

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Шунерская основная общеобразовательная школа**

ПРИНЯТО:

решением педагогического совета

Протокол №1 от 29.08.2023 г.

Утверждено приказом по школе

№01-09-42/1 от 29.08.2023г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа**

**«ЮНАРМИЯ»**

**Уровень программы: стартовый**

**Возраст обучающихся: 13-15 лет**

**Срок реализации: 1 год**

**Автор: Аржаков Михаил Алексеевич**

**с.Шунеры, 2023**

## Пояснительная записка

- Дополнительная общеразвивающая программа **составлена в соответствии:**
- Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012г;
  - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
  - Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242);
  - Распоряжением Правительства Российской Федерации от 24.04.2015 № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей»
  - Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
  - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
  - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения РФ от 09.11.2018 № 196».
  - Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
  - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения РФ от 09.11.2018 № 196».
  - Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
  - Календарным учебным графиком МБОУ Шунерской ООШ на 2022-2023 учебный год,

### ***Направленность (профиль) программы:***

**Программа *физкультурно-спортивной направленности* - ориентирована на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья. Программа ориентирована на приобщение детей к здоровому образу жизни, воспитание спортивного резерва страны. Сфера возможной будущей профессиональной деятельности «Человек - Человек»;**

***Актуальность* предлагаемой программы определяется запросом со стороны детей и их родителей программы обусловлена рядом факторов: - нацеленностью на развитие патриотизма; - целевой ориентацией на подготовку обучающихся к службе в ВС РФ; - формированием здорового образа жизни; - необходимостью развития духовно-нравственных ценностей учащихся. Программа разработана с учетом задач поставленных в «Государственной программе патриотического воспитания граждан Российской Федерации в 2016-2020гг.», Национальной доктрине образования в Российской Федерации о воспитании гражданина: «Система образования призвана обеспечить... воспитание патриотов России, граждан правового, демократического, социального**

государства, уважающих права и свободу личности и обладающих высокой нравственностью...» и нормативных документов 3 Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «ЮНАРМИЯ

**Новизна .Расширена** программа состоит из 6-и модулей: «Историко-патриотический» - 13 часов, «Гражданская оборона» - 4 часа, «Безопасность жизнедеятельности» - 3 часа, «Огневая подготовка» - 4 часа, «Основы управления подразделением» - 5 часов, «Основы первой медицинской помощи» - 4 часа. Завершение программы - военно-спортивная игра «Гренадёр школы

**Педагогическая целесообразность.** . Программа ориентирована на социальный заказ обучающихся и родителей к подготовке будущих защитников Отечества, у детей формируются личностные качества, знания, умения и навыки необходимые на службе в Вооруженных Силах Российской Федерации способствует личностному развитию подростка, укреплению его физического здоровья, профессиональному самоопределению детей, их адаптации к жизни в обществе.

**Адресат программы .** Для эффективной работы необходимо учитывать особенности возрастного и полового развития детей, возрастных стимулов и интересов: - в возрасте 13-15 лет значительно изменяются весо-ростовые показатели, сужаются кровеносные сосуды, происходят половые изменения у девочек, в связи с чем при выполнении упражнений наступает быстрое утомление, тяжело выполняются сложные по координации движения, часты нервные срывы; при работе с занимающимися в этом возрасте преподавателю рекомендуется индивидуальный подход к планированию физических нагрузок, применяемых для этого, наиболее тяжело переносятся учащимися этого возраста упражнения, направленные на развитие быстроты . Возраст детей, участвующих в реализации данной общеразвивающей программы - **13-15 лет**. Особых условий приёма, обучающихся в программу нет, принимаются все желающие дети, соответствующие возрастным категориям, независимо от способностей.

Наполняемость группы : 13 человек

**Формы организации занятий:**

Основными формами обучения являются: - лекции (изложение теоретического учебного материала), - беседы, - практические занятия (освоение и обрабатывание практических знаний и умений), - нестандартный урок (экскурсии, занятия-игры, уроки-соревнования), - просмотр видео - записей, - домашняя самостоятельная работа,

**Срок реализации программы объем учебных часов : 36 часов . 1 раз в неделю по 1 часу**

**Форма обучения: очная**

**Цель и задачи дополнительной образовательной программы**

**Цель:** Приобщение гуманного, творческого, социально-активного человека, уважительно относящегося к культурному достоянию человечества.

**Задачи:**

Развитие жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

– обучить простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности;

Расширить представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности.

воспитание устойчивого интереса к занятиям физической культуры;

воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки и взаимопомощивоспитание смелости, активности, преодоления страхов и чувства неловкости.

Развивать и совершенствовать физические психомоторные качества. Совершенствовать прикладные жизненно важные навыки и умения в ходьбе

. прыжках лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями

## Учебный план

№ п/п	Перечень разделов, тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>I.</b>	<b>ИСТОРИКО-ПАТРИОТИЧЕСКИЙ</b>	<b>13</b>			
1.	Россия - Родина моя. Символы государства – герб и флаг. Гимн России.	1	1		Текущий
2	История Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевые традиции Вооруженных Сил России.	1	1		Текущий
3	Дни воинской славы России.	1	1		Текущий
4	Символы воинской чести. Форма одежды военнослужащих ВС РФ. Воинские звания ВС РФ.	1	1		Текущий
5	Путешествие по Городам-Героям.	1	1		Текущий
6	Дети войны. Герои войн.	1	1		Текущий
7	История школьного памятника.	1	1		Текущий
8	Проект «Военная летопись нашей семьи	1	1		Текущий
9	Героизм. «К чему я готов сегодня?».	1	1		Текущий
10	Патриотизм и верность воинскому долгу	1	1		Текущий
11	Встреча с участниками боевых действий.	1	1		Текущий
12	Защита проекта «Военная летопись нашей семьи	1	1		Текущий
13	День Победы	1	1		Текущий
<b>II.</b>	<b>Раздел ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА</b>	<b>4</b>		<b>1</b>	
1	Гражданская оборона. Сигналы ГО. «Действия по сигналам Гражданской обороны	<b>1</b>	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>	учебно-тренировочное занятия тестирования
2	Средства индивидуальной защиты органов дыхания. «Правила выполнения норматива по надеванию противогаза»	1	0.5	0.5	<b>лекции</b>
3	Средства индивидуальной защиты кожи. «Правила выполнения норматива по надеванию общевойскового защитного комплекта»	1	0.5	0.5	учебно-тренировочное занятия тестирования
4	«Действия химика-разведчика»			1	учебно-тренировочное занятия тестирования
<b>III.</b>	<b>Раздел БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ –</b>	<b>4</b>			
1	. Правила соблюдения ТБ на юнармейских занятиях. Права и обязанности юнармейца. «Комплексное занятие по физической подготовке»	1	0.5	0.5	учебно-тренировочное занятия
2	Безопасность и защита человека в ЧС природного и техногенного характера. «Действия человека в ЧС»	1	0.5	0.5	учебно-тренировочное занятия
3	Автономное существование человека в	1	0.5	0.5	учебно-

