещения тяжелобольного. Приобретают навыки проведения туалета пациента, умывания, туалета полости рта, глаз, носа, ушей тяжелобольного. Отрабатывают навыки смены белья на постели тяжелобольного</p>
<p>Тема 4. Мониторинг пациента дома и в палате. Теоретическое занятие (1 ч)</p>	<p>Понятие температурного листа. Правила заполнения температурного листа. Медицинское мониторирование. Интенсивное наблюдение. Показания для интенсивного наблюдения. Приёмы и методы интенсивного наблюдения. Оценка информации, получаемой при интенсивном наблюдении. Система САОД. Схема ABCDE. Начальные действия в критической ситуации</p>	<p>Раскрывают и усваивают понятия «мониторирование», «интенсивное наблюдение». Характеризуют правила заполнения температурного листа. Характеризуют правила оценки информации, получаемой при интенсивном наблюдении. Раскрывают понятия «система САОД», «схема ABCDE». Осваивают начальные действия в критической ситуации</p>
<p>Тема 5. Этика и деонтология медицинского работника. Теоретическое занятие (2 ч)</p>	<p>Понятие этики и деонтологии. Понятие ятрогении. Классификация ятрогений. Особенности поведения пациента, модель правильного поведения</p>	<p>Раскрывают и усваивают понятия этики, деонтологии, ятрогении. Усваивают особенности поведения</p>

		пациента, модель правильного поведения при общении с пациентом
Раздел 4. Итоговый контроль (1 ч)		
Практическое занятие (1 ч)	Зачёт в форме решения ситуационных задач с использованием наглядных пособий и условных пострадавших. В процессе решения задач педагог оценивает качество теоретических знаний и практических навыков у обучающихся.	Решают ситуационные задачи в режиме реального времени по оказанию первой помощи пострадавшим с различными повреждениями (травмами, потерей сознания, отсутствием признаков и жизни и с другими состояниями, требующими оказания первой помощи). Применяют педагогические технологии, повышающие эффективность обучения. Используют наглядное оборудование

*Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности
«Основы медицинских знаний» (10 класс)*

№ п/п	Тема занятия	Форма	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1.	Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших	Лекция	1	Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших - Учебный центр дополнительного профессионального образования (socpartner24.ru)
2.	Отработка приемов экстренного извлечения и перемещения пострадавшего из труднодоступного места (пострадавший в сознании и без сознания)	Лекция и практическое занятие	1	Uchebno-metodicheskoye_posobiye_po_okazaniyu_pervoy_pomoshchi_postradavshim.pdf (knastu.ru)
3.	Отработка приемов восстановления проходимости верхних дыхательных путей	Лекция и практическое занятие	1	
4.	Оценка признаков жизни пострадавшего	Лекция, решение ситуационных задач	1	https://fbuz-74.ru/about/news/3798/
5.	Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб	Лекция и практическое занятие	1	
6.	Отработка приёмов искусственного дыхания	Практическое занятие	1	

7.	Выполнение алгоритма сердечно-лёгочной реанимации	Лекция и практическое занятие	1	http://gorono-ozersk.ru/sites/default/files/naprav_deayt/bezopasn/dovrachebnaya/reanimaciya.pdf
8.	Нормативно-правовое регулирование оказания первой помощи в РФ в сфере первой помощи	Лекция	1	https://redcross.tomsk.ru/law
9.	Методы и формы учебной деятельности при обучении оказанию первой помощи	Лекция	1	https://redcross.tomsk.ru/law
10.	Анализ конкретных неотложных ситуаций с наличием пострадавших и принятие решений	Лекция, решение ситуационных задач	1	
11.	Понятие о травме и ее виды	Лекция	1	
12.	Переломы костей: травматические и патологические. Открытые и закрытые переломы	Практическое занятие	1	https://mchs.gov.ru/deyatelnost/bezopasnost-grazhdan/organizacionno-pravovye-aspekty-okazaniya-pervoy-pomoshchi_7
13.	Обнаружение переломов, оказание первой помощи.	Лекция	1	https://mchs.gov.ru/deyatelnost/bezopasnost-grazhdan/organizacionno-pravovye-aspekty-okazaniya-pervoy-pomoshchi_7
14.	Вывих, причины вывихов, их обнаружение. Частичный вывих. Оказание первой помощи при вывихах	Лекция и практическое занятие	1	https://mchs.gov.ru/deyatelnost/bezopasnost-grazhdan/organizacionno-pravovye-aspekty-okazaniya-pervoy-pomoshchi_7
15.	Растяжение связок. Оказание первой	Лекция и практическое	1	https://mchs.gov.ru/deyatelnost/bezopasnost-grazhdan/organizacionno-pravovye-