	условиях природной среды. «Веревочные узлы, их виды и способы вязки» «Установка туристической палатки»				тренировочное занятия
4	Автономное существование человека в условиях природной среды. «Веревочные узлы, их виды и способы вязки» «Установка туристической палатки»	1		1	учебно-тренировочное занятия
<b>IV.</b>	<b>Раздел. . ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>4</b>			
1	Назначение и ТТХ АК-74 и его модификаций. «Последовательность неполной разборки АК-74»	1	0.5	0.5	учебно-тренировочное занятия
2	Общее устройство и принцип работы АК-74. «Последовательность сборки АК-74»	1	0.5	0.5	учебно-тренировочное занятия
3	Правила поведения на стрельбище. «Стрельба в электронном тире»	1	0.5	0.5	учебно-тренировочное занятия
4	Основы прицельной стрельбы из стрелкового оружия. «Стрельба из пневматической винтовки»	1	0.5	0.5	учебно-тренировочное занятия
<b>V.</b>	<b>Раздел. ОСНОВЫ УПРАВЛЕНИЯ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕМ</b>	<b>5</b>		<b>5</b>	учебно-тренировочное занятия
1	Устав юнармейцев. Общие положения. «Размещение юнармейцев на занятиях. Дисциплина строя»	1		3	учебно-тренировочное занятия
2.	Требования Устава школы и Уставы ВС РФ. «Строй и его элементы»	1	0.5	0.5	учебно-тренировочное занятия
3	Внутренний порядок и дисциплина юнармейцев. «Строевой шаг»	1		1	учебно-тренировочное занятия
4	«Строй. Выполнение элементов строя на месте и в движении»	1		1	учебно-тренировочное занятия
5	«Строй. Выполнение элементов строя на месте и в движении с оружием»	1		1	учебно-тренировочное занятия
<b>VI.</b>	<b>Раздел . ОСНОВЫ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ</b>	<b>6</b>		<b>4</b>	
1	Первая медицинская помощь при различных видах травм. «Правила оказания ПМП при травмах головы, позвоночника»	1	0.5	0.5	учебно-тренировочное занятия
.2	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях. «Правила оказания ПМП при травмах конечностей»	1	0.5	0.5	учебно-тренировочное занятия
3	Транспортная иммобилизация. «Эвакуация раненого с поля боя»	1	0.5	0.5	учебно-тренировочное занятия
4	«Правила оказания ПМП при переохлаждениях, укусах, утоплениях»	<b>1</b>		<b>1</b>	
5	Военно-спортивная игра «Гренадёр школы».	1		1	учебно-

					тренировочное занятия
	Военно-спортивная игра «Гренадёр школы».	1		1	учебно-тренировочное занятия
<b>ИТОГО:</b>		<b>36</b>		<b>36</b>	

### Содержание учебного плана программы

Раздел №1. «ИСТОРИКО-ПАТРИОТИЧЕСКИЙ» Теория Россия - Родина моя. Символы государства – герб и флаг. Гимн России. Символика Московской области, Одинцовского района, города Кубинка. История Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Дни воинской славы России. Символы воинской чести. Форма одежды военнослужащих ВС РФ. Воинские звания ВС РФ. Путешествие по Городам-Героям. Дети войны. Герои войн. История школьного памятника. Герой РФ И.В.Ткаченко. Экскурсия в школьный музей. Героизм. «К чему я готов сегодня?». Патриотизм и верность воинскому долгу. День Победы. Практика Проект «Военная летопись нашей семьи». Встреча с участниками боевых действий. Экскурсия к памятникам города Кубинка

Раздел №2. «ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА» Теория Гражданская оборона. Сигналы ГО. Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Средства индивидуальной защиты кожи. Практика Действия по сигналам Гражданской обороны. Правила выполнения норматива по надеванию противогаза. Правила выполнения норматива по надеванию общевойскового защитного комплекта. Действия химика-разведчика.

Раздел №3. «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» Теория Правила соблюдения ТБ на юнармейских занятиях. Права и обязанности юнармейца. Безопасность и защита человека в ЧС природного и техногенного характера. Автономное существование человека в условиях природной среды. Практика Комплексное занятие по физической подготовке. Действия человека в ЧС. Веревоочные узлы, их виды и способы вязки. Установка туристической палатки»

Раздел №4. «ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА» Теория Назначение и ТТХ АК-74 и его модификаций. Общее устройство и принцип работы АК-74. Правила поведения на стрельбище. Основы прицельной стрельбы из стрелкового оружия. 8 Практика Последовательность неполной разборки и сборки АК-74. Стрельба в электронном тире. Стрельба из пневматической винтовки.

Раздел №5. «ОСНОВЫ УПРАВЛЕНИЯ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕМ» Теория Устав юнармейцев. Общие положения. Требования Устава школы и Уставы ВС РФ. Внутренний порядок и дисциплина юнармейцев. Практика Размещение юнармейцев на занятиях. Дисциплина строя. Строй и его элементы. Строевой шаг. Выполнение элементов строя на месте и в движении. Выполнение элементов строя на месте и в движении с оружием»

Раздел №6. «ОСНОВЫ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ» Теория Первая медицинская помощь при различных видах травм. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях. Транспортная иммобилизация. Практика Правила оказания ПМП при травмах головы, позвоночника. Правила оказания ПМП при травмах конечностей. Эвакуация раненого с поля боя. Правила оказания ПМП при переохлаждениях, укусах, утоплениях.

**Форма контроля.** Итоговая аттестация

#### **Планируемые результаты**

**Личностные:** Сформировать ответственность за принятые решения, самовоспитание и самореализация умений и навыков; –умение работать в группе, выполнять общие задачи, быть

терпимыми к чужому мнению, позиции, проявляют доброжелательные отношения друг другу, умеют слушать и слышать другого, проявляют такт и уважение к окружающим.

**Метапредметные:**

формирование целеполагания, включая способность ставить новые учебные цели и задачи, планировать их реализацию, в том числе во внутреннем плане, осуществлять выбор эффективных путей и средств достижения целей, контролировать и оценивать свои действия как по результату, так и по способу действия, вносить соответствующие коррективы в их выполнение; –формирование способности к проектированию.

**Предметные:**

В результате обучающиеся должны **знать:**

- название страны, региона, где живет учащийся, родного города;
- символику страны, области, города, школы; –государственные праздники и Дни воинской Славы ВС РФ;
- имена великих полководцев и названия Городов-героев;
- ордена и медали, знаки доблести и отличия ВС РФ;
- основы оказания первой медицинской помощи;
- средства индивидуальной защиты и область их применения;
- основы автономного существования человека; –правила безопасного обращения со стрелковым оружием;
- сигналы гражданской обороны и порядок действия по ним;

должны **уметь:**

- описывать изученные события истории Отечества;
- оценивать поступки других с позиции добра и зла;
- уважительно относиться к своему дому, семье, истории русского народа;
- правильно использовать средства индивидуальной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- выполнять команды управления строем;
- использовать навыки стрельбы из стрелкового оружия;
- поступать сообразно полученным знаниям в реальных жизненных ситуациях.

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

№	Год обучения	Дата начала занятия	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной и итоговой аттестации
1	2023-2024	04.09.2023	20.05.2024	36	36	36	Четверг 17.00-17.45	май

**Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение:** спортивный зал, спортивная площадка. спортивное оборудование . учебный кабинет .

**Основные обучающие средства:**

Компьютер. Винтовка .медоптечка средства противогаз .

**Неосновные обучающие средства:**

**Не стандартные спортивные тренажеры .**

**Методические материалы:**

1. Начальная военная подготовка (под редакцией Науменко Ю.А.), учебник для средних учебных заведений. М.: "Просвещение", 2012 г.

2. Практическое пособие по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармеец» (военно-патриотическое воспитание). Луйк В.Э.
3. Боевой устав сухопутных войск (часть 2 и 3). М.: "Военное издательство", 2012.
4. Военная топография. (Учебник для юнармейцев учебных подразделений). М.: "Военно-топографическое управление генерального штаба", 2015.
5. Условные знаки топографических карт (справочник). М.: "Военнотопографическое управление генерального штаба", 2012.
6. Комплект плакатов по начальной военной подготовке (с наличием в нем таблиц): – устройство и тактико-техническая характеристика мин, гранат; – устройство компаса; – силуэты и опознавательные знаки самолетов и вертолетов возможного противника; – приемы и правила метания ручных гранат; – фортификационные сооружения (окопы, траншеи, щели, ниши, блиндажи, укрытия); – минно-взрывные заграждения.
7. Плакаты по устройству: – 7,62 (5,45) мм автомата Калашникова – 7,62 мм пулемета Калашникова – 5,62 мм малокалиберной винтовки ТОЗ-8
8. Плакаты (таблицы): – основы и правила стрельбы из стрелкового оружия – меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.
9. ММГ АК-74;
10. Пневматическая винтовка ИЖ-512 11. Видеофильмы – «В зоне особого внимания» – «Ответный ход» – «Голубые молнии» 9 – «Пятеро с неба» – «Марш-бросок» – «Грозовые ворота» – «Честь имею» – «Спецназ» – «Охотники за караванами» – «Один шанс из тысячи».

#### **Формы аттестации и оценочные материалы.**

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие виды и формы контроля:

- входной контроль (сентябрь-октябрь) – проверка знаний и умений учащихся на начальном этапе освоения программы (входной контроль проводится на первом вводном занятии путем проведения собеседования, анкетирования или тестирования с последующим анализом результатов).

- текущий контроль (в течение всего учебного года) - проводится после прохождения каждой темы, чтобы выявить пробелы в усвоении материала и развитии обучающихся

- итоговый контроль проводится в конце срока обучения по Программе и позволяет оценить уровень результативности усвоения Программы за год. Форма проведения: тестирование, сдача контрольных нормативов.. Виды контроля: – участие в соревнованиях, контрольных играх;

10. Результаты соревнований.

Уровень усвоения теоретических знаний проверяется при помощи тестирования (Приложение №1).

Уровень практической подготовки проверяется путем выполнения контрольных заданий, включающих в себя практическую работу .. Результаты выполнения контрольного задания позволяют педагогу оценить уровень практической подготовки, проводится в форме тестирования . (Приложение

### **РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ**

1.	<b>Направленность ДОП</b>	Физкультурно-спортивное
2.	<b>Уровень сложности ДОП</b>	стартовая
3.	<b>Особенности обучения</b> в текущем учебном году по ДОП:	
4.	<b>Особенности организации</b> образовательного процесса по ДОП:	
5.	<b>Цель рабочей программы</b> на <u>текущий</u> учебный год для конкретной учебной группы	



6.	<b>Задачи</b> на текущий учебный год для конкретной учебной группы	
7.	<b>Режим занятий</b> в текущем учебном году (указать продолжительность и количество занятий в неделю)	1 раз в неделю по 45 мин
8.	<b>Формы занятий</b>	
9.	<b>Ожидаемые результаты</b> в текущем учебном году <u>Форма проведения промежуточной</u> <u>Форма проведения итоговой аттестации</u>	Военно-спортивная игра «Гренадёр школы».

**Календарный учебный график**  
по дополнительной общеразвивающей программе **«ЮНАРМИЯ»**  
на 2023-2024 учебный год

№	Дата	Коррек	Содержание материала
1			Россия - Родина моя. Символы государства – герб и флаг. Гимн России
2			История Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевые традиции
3			Дни воинской славы России.
4			Символы воинской чести. Форма одежды военнослужащих ВС РФ.
5			Путешествие по Городам Героям
6			Дети войны. Герои войн
7			История школьного памятника
8			Проект «Военная летопись нашей семьи».
9			Героизм. «К чему я готов сегодня?».
10			Патриотизм и верность воинскому долгу
11			Встреча с участниками боевых действий.
12			День Победы.
13			Защита проекта «Военная летопись нашей семьи».
14			Гражданская оборона. Сигналы ГО. «Действия по сигналам Гражданской
15			Средства индивидуальной защиты органов дыхания. «Правила выполнения норматива по надеванию противогаза»
16			Средства индивидуальной защиты кожи. «Правила выполнения норматива по надеванию общевойскового защитного комплекта»
17			«Действия химикаразведчика»
18			Правила соблюдения ТБ на юнармейских занятиях. Права и обязанности
19			Безопасность и защита человека в ЧС природного и техногенного
20			Автономное существование человека в условиях природной среды. «Веревочные узлы, их виды»
21			Автономное существование человека в условиях природной среды. «Узел «Хвостик»»
22			Назначение и ТТХ АК-74 и его модификаций. «Последовательность
23			Общее устройство и принцип работы АК-74. «Последовательность
24			Правила поведения на стрельбище. «Стрельба в электронном тир
25			Основы прицельной стрельбы из стрелкового оружия. «Стрельба из
26			Устав юнармейцев. Общие положения. «Размещение юнармейцев на
27			Требования Устава школы и Уставы ВС РФ. «Строй и его элементы»

28			Внутренний порядок и дисциплина юнармейцев. «Строевой шаг»
29			«Строй. Выполнение элементов строя на месте и в движении»
30			«Строй. Выполнение элементов строя на месте и в движении с оружием»
31			Первая медицинская помощь при различных видах травм. «Правила оказания ПМП при травмах головы, позвоночника»
32			Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской
33			Транспортная иммобилизация. «Эвакуация раненого с поля боя»
34			«Правила оказания ПМП при переохлаждениях, укусах, утоплениях»
35			Военно-спортивная игра «Гренадёр школы».
36			Военно-спортивная игра «Гренадёр школы».

### **Методические материалы:**

1. Начальная военная подготовка (под редакцией Науменко Ю.А.), учебник для средних учебных заведений. М.: "Просвещение", 2012 г.
2. Практическое пособие по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармеец» (военно-патриотическое воспитание). Луйк В.Э.
3. Боевой устав сухопутных войск (часть 2 и 3). М.: "Военное издательство", 2012.
4. Военная топография. (Учебник для юнармейцев учебных подразделений). М.: "Военно-топографическое управление генерального штаба", 2015.
5. Условные знаки топографических карт (справочник). М.: "Военнотопографическое управление генерального штаба", 2012.
6. Комплект плакатов по начальной военной подготовке (с наличием в нем таблиц): – устройство и тактико-техническая характеристика мин, гранат; – устройство компаса; – силуэты и опознавательные знаки самолетов и вертолетов возможного противника; – приемы и правила метания ручных гранат; – фортификационные сооружения (окопы, траншеи, щели, ниши, блиндажи, укрытия); – минно-взрывные заграждения.
7. Плакаты по устройству: – 7,62 (5,45) мм автомата Калашникова – 7,62 мм пулемета Калашникова – 5,62 мм малокалиберной винтовки ТОЗ-8
8. Плакаты (таблицы): – основы и правила стрельбы из стрелкового оружия – меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.
9. ММГ АК-74;
10. Пневматическая винтовка ИЖ-512 11. Видеофильмы – «В зоне особого внимания» – «Ответный ход» – «Голубые молнии» 9 – «Пятеро с неба» – «Марш-бросок» – «Грозовые ворота» – «Честь имею» – «Спецназ» – «Охотники за караванами» – «Один шанс из тысячи».

### **Список литературы для педагога**

Нормативные документы:

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№273 ФЗ от 29.12.2012);
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. №1726-р);
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации»;
4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008);
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 2 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей»
6. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);