	помощи.	ое занятие		aspekty-okazaniya-pervoy-pomoshchi_7
16.	Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника	Лекция и практическое занятие	1	https://mchs.gov.ru/deyatelnost/bezopasnost-grazhdan/organizacionno-pravovye-aspekty-okazaniya-pervoy-pomoshchi_7
17.	Профилактика травм опорно-двигательного аппарата	Лекция	1	https://elamed.com/vse-o-lechenii/profilaktika-zabolevaniy-oporno-dvigatel'nogo-apparata/
18.	Виды повязок: черепашья повязка на коленный и локтевой суставы, спиральная повязка на палец руки и стопы. Восьмиобразная повязка на голеностопный сустав, косыночная повязка на предплечье и плечо	Лекция и практическое занятие	1	https://hartmann-shop.ru/articles/vidy_povyazok_i_pravila_ikh_nalozheniya/
19.	Шапочка Гиппократата. Виды повязок при травмах груди и живота. Повязки на тазобедренный сустав. Эвакуация больного с травмой позвоночника	Лекция и практическое занятие	1	https://hartmann-shop.ru/articles/vidy_povyazok_i_pravila_ikh_nalozheniya/
20.	Кровотечение: наружное и внутреннее, их характеристики. Артериальное,	Лекция и практическое занятие	1	https://www.mediccity.ru/directions/645

	венозное, капиллярное кровотечение, их обнаружение. Первая помощь при кровотечении			
21.	Ожоги и травматический шок. Понятие об ожогах и обморожениях, их степени. Первая медицинская помощь при ожогах и обморожениях	Лекция и практическое занятие		
22.	Тепловые и солнечные удары. Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе	Лекция и практическое занятие	1	
23.	Первая медицинская помощь при поражении электрическим током и молнией	Лекция и практическое занятие		https://aviclinic.ru/info/mery-pokazaniyu-pervoj-pomoshhi-pri-udare-tokom
24.	Укусы: змей, насекомых. Первая медицинская помощь при укусах змеями, насекомыми, собаками	Лекция и практическое занятие		https://medobr.com/news/kak-okazat-pervuyu-pomoshch-pri-ukusakh-zmey-i-nasekomykh/
25.	Первая помощь при утоплении. Первая помощь при судорогах (эпилепсии)	Лекция и практическое занятие		https://www.10gkb.by/informatsiya/stati/pervaya-pomoshch-pri-utoplenii
26.	Отравление. Причины и признаки отравлений, первая	Лекция и практическое занятие		

	медицинская помощь при отравлении			
27.	Значимость соблюдения санитарно-эпидемиологического режима в медицинских организациях	Лекция, решение ситуационных задач	1	https://yaltch.cap.ru/news/2020/09/08/sanitarno-protivoepidemicheskij-rezhim-v-lechebno-
28.	Отработка механической, гигиенической, хирургической обработки рук. Отработка приёмов надевания и снятия перчаток	Лекция и практическое занятие	1	
29.	Измерение артериального давления и пульса (выполнение процедуры)	Практическое занятие	1	https://odin-kvd.ru/blog/normadavlenija-i-pulsa-kakie-pokazateli
30.	Задачи ежедневного ухода за тяжелобольными	Лекция и практическое занятие	1	https://zabota035.msp.midural.ru/news/sobennosti-uhoda-za-lejachimi-bolnymi-na-domu-26513/
31.	Понятие температурного листа. Медицинское мониторирование	Лекция	1	
32.	Понятие этики и деонтологии	Лекция	1	https://usemake.ru/raznitsa/etika-i-deontologiya-razlichiya-i-printsipy
33.	Понятие ятрогении. Классификация ятрогений	Лекция	1	https://www.mednovosti.by/journal.aspx?article=1236