7. Письмо Минобрнауки РФ от 14.12.2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»);
8. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
9. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 – 2020 годы».
10. Устав ВВПОД «Юнармия» 2017 г Пособия:
11. Проект МБОУ Кубинской СОШ №1 имени Героя РФ И.В.Ткаченко «Гренадёр школы».
12. Брюнин А.И. Учебно-наглядное пособие (сборник учебно-тренировочных и контрольно-проверочных карт) по огневой подготовке МУДО «Центр внешкольной работы «Подросток». 2004г.
13. Брюнин А.И. Методическое пособие по мониторингу зрительной и оперативной памяти юнармейцев. Оренбург – МАУДО «ЦВР «Подросток». 2008г.
14. Брюнин А.И. Методическое пособие по военной топографии. 2009г.
15. Брюнин А.И. Методическое пособие по воздушно-десантной подготовке. 2009г. 10
16. Гордиенко А.Н. Войны второй половины XX века (Энциклопедия военного искусства). - Мн.: Литература, 1998. – 544 с.
17. Зяблинцева М.А. Моментальные приемы запоминания. Мнемотехника разведчиков. Ростов н/Д: Феникс, 2006. -160с.
18. Луйк В.Э. Практическое пособие по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармеец» (военнопатриотическое воспитание).
19. Луйк С.С. Практическое пособие по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармеец», культурноэстетический блок I часть.
20. Наставление по физической подготовке в ВС и ВМФ (НФП – 2001) - М.: Воениздат, 2001.
21. Организация вооружения и тактика действия иностранных армий. учебное пособие. – М.: Воениздат, 1997.
22. Основы рукопашного боя. – М.: Воениздат,1992.- 226
23. Петров В.В. Снайперы (Энциклопедия военного искусства). - Мн .: Литература, 1997. – 624 с.
24. Полезные советы воину. Учебное пособие.– М.: Воениздат, 1994.- 552с.
25. Подготовка войскового разведчика. Учебное пособие. – М.: Воениздат, 1994.
26. Подготовка разведчика системы ГРУ: учебное пособие.– М.: Прогресс, 2000.
27. Подготовка разведчика. – Мн.: Харвест,М.:АСТ, 2001. – 400с – (Настольная книга будущего командира).
28. Португальский. Первые и впервые. Военная история Отечества. – М.:ООО «Издательский дом «Проспект-АП»,2005-288.
29. Ревинв Е.В. Практическое пособие по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юнармеец», культурноэстетический блок II часть сборник сценариев военно-патриотических мероприятий). 30. Условные знаки топографических карт (справочник). – М.: Военнотопографическое управление генерального штаба, 1966.
31. Учебник сержанта ВДВ. – М.: МО РФ, ВДВ, 2007. – 592с.
32. Шубина Т.Г. Маршалы и адмиралы (Энциклопедия военного искусства). - Мн .: Литература, 1997. – 608 с.

#### **Список литературы для учащихся и родителей**

1. Военная топография. (Учебник для юнармейцев учебных подразделений). – М.: Военнотопографическое управление генерального штаба, 1966.
2. Кукушкин А.В. Воспоминания начальника разведки ВДВ. – Чита.:2014. – 100с.
3. Наставление по воздушно-десантной подготовке. Учебное пособие. – М.: Воениздат, 1977.
4. Организация вооружения и тактика действия иностранных армий. учебное пособие. – М.: Воениздат, 1997.
5. Основы рукопашного боя. – М.: Воениздат,1992 - 226с.
6. Полезные советы воину. Учебное пособие – М.: Воениздат, 1994 - 552с.
7. Подготовка войскового разведчика. Учебное пособие. – М.: Воениздат, 1994.

## КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ.

**Выберите один или несколько правильных ответов**

### **I. Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования.**

1. Дополни предложение.

Выживание человека – это...

- а. активное существование в среде себе подобных;
- б. способ существования белковых тел;
- в. активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных условиях;
- г. активная деятельность, направленная на улучшение качества жизни и здоровья человека в повседневных условиях.

2. Что необходимо сделать потерпевшему бедствие при аварии транспортного средства в первую очередь?

- а. не следует что-либо предпринимать до приезда спасателей;
- б. перебраться в безопасное место. А также оказать первую медицинскую помощь пострадавшему;
- в. покидая транспортное средство, взять с собой имущество, которое может пригодиться для автономного существования;
- г. сориентироваться на местности и уточнить своё местонахождение, а при неблагоприятных климатических условиях соорудить временное укрытие.

3. При каких условиях принимается решение остаться на месте аварии?

- а. местонахождение ближайшего населённого пункта примерно известно, расстояние до него не далеко.
- б. место происшествия не определено, местность неизвестная и малопроезжая.
- в. сигнал бедствия или сообщение о месте происшествия переданы при помощи аварийной радиостанции;
- г. большая часть людей не может самостоятельно передвигаться из-за полученных травм;
- д. нет связи только в течение трёх суток.

4. При каких условиях принимается решение об уходе с места аварии?

- а. когда точно известно местонахождение ближайшего населённого пункта, расстояние до него не велико и состояние здоровья людей позволяет преодолеть его;
- б. когда примерно известно местонахождение ближайшего населённого пункта, расстояние до него точно не определено и состояние здоровья большинства людей позволяет преодолеть небольшое расстояние;
- в. когда возникла непосредственная угроза жизни (лесной пожар, разлом ледяного поля, наводнение);
- г. когда люди не обнаружены спасателями на данном месте из-за густой растительности; в течение трёх суток нет связи;

д. когда авария произошла на малознакомой и труднопроходимой местности.

5. Какие известны основные способы ориентирования на местности?

а. по памяти;

б. по растениям;

в. по небесным светилам;

г. по компасу;

д. по местным признакам.

6. Какие факторы необходимо учесть при оборудовании временного жилища (укрытия)?

а. наличие по близости населённого пункта, где можно взять материалы и инструменты;

б. температуру воздуха и насекомых;

в. наличие материалов, необходимых для строительства укрытия, и продолжительность предполагаемой стоянки;

г. количество и физическое состояние потерпевших бедствие.

7. Какие известны основные виды костров?

а. опознавательные;

б. сигнальные;

в. пламенные и простейшие очаги;

г. жаровые.

8. Для чего предназначается опознавательный костёр?

а. такого не существует;

б. для опознавания людей;

в. для подачи сигналов;

г. для обозначения границ лагеря.

9. Для чего предназначается сигнальный костёр?

а. такого не существует;

б. для обеспечения своего местонахождения;

в. для опознавания людей;

г. для подачи сигналов внутри лагеря.

10. Для чего предназначается пламенный костёр?

а. такого не существует;

б. для приготовления пищи;

в. для просушки вещей;

г. для освещения поляны лагеря;

д. для подачи сигналов.

11. Для чего предназначается простейший очаг?

а. для приготовления большого количество пищи;

- б. для приготовления пищи;
- в. для просушки вещей;
- г. для согревания людей, если они ночуют около костра.

12. Для чего предназначается жаровой костёр?

- а. для оповещения и обогрева лагеря;
- б. для приготовления большого количества пищи;
- в. для просушки вещей;
- г. для согревания людей, если они ночуют у костра.

13. Что может послужить основными источниками пищи в условиях автономного выживания?

- а. насекомые и их личинки;
- б. дикорастущие съедобные растения, водоросли, грибы;
- в. дикие животные;
- г. крупные волосатые гусеницы и черви.

## **II. Боевые традиции Вооружённых сил, символы воинской чести ДНР.**

1. Дополните предложение.

Боевые традиции-это...

- а. система межличностных отношений в воинских коллективах;
- б. народные обычаи, перенесённые в сферу военных отношений;
- в. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с выполнением боевых задач и населением воинской службы;
- г. исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение уставные и неуставные взаимоотношения.

2. Что характерно для любого воинского коллектива?

- а. автономия, означающая определённую самостоятельность и проявляющаяся в выполнении функций, свойственных только этому коллективу;
- б. способность сохранять структуру и функции;
- в. минимальная численность и состав, позволяющие выполнять возложенные на коллектив функции;
- г. оптимальная численность и состав, позволяющие полностью выполнять возложенные на коллектив функции с минимальными затратами труда и средств;
- д. способность быстро изменять организационную структуру.

3. Дополни предложение.

Ордена-это...

- а. почётные ведомственные награды за успехи в различной деятельности;
- б. наградные государственные знаки за успехи на производстве;
- в. почётные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги.

г. почётные награды министра обороны ДНР за безупречное служение Родине.

4. Какие государственные награды Донецкой Народной Республики и бывшего СССР сохранены в системе госнаград?

а. орден Святого Георгия и знак отличия Георгиевский крест;

б. орден «За заслуги перед Отечеством»;

в. орден и медаль « За заслуги перед отечеством»

5. На какие виды условно можно подразделить воинские ритуалы?

а. парадной деятельности;

б. боевой деятельности;

в. учебно-боевой деятельности;

г. повседневной деятельности;

д. гарнизонной и караульной служб;

е. боевой учёбы.

### I (ответы)

Фамилия, Имя, класс						
№ вопроса	Варианты ответов					
	а	б	в	г	д	е
1		X				
2		X	X	X		
3		X	X	X		
4		X	X	X		
5		X	X	X	X	
6		X	X	X		

7		X	X	X		
8	X					
9		X				
10		X		X		
11		X				
12		X		X		
13	X	X	X	X		

## II (ответы)

Фамилия, Имя, класс							
№ вопроса	Варианты ответов						
	а	б	в	г	д	е	
1		X					
2	X	X		X			
3			X				
4	X						
5		X	X	X			

Приложение 2.

## ТРЕБОВАНИЯ К ПРОВЕРКЕ СТРОЕВОЙ ПОДГОТОВКИ

Выписка из строевого устава вооруженных сил ДНР

1. Строй отделения

Развернутый строй

74. Развернутый строй отделения может быть одношереножный или двухшереножный.

Построение отделения в одношереножный (двухшереножный) строй производится по команде «Отделение, в одну шеренгу (в две шеренги) – «СТАНОВИСЬ».

Приняв строевую стойку и подав команду, командир отделения становится лицом в сторону фронта построения; отделение выстраивается согласно штату влево от командира, как показано на рис. 14, 15. С началом построения командир отделения выходит из строя и следит за выстраиванием отделения.

Отделение численностью четыре человека и менее всегда строится в одну шеренгу.

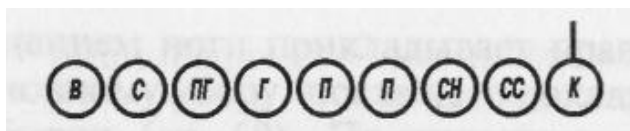


Рис. 14. Развернутый строй отделения — одношереножный

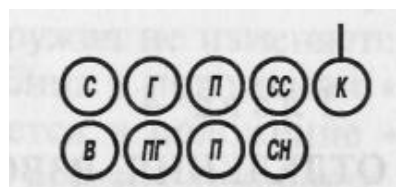


Рис. 15. Развернутый строй отделения — двухшереножный

75. При необходимости выровнять отделение на месте подается команда «РАВНЯЙСЬ» или «Налево - РАВНЯЙСЬ».

По команде «РАВНЯЙСЬ» все, кроме правого флангового учащегося, поворачивают голову направо (правое ухо выше левого, подбородок приподнят) и выравниваются так, чтобы каждый



видел грудь четвертого человека, считая себя первым. По команде «Налево — РАВНЯЙСЬ» все, кроме левофлангового военнослужащего, голову поворачивают налево (левое ухо выше правого, подбородок приподнят).

При выравнивании учащиеся могут несколько передвигаться вперед, назад или в стороны.

При выравнивании с карабинами (пулеметами) в положении «у ноги», кроме того, по исполнительной команде штык (дульная часть) подается на себя и прижимается к правому боку.

По окончании выравнивания подается команда «СМИРНО», по которой все учащиеся быстро ставят голову прямо, а карабины (пулеметы) переводят в прежнее положение.

При выравнивании отделения после поворота его кругом в команде указывается сторона равнения.

Например: «Направо (налево) — РАВНЯЙСЬ».

76. По команде «ВОЛЬНО» и по команде «ЗАПРАВИТЬСЯ» на месте учащиеся должны поступать, как указано в ст. 28 настоящего Устава.

По команде «Отделение — РАЗОЙДИСЬ» учащиеся выходят из строя. Для сбора отделения подается команда «Отделение — КО МНЕ», по которой учащиеся бегом собираются к командиру и по его дополнительной команде выстраиваются.

77. Повороты отделения выполняются одновременно всеми учащимися с соблюдением равнения по командам и правилам, указанным в ст. 30, 38 и 54 настоящего Устава. После поворота отделения в двухшереножном строю направо (налево) командир отделения делает полшага вправо (влево), а при повороте кругом — шаг вперед.

78. Для размыкания отделения на месте подается команда «Отделение, вправо (влево, от середины) на столько-то шагов, разом-КНИСЬ (бегом, разом-КНИСЬ)». По исполнительной команде все учащиеся, за исключением того, от которого производится размыкание, поворачиваются в указанную сторону, одновременно с приставлением ноги поворачивают голову в сторону фронта строя и идут учащенным полушагом (бегом), смотря через плечо на идущего сзади и не отрываясь от него; после остановки идущего сзади каждый делает еще столько шагов, сколько было указано в команде, и поворачивается налево (направо).

При размыкании от середины указывается, кто средний. Учащийся, названный средним, услышав свою фамилию, отвечает: «Я», вытягивает вперед левую руку и опускает ее.

При выравнивании отделения установленный при размыкании интервал сохраняется.

79. Для смыкания отделения на месте подается команда «Отделение, вправо (влево, к середине), сом-КНИСЬ (бегом, сом-КНИСЬ)». По исполнительной команде все учащиеся, за исключением того, к которому назначено смыкание, поворачиваются в сторону смыкания, после чего учащенным полушагом (бегом) подходят на установленный для сомкнутого строя интервал и по мере подхода самостоятельно останавливаются и поворачиваются налево (направо).

80. Для движения отделения подаются команды: «Отделение, на ре-МЕНЬ (на пле-ЧО)»; «Шагом (строевым шагом, бегом) — МАРШ». Если необходимо, в команде указываются направление движения и сторона равнения.

Например: «Отделение, на ре-МЕНЬ (на пле-ЧО)»; «На такой-то предмет, равнение направо (налево), шагом (строевым шагом, бегом) - МАРШ».

По команде «МАРШ» все учащиеся одновременно начинают движение с левой ноги, соблюдая равнение и сохраняя интервалы и дистанции.

Если сторона равнения не указана, равнение производится в сторону правого фланга взглядом без поворота головы.

Для остановки отделения подается команда «Отделение — СТОЙ».

84. Для перемены направления движения захождением плечом подается команда «Отделение, правое (левое) плечо вперед, шагом — МАРШ» (на ходу - «МАРШ»).

По этой команде отделение начинает захождение правым (левым) плечом вперед: фланговый военнослужащий заходящего фланга, повернув голову вдоль фронта, идет полным шагом, сообразуя свое движение так, чтобы не потеснить остальных к неподвижному флангу; фланговый учащийся неподвижного фланга обозначает шаг на месте и постепенно поворачивается налево (направо), сообразуясь с движением заходящего фланга; остальные военнослужащие, соблюдая равнение по фронту взглядом в сторону заходящего фланга (не поворачивая головы) и чувствуя локтем соседа со стороны неподвижного фланга, делают шаг тем меньший, чем ближе они находятся к неподвижному флангу.

Когда отделение сделает захождение насколько нужно, подается команда «ПРЯМО» или «Отделение — СТОЙ».

85. Для перестроения отделения из одной шеренги в две предварительно производится расчет на первый и второй по команде «Отделение, на первый и второй — РАССЧИ-ТАЙСЬ».

По этой команде каждый учащийся, начиная с правого фланга, по очереди быстро поворачивает голову к стоящему слева от него военнослужащему, называет свой номер и быстро ставит голову прямо. Левофланговый военнослужащий голову не поворачивает.

Так же производится расчет по общей нумерации, для чего подается команда «Отделение, по порядку - РАССЧИТАЙСЬ». В двухшереножном строю левофланговый учащийся второй шеренги по окончании расчета строя по общей нумерации докладывает: «Полный» или «Неполный».

86. Перестроение отделения на месте из одной шеренги в две производится по команде «Отделение, в две шеренги — СТРОЙСЯ».

По исполнительной команде вторые номера делают с левой ноги шаг назад, не приставляя правой ноги, шаг вправо, чтобы стать в затылок первым номерам, приставляют левую ногу.

87. Для перестроения отделения на месте из сомкнутого двухшереножного строя в одношереножный строй отделение предварительно размыкается на один шаг, после чего подается команда «Отделение, в одну шеренгу - СТРОЙСЯ».