34.	Зачёт в форме решения ситуационных задач	Решение ситуационных задач	1	
-----	--	----------------------------	---	--

Список рекомендуемой литературы

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 8-9 классы: учебник: в 2 частях / Т. В. Кулиниченко, Г. П. Костюк, Л. И. Дежурный [и др.]; под науч. ред. Ю. С. Шойгу. - Москва: Просвещение, 2023.
2. Основы практической медицины: 10-11 классы: учебное пособие / Л. И. Дежурный, Г. В. Неудухин, Л. Б. Шубина [и др.] - Москва: Просвещение, 2023.
3. Учебно-методический комплекс по первой помощи
4. <https://allfirstaid.ru/node/875> <https://mednet.ru/pervaya-pomoshh>

**НАЧАЛЬНАЯ
ВОЕННАЯ
ПОДГОТОВКА**

**(учебных сборов по основам военной службы)
(среднее общее образование)**

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, Росгвардии, 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» Примерной 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 запасе.

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.

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, показательные 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 волонтерства 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 общевоинского 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; 6 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 волонтерство»

Участники сборов получают представление:

- о структуре органов государственной власти Российской 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; об роли и значении волонтерской деятельности в развитии общества и государства.

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

Участники сборов получают 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 получают 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 получают 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 получают 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 «Общевойсковые 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 «Стрелковая подготовка»

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

Стрелковые 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 волонтерство»

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.

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

№№ пп	Учебный модуль	Количество часов					Общее кол-во часов
		1-й день	2-ой 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.	Общевойские 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»)

№№ пп	Учебный модуль	Количество часов				Общее кол-во часов
		1-й день	2-ой 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 мир			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. Выработывают 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. 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	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. Выработывают алгоритм действий при внезапном нападении противника. 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	Актуализируют информацию о военной топографии и ориентированию 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	Раскрывают способы ориентирования на местности различными способами. Классифицируют приборы наблюдения. 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. Выработывают алгоритм действий при получении оружия и военного имущества. Решают ситуационные задачи. Выполняют практические действия при совершении марша, внезапном нападении противника, преодолении заражённого участка местности
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 бережение	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 и сборки после неполной разборки. Устройство гранат	Объясняют назначение и устройство частей и механизмов автомата, патронов и принадлежностей. Рассказывают общее устройство ручных гранат. Формируют навык обращения с оружием. Выполняют практические действия по неполной разборке и сборке

	РГД-5, Ф-1, РГН, РГО	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 изготровке 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. Выполнение упражнений начальных стрельб 1 УНС и гранатометаний	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. Отрабатывают нормативы по снаряжению магазина боеприпасами и изготвке 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 характеристики 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	Виды, предназначение, тактико-	Формируют представления

применение беспилотных летательных аппаратов (БПЛА)	технические характеристики и общее устройство БПЛА. Ведение разведки местности с использованием БПЛА. Способы противодействия БПЛА противника	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. Подготовка радиостанции к работе, настройка частот (диапазонов)	Формируют представления о видах, назначении, тактико-технических характеристиках средств связи. 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 радиопереговоров
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	Актуализируют информацию о порядке и сроках инженерного оборудования позиции отделения и окопа для стрелка. Рассказывают о назначении и порядке применения шанцевого инструмента. Объясняют способы

	окопа для стрелка	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 обнаружения и обезвреживания взрывоопасных предметов	Актуализируют информацию о типах мин и порядке их установки. 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	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