По исполнительной команде вторые номера выходят на линию первых, делая с левой ноги шаг влево, не приставляя правой ноги, шаг вперед, и приставляют левую ногу.

Походный строй

90. Походный строй отделения может быть в колонну по одному или в колонну по два. Построение отделения в колонну по одному (по два) на месте производится по команде «Отделение, в колонну по одному (по два) — СТАНОВИСЬ». Приняв строевую стойку и подав команду, командир отделения становится лицом в сторону движения, а отделение выстраивается согласно штату, как показано на рис. 1 или 2.

С началом построения командир отделения поворачивается кругом и следит за выстраиванием отделения.

Отделение численностью четыре человека и менее строится в колонну по одному.

91. Перестроение отделения из развернутого строя в колонну производится поворотом отделения направо по команде «Отделение, напра-ВО». При повороте двухшереножного строя командир отделения делает полшага вправо.



Рис. 1. Походный строй отделения —  
в колонну по одному

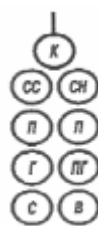


Рис. 2. Походный строй отделения —  
в колонну по два

92. Перестроение отделения из колонны в развернутый строй производится поворотом отделения налево по команде «Отделение, нале-ВО». При повороте отделения из колонны по два командир отделения делает полшага вперед.

93. Перестроение отделения из колонны по одному в колонну по два производится по команде «Отделение, в колонну по два, шагом — МАРШ» (на ходу — «МАРШ»).

По исполнительной команде командир отделения (направляющий военнослужащий) идет вполшага, вторые номера, выходя вправо, в такт шага занимают свои места в колонне, как показано на рис. 17; отделение двигается вполшага до команды «ПРЯМО» или «Отделение — СТОЙ».

94. Перестроение отделения из колонны по два в колонну по одному производится по команде «Отделение, в колонну по одному, шагом — МАРШ» (на ходу — «МАРШ»).

По исполнительной команде командир отделения (направляющий военнослужащий) идет полным шагом, а остальные — в полшага; по мере освобождения места вторые номера в такт шага заходят в затылок первым и продолжают движение полным шагом.

95. Для перемены направления движения колонны подаются команды: «Отделение, правое (левое) плечо вперед — МАРШ»; направляющий военнослужащий заходит налево (направо) до команды «ПРЯМО», остальные следуют за ним; «Отделение, за мной — МАРШ (бегом — МАРШ)»; отделение следует за командиром.

Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении

96. Для выполнения воинского приветствия в строю на месте, когда начальник подойдет на 10—15 шагов, командир отделения командует: «Отделение, СМИРНО, равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО, на-СРЕДИНУ)».

Учащиеся отделения принимают строевую стойку, одновременно поворачивают голову направо (налево) и провожают начальника взглядом, поворачивая вслед за ним голову.

При подходе начальника с тыльной стороны строя командир отделения поворачивает отделение кругом, а затем подает команду для выполнения воинского приветствия.

97. Командир отделения, подав команду для выполнения воинского приветствия (если он без оружия или с оружием в положении «за спину», прикладывает руку к головному убору; если он с оружием в положении «на плечо», «на ремень» или «на грудь», поступает, как указано в ст. 71 настоящего Устава, продолжая движение рукой, не занятой оружием), подходит строевым шагом к начальнику; за два-три шага до него останавливается и докладывает.

Например: «Товарищ лейтенант. Второе отделение занимается тем-то. Командир отделения сержант Петров».

Начальник, которого приветствуют, прикладывает руку к головному убору после подачи команды для выполнения воинского приветствия.

Окончив доклад, командир отделения, не опуская руку от головного убора, делает левой (правой) ногой шаг в сторону с одновременным поворотом направо (налево) и, пропустив начальника вперед, следует за ним в одном-двух шагах сзади и с внешней стороны строя.

По прохождении начальника или по команде «Вольно» командир отделения командует: «ВОЛЬНО» — и опускает руку.

Если руководитель обратится к учащимся, находящемуся в строю, по воинскому званию и фамилии, он отвечает: «Я», а при обращении только по воинскому званию военнослужащий в ответ называет свою должность, воинское звание и фамилию. При этом положение оружия не изменяется и рука к головному убору не прикладывается.

98. Для выполнения воинского приветствия в строю в движении за 10—15 шагов до начальника командир отделения командует: «Отделение, СМирНО, равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО)». По команде «СМирНО» все военнослужащие переходят на строевой шаг, а по команде «Равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО)» одновременно поворачивают голову в сторону начальника и прекращают движение руками или рукой, не занятой оружием. С карабином в положении «на плечо» движение рукой, не занятой оружием, не прекращается. Командир отделения, если он без оружия или с оружием в положении «за спину», повернув голову, прикладывает руку к головному убору.

По прохождении начальника или по команде «Вольно» командир отделения командует: «ВОЛЬНО» — и опускает руку.

99. На приветствие начальника или при объявлении благодарности учащиеся отвечают громко, ясно, согласованно. В движении все учащиеся начинают ответ с постановкой левой ноги на землю, произнося последующие слова на каждый шаг.

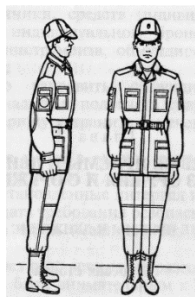
Приложение 3.

## ТРЕБОВАНИЯ К ПРОВЕРКЕ ОДИНОЧНОЙ СТРОЕВОЙ ВЫУЧКИ

Выписка из строевого устава Вооруженных сил ДНР

Строевая стойка

27. Строевая стойка (рис. 1) принимается по команде «СТАНОВИСЬ» или «СМирНО». По этой команде стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посредине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию.



## Рис. 1. Строевая стойка

Строевая стойка на месте принимается и без команды: при отдавании и получении приказа, при докладе, во время исполнения Государственного гимна Донецкой Народной Республики, при выполнении воинского приветствия, а также при подаче команд.

28. По команде «ВОЛЬНО» стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать.

По команде «ЗАПРАВИТЬСЯ», не оставляя своего места в строю, поправить оружие, обмундирование и снаряжение. При необходимости выйти из строя за разрешением обратиться к непосредственному начальнику.

Перед командой «ЗАПРАВИТЬСЯ» подается команда «ВОЛЬНО».

29. Для снятия головных уборов подается команда «Головные уборы (головной убор) — СНЯТЬ», а для надевания — «Головные уборы (головной убор) — НАДЕТЬ». При необходимости одиночные военнослужащие головной убор снимают и надевают без команды.

Снятый головной убор держится в левой свободно опущенной руке кокардой вперед (рис. 2).

Без оружия или с оружием в положении «за спину» головной убор снимается и надевается правой рукой, а с оружием в положениях «на ремень», «на грудь» и «у ноги» — левой. При снятии головного убора с карабином в положении «на плечо» карабин предварительно берется к ноге.



Рис. 2. Положение снятого головного убора:

а — фуражки; б — фуражки полевой хлопчатобумажной; в — шапки-ушанки

## Повороты на месте

30. Повороты на месте выполняются по командам: «Напра-ВО», «Пол-оборота на-пра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота на-ле-ВО», «Кру-ГОМ».

Повороты кругом (на 1/2 круга), налево (на 1/4 круга), пол-оборота налево (на 1/8 круга) производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; направо и пол-оборота направо — в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке. Повороты выполняются в два приема: первый прием — повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу; второй прием — кратчайшим путем приставить другую ногу.

## Движение

31. Движение совершается шагом или бегом.

Движение шагом осуществляется с темпом 110—120 шагов в минуту. Размер шага — 70-80 см.

Движение бегом осуществляется с темпом 165—180 шагов в минуту. Размер шага — 85-90 см.

Шаг бывает строевой и походный.

Строевой шаг применяется при прохождении подразделений торжественным маршем; при выполнении ими воинского приветствия в движении; при подходе военнослужащего к начальнику и при отходе от него; при выходе из строя и возвращении в строй, а также на занятиях по строевой подготовке.

Походный шаг применяется во всех остальных случаях.

32. Движение строевым шагом начинается по команде «Строевым шагом — МАРШ» (в Движении «Строевым — МАРШ»), а движение походным шагом — по команде «Шагом — МАРШ». По предварительной команде подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя устойчивость; по исполнительной команде начать движение с левой ноги полным шагом.

При движении строевым шагом (рис. 3) ногу с оттянутым вперед носком выносить на высоту 15—20 см от земли и ставить ее твердо на всю ступню.

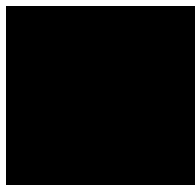


Рис. 3. Движение строевым шагом

Руками, начиная от плеча, производить движения около тела: вперед — сгибая их в локтях так, чтобы кисти поднимались выше пряжки пояса на ширину ладони и на расстоянии ладони от тела, а локоть находился на уровне кисти; назад — до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук полусогнуты, голову держать прямо, смотреть перед собой.

При движении походным шагом ногу выносить свободно, не оттягивая носок, и ставить ее на землю, как при обычной ходьбе; руками производить свободные движения около тела.

При движении походным шагом по команде «СМИРНО» перейти на строевой шаг. При движении строевым шагом по команде «ВОЛЬНО» идти походным шагом.

33. Движение бегом начинается по команде «Бегом — МАРШ».

При движении с места по предварительной команде корпус слегка подать вперед, руки полусогнуть, отведя локти несколько назад; по исполнительной команде начать бег с левой ноги, руками производить свободные движения вперед и назад в такт бега.

Для перехода в движении с шага на бег по предварительной команде руки полусогнуть, отведя локти несколько назад. Исполнительная команда подается одновременно с постановкой левой ноги на землю. По этой команде правой ногой сделать шаг и с левой ноги начать движение бегом.

Для перехода с бега на шаг подается команда «Шагом - МАРШ». Исполнительная команда подается одновременно с постановкой правой ноги на землю. По этой команде сделать еще два шага бегом и с левой ноги начать движение шагом.

34. Обозначение шага на месте производится по команде «На месте, шагом — МАРШ» (в движении - «НА МЕСТЕ»).

По этой команде шаг обозначать подниманием и опусканием ног, при этом ногу поднимать на 15—20 см от земли и ставить ее на всю ступню, начиная с носка; руками производить движения в такт шага (рис. 4). По команде «ПРЯМО», подаваемой одновременно с постановкой левой ноги на землю, сделать правой ногой еще один шаг на месте и с левой ноги начать движение полным шагом. При этом первые три шага должны быть строевыми.

35. Для прекращения движения подается команда. Например: «Рядовой Петров — СТОЙ».

По исполнительной команде, подаваемой одновременно с постановкой на землю правой или левой ноги, сделать еще один шаг и, приставив ногу, принять строевую стойку.



.Рис. 4. Шаг на месте

36. Для изменения скорости движения подаются команды: «ШИРЕ ШАГ», «КОРОЧЕ ШАГ», «ЧАЩЕ ШАГ», «РЕЖЕ ШАГ», «ПОЛШАГА», «ПОЛНЫЙ ШАГ».

37. Для перемещения одиночных военнослужащих на несколько шагов в сторону подается команда. Например: «Рядовой Петров. Два шага вправо (влево), шагом — МАРШ».

По этой команде сделать два шага вправо (влево), приставляя ногу после каждого шага. Для перемещения вперед или назад на несколько шагов подается команда. Например: «Два шага вперед (назад), шагом - МАРШ». По этой команде сделать два шага вперед (назад) и приставить ногу. При перемещении вправо, влево и назад движение руками не производится.

#### Повороты в движении

38. Повороты в движении выполняются по командам: «Напра-ВО», «Пол-оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота нале-ВО», «Кругом — МАРШ». Для поворота направо, пол-оборота направо (налево, пол-оборота налево) исполнительная команда подается одновременно с постановкой на землю правой (левой) ноги. По этой команде с левой (правой) ноги сделать шаг, повернуться на носке левой (правой) ноги, одновременно с поворотом вынести правую (левую) ногу вперед и продолжать движение в новом направлении.

Для поворота кругом исполнительная команда подается одновременно с постановкой на землю правой ноги. По этой команде сделать еще один шаг левой ногой (по счету раз), вынести правую ногу на полшага вперед и несколько влево и, резко повернувшись в сторону левой руки на носках обеих ног (по счету два), продолжать движение с левой ноги в новом направлении (по счету три).

При поворотах движение руками производится в такт шага.

Выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй. подход к начальнику и отход от него

#### 1. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении

60. Воинское приветствие выполняется четко и молодежато, с точным соблюдением правил строевой стойки и движения.

61. Для выполнения воинского приветствия на месте вне строя без головного убора за три-четыре шага до начальника (старшего) повернуться в его сторону, принять строевую стойку и смотреть ему в лицо, поворачивая вслед за ним голову.

Если головной убор надет, то, кроме того, приложить кратчайшим путем правую руку к головному убору так, чтобы пальцы были вместе, ладонь прямая, средний палец касался нижнего края головного убора (у козырька), а локоть был на линии и высоте плеча (рис. 11). При повороте головы в сторону начальника (старшего) положение руки у головного убора остается без изменения (рис. 12).

Когда начальник (старший) минует выполняющего воинское приветствие, голову поставить прямо и одновременно с этим опустить руку.

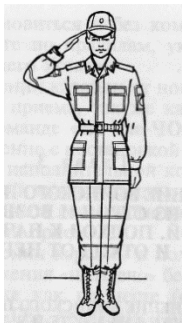


Рис. 11. Выполнение воинского приветствия на месте

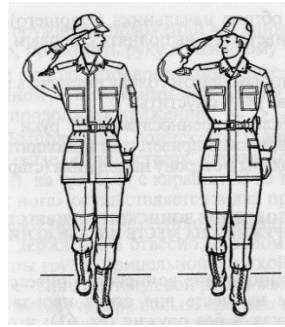


Рис. 12. Выполнение воинского приветствия в движении

62. Для выполнения воинского приветствия в движении вне строя без головного убора за три-четыре шага до начальника (старшего) одновременно с постановкой ноги прекратить движение руками, повернуть голову в его сторону и, продолжая движение, смотреть ему в лицо. Пройдя начальника (старшего), голову поставить прямо и продолжать движение руками.

При надетом головном уборе одновременно с постановкой ноги на землю повернуть голову и приложить правую руку к головному Убору, левую руку держать неподвижно у бедра (рис. 12); пройдя начальника (старшего), одновременно с постановкой левой ноги на землю голову поставить прямо, а правую руку опустить. При обгоне начальника (старшего) воинское приветствие выполнять с первым шагом обгона.

Со вторым шагом голову поставить прямо, и правую руку опустить.

63. Если у военнослужащего руки заняты ношей, воинское приветствие выполнять поворотом головы в сторону начальника (старшего).

3. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.

69. Для выхода военнослужащего из строя подается команда.

Например: «Рядовой Иванов. ВЫЙТИ ИЗ СТРОЯ НА СТОЛЬКО-ТО ШАГОВ» или «Рядовой Иванов. КО МНЕ (БЕГОМ КО МНЕ)».

Военнослужащий, услышав свою фамилию, отвечает: «Я», а по команде о выходе (о вызове) из строя отвечает: «Есть». По первой команде военнослужащий строевым шагом выходит из строя на указанное количество шагов, считая от первой шеренги, останавливается и поворачивается лицом к строю. По второй команде военнослужащий, сделав один-два шага от первой шеренги прямо, на ходу поворачивается в сторону начальника, кратчайшим путем строевым шагом подходит (подбегает) к нему и, остановившись за два-три шага, докладывает о прибытии.

Например: «Товарищ лейтенант. Рядовой Иванов по вашему приказу прибыл» или «Товарищ полковник. Капитан Петров по вашему приказу прибыл».