	и средства его применения	
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 подручных 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. Имobilизация 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 «Общевойские уставы» (3 ч)		
Классное занятие (1 ч). Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Общие обязанности и юридическая ответственность военнослужащих	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)	Объясняют права и обязанности военнослужащих. Рассказывают о принципах единоначалия. 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	Строй и управление ими. Обязанности военнослужащих перед построением и в строю. Развёрнутый и походный строй 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)		
Класное 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 структуру органов государственной власти Российской Федерации. Формируют представление о конституционных гарантиях прав и свобод граждан, об обязанностях граждан перед государством и обществом, о воинской обязанности. Аргументированно объясняют

		<p>понятия гражданственности и патриотизма и оценивают их взаимосвязи. Объясняют правообразующие принципы равенства, свободы,</p>
<p>ТЕМАТИЧЕСКИЙ БЛОК (вариативный компонент «Патриотическое воспитание и профессиональная ориентация» (8 ч)</p>		
<p>Беседа (1 ч). Структура органов государственной власти Российской Федерации. Права и обязанности гражданина, воинская обязанность. Взаимодействие гражданина с государством и обществом, гражданские инициативы и волонтерство.</p>	<p>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. Гражданское общество и его институты, система политических и общественных объединений.</p>	<p>Классифицируют структуру органов государственной власти Российской 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 взаимосвязи. Объясняют правообразующие принципы равенства, свободы, 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 волонтерской деятельности в развитии общества и государства</p>
<p>Презентация (1 ч). Профессии будущего — современная наука и высокие технологии в военной сфере, перспективные военные специальности</p>	<p>Специфика рынка труда. Военно-учётные специальности. Высшие учебные заведения Минобороны России и других федеральных органов государственной власти, где предусмотрена военная</p>	<p>Формируют представление о тенденциях развития и изменениях на рынке труда. Классифицируют военно-учётные специальности. Формируют представление об организации</p>

	служба. Высокие технологии, их использование в военной и гражданской сферах	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 ценностей. 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 информационно-психологическому влиянию
Викторина (интеллектуальная игра) (1 ч). Ратные страницы истории Отечества. Подвиг народа в	События, ставшие основой государственных праздников и памятных дат России. Причины	Рассказывают о событиях, ставших основой государственных праздников и памятных дат

<p>Великой Отечественной войне 1941—1945 годов</p>	<p>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</p>	<p>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</p>
--	---	--

Приложение № 1
 ПРИМЕРНЫЙ РАСПОРЯДОК ДНЯ УЧЕБНЫХ СБОРОВ

№	Содержание	Начало	окончание	Продолжительность
1	Общий подъем	7.00	7.10	10 мин
2	Утренняя физическая зарядка	7.10	7.40	30 мин
3	Утренний туалет, заправка постелей, уборка помещений	7.40	8.10	20 мин
4	Утренний осмотр, построение в столовую	8.10	8.20	10 мин
5	Завтрак	8.20	8.50	30 мин
6	Построение и развод на занятия	8.50	9.00	
	Учебные занятия			
7	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
8	Подготовка к обеду	12.30	13.00	30 мин
9	Обед	13.00	13.40	40 мин
10	Послеобеденный отдых	13.40	14.10	30 мин
11	Построение и развод на занятия	14.10	14.20	10 мин
12	Учебные занятия			
	5 час	14.20	15.05	45 мин
	6 час	15.15	16.00	45 мин
	7 час	16.10	16.55	45 мин
13	Личное время	16.55	18.00	1ч. 05 мин
14	Спортивно-массовая и воспитательная работа	18.00	19.00	1 час
15	Подготовка к ужину	19.00	19.10	10 мин
16	Ужин	19.10	19.40	30 мин
17	Воспитательная работа	19.40	20.40	1 час
18	Личное время	20.40	21.50	1 час 10 мин
19	Вечерняя прогулка	21.50	22.10	20 мин
20	Вечерняя поверка	22.10	22.20	10 мин
21	Приготовление ко сну	22.20	22.30	10 мин
22	Отбой	22.30		

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 пулями 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 работника.

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; 6 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.