При выходе военнослужащего из второй шеренги он слегка накладывает левую руку на плечо впереди стоящего военнослужащего, который делает шаг вперед и, не приставляя правой ноги, шаг вправо, пропускает выходящего из строя военнослужащего, затем становится на свое место.

При выходе военнослужащего из первой шеренги его место занимает стоящий за ним военнослужащий второй шеренги.

При выходе военнослужащего из колонны по два, по три (по четыре) он выходит из строя в сторону ближайшего фланга, делая предварительно поворот направо (налево). Если рядом стоит военнослужащий, он делает шаг правой (левой) ногой в сторону и, не приставляя левой (правой) ноги, шаг назад, пропускает выходящего из строя военнослужащего и затем становится на свое место.



При выходе военнослужащего из строя с оружием положение оружия не изменяется, за исключением карабина в положении «на плечо», который при начале движения берется в положение «к ноге».

70. Для возвращения военнослужащего в строй подается команда.

Например: «Рядовой Иванов. СТАТЬ В СТРОИ» или только «СТАТЬ В СТРОИ».

По команде «Рядовой Иванов» военнослужащий, стоящий лицом к строю, услышав свою фамилию, поворачивается лицом к начальнику и отвечает: «Я», а по команде «СТАТЬ В СТРОИ», если он без оружия или с оружием в положении «за спину», прикладывает руку к головному убору, отвечает: «Есть», поворачивается в сторону движения, с первым шагом опускает руку, двигаясь строевым шагом, кратчайшим путем становится на свое место в строю.

Если подается только команда «СТАТЬ В СТРОИ», военнослужащий возвращается в строй без предварительного поворота к начальнику.

При действии с оружием после возвращения в строй оружие берется в то положение, в котором оно находится у стоящих в строю военнослужащих.

71. При подходе к начальнику вне строя военнослужащий за пять-шесть шагов до него переходит на строевой шаг, за два-три шага останавливается и одновременно с приставлением ноги прикладывает правую руку к головному убору, после чего докладывает о прибытии (ст. 69). По окончании доклада руку опускает.

При подходе к начальнику с оружием положение оружия не изменяется, за исключением карабина в положении «на плечо», который берется в положение «к ноге» после остановки военнослужащего перед начальником. Рука к головному убору не прикладывается, за исключением случая, когда оружие находится в положении «за спину».

72. При отходе от начальника, получив разрешение идти, военнослужащий прикладывает правую руку к головному убору, отвечает: «Есть», поворачивается в сторону движения, с первым шагом опускает руку и, сделав три-четыре шага строевым, продолжает движение походным шагом.

При отходе от начальника с оружием положение оружия не изменяется, за исключением карабина, который из положения «к ноге», если необходимо, берется военнослужащим в другое положение после ответа «Есть».

73. Начальник, подавая команду на возвращение военнослужащего в строй или давая ему разрешение идти, прикладывает руку к головному убору и опускает ее.

## Приложение №2

### Оценочный уровень физической подготовленности 7 класс

Контрольные упражнения	мальчики			девочки		
	3	4	5	3	4	5
Бег 30 метров (сек.)	5.6	5.2	4.8	6.2	5.5	5.0
Бег 60 метров (сек.)	11.2	10.6	10.0	11.6	10.6	10.3
Бег 300 метров (мин.)	1.15	1.10	0.56	1.20	1.11	1.01
Бег 1000 метров (мин.)	6.30	5.50	4.20	7.00	6.10	5.30
Бег 1500 метров (мин.)	8.20	7.50	7.00	8.30	8.20	7.30

<b>Челночный бег 3*10м (сек.)</b>	9.2	8.5	8.0	9.6	8.9	8.4
<b>Прыжки в длину с места (см.)</b>	130	158	170	120	140	165
<b>Прыжки в длину с разбега (см.)</b>	2.55	3.10	3.40	2.30	2.60	3.00
<b>Прыжки в высоту (см.)</b>	90	105	115	80	90	105
<b>Прыжки через скакалку за 1 минуту (к-во раз)</b>	65	90	110	70	90	115
<b>Метание мяча</b>	25	33	40	17	20	25
<b>Подтягивание на высокой перекладине (к-во раз)</b>	5	7	8	-	-	-
<b>Подтягивание на низкой перекладине (к-во раз)</b>				10	15	18
<b>Сгибание разгибание рук в упоре лежа (к-во раз)</b>	23	25	27	13	15	18
<b>гибкость</b>	6	9	14	9	14	16
<b>Поднимание туловища из положения лежа (к-во раз)</b>	13	20	24	11	15	18

**Оценочный уровень физической подготовленности 8класс**

<b>Контрольные упражнения</b>	<b>мальчики</b>			<b>девочки</b>		
	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Бег 30 метров (сек.)</b>	5.4	5.0	4.6	6.0	5.2	5.0
<b>Бег 60 метров (сек.)</b>	11.0	10.4	10.0	11.4	10.4	10.0
<b>Бег 100 метров</b>	16.0	15.6	15.2	18.4	17.8	17.0
<b>Бег 500 метров</b>	2.10	1.55	1.40	2.55	2.20	2.10
<b>Бег 1000 метров (мин.)</b>	6.00	5.20	4.50	6.50	6.00	5.20
<b>Бег 1500 метров</b>	7.50	7.20	6.50	8.00	7.40	7.20
<b>Бег 2000 метров</b>	10.40	9.40	9.00	14.00	13.00	12.00
<b>Челночный бег 3*10м (сек.)</b>	9.0	8.2	7.8	9.4	8.8	8.2
<b>Прыжки в длину с места (см.)</b>	150	170	190	130	160	175
<b>Прыжки в длину с разбега (см.)</b>	2.60	3.20	3.60	2.40	2.90	3.10
<b>Прыжки в высоту (см.)</b>	100	115	125	90	100	115
<b>Прыжки через скакалку за 1 минуту</b>	80	105	120	95	105	125
<b>Метание мяча</b>	27	34	42	17	21	27

Подтягивание на высокой перекладине (к-во раз)	6	7	10	-	-	-
Подтягивание на низкой перекладине (к-во раз)				10	15	18
Сгибание разгибание рук в упоре лежа (к-во раз)	30	36	40	10	18	25
гибкость	6	9	14	9	14	16
Поднимание туловища из положения лежа (к-во раз)	16	22	26	13	17	20

**Оценочный уровень физической подготовленности 9 класс**

Контрольные упражнения	мальчики			девочки		
	3	4	5	3	4	5
Бег 30 метров (сек.)	5.2	4.8	4.4	5.8	5.0	4.8
Бег 60 метров (сек.)	10.0	9.6	9.0	11.2	10.2	9.8
Бег 100 метров	15.8	15.4	15.0	18.0	17.5	16.8
Бег 500 метров	2.25	2.05	1.35	2.50	2.25	2.05
Бег 1000 метров (мин.)	5.20	5.00	4.20	6.20	5.40	5.00
Бег 2000 метров	10.00	9.20	8.20	13.30	12.30	11.30
Челночный бег 3*10м (сек.)	8.6	8.0	7.6	9.2	8.6	8.2
Прыжки в длину с места (см.)	160	190	2.10	140	165	180
Прыжки в длину с разбега (см.)	2.80	3.40	3.80	2.50	3.00	3.20
Прыжки в высоту (см.)	105	120	135	95	105	120
Прыжки через скакалку за 1 минуту (к-во раз)	95	115	128	100	120	130
Метание мяча	29	36	44	18	22	28
Подтягивание на высокой перекладине (к-во раз)	7	8	11	-	-	-
Подтягивание на низкой перекладине (к-во раз)				10	18	22
Сгибание разгибание рук в упоре лежа (к-во раз)	36	40	48	10	18	25
гибкость	6	9	14	9	14	16
Поднимание туловища из положения лежа за 30 сек.	18	24	28	15	19	